



**ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**TÜRKİYE VE İRAN'DAKİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN AFFETME,  
TOLERANS VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**

**Hazırlayan:**

**Shiva SAEİGHİ MAMEGHANİ**

**Danışman:**

**Doç. Dr. Ercümen ERSANLI**

**Doktora Tezi**

**Samsun-2017**



**T.C  
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**TÜRKİYE VE İRAN'DAKİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN AFFETME,  
TOLERANS VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI**

**Hazırlayan:**

Shiva SAEİGHİ MAMEGHANI

**Danışman:**

Doç. Dr. Ercümen ERSANLI

**Doktora Tezi**

**Samsun-2017**

## KABUL VE ONAY

Shiva SAEİGHİ MAMEGHANİ tarafından hazırlanan “Türkiye ve İran’daki Üniversite Öğrencilerinin Affetme, Tolerans ve Mutluluk Düzeylerinin Karşılaştırılması” başlıklı bu çalışma, \_\_/\_\_/\_\_ tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğuyla başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan: \_\_\_\_\_

Üye: \_\_\_\_\_

Üye: \_\_\_\_\_

Üye: \_\_\_\_\_

Üye: \_\_\_\_\_

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

\_\_/\_\_/\_\_

ALİ ERASLAN  
ENSTİTÜ MÜDÜRÜ

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Hazırladığım doktora tezinin proje aşamasından sonuçlanmasına kadarki süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet ettiğimi, tez içerisindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığım bu çalışmamda doğrudan ve dolaylı olarak yaptığım her alıntıyı kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu taahhüt ederim.



.../.../ 2017

Shiva SAEİGHİ MAMEGHANİ

## ÖZET

### TÜRKİYE VE İRAN'DAKİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN AFFETME, TOLERANS VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Shiva SAEİGHİ MAMEGHANİ

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik, Doktora, Mayıs/2017

Danışman: Doç. Dr. Ercümen ERSANLI

Bu araştırmada, Türkiye ve İran'daki üniversite öğrencilerinin affetme, tolerans ve mutluluk düzeylerinin farklı değişkenlerden (cinsiyet, yaş, medeni durum ve devam ettiği program) açısından karşılaştırılması amaçlanmıştır. Bu çalışmada Türkiye ve İran'daki üniversite öğrencilerinin affetme, tolerans ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmaya, Türkiye'den Hacettepe ve Ondokuz Mayıs ve İran'dan Tahran ve Tabriz Üniversitelerinde eğitim görmekte olan yaşları 18-23 arasında değişen toplam 1234 (797 kadın/ 437erkek) üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışmada veri toplama araçları olarak Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ), Tolerans Ölçeği (TÖ) ve Heartland Affetme Ölçeği (HFS) kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS 23 istatistik programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir.

Analiz sonuçlarına göre Türkiye ve İran'daki üniversite öğrencilerinin mutluluk ve tolerans düzeyleri cinsiyet, yaş, medeni durum ve öğrenim durum değişkenlerine göre farklılaşmaktadır. Affetme düzeyleri cinsiyet, yaş, medeni durum ve öğrenim durum değişkenlerine göre anlamlı bir farklılaşma görünmemektedir. Elde edilen bulgular alan yazın ışığında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Türkiye, İran, Mutluluk, Affetmek, Tolerans, Üniversite öğrencileri, Karşılaştırma

## **ABSTRACT**

### **COMPARISON OF TURKISH AND IRANIAN UNIVERSITY STUDENTS' FORGIVENESS, TOLERANCE AND HAPPINESS LEVELS**

**Shiva SAEIGHI MAMEGHANI**

**OndokuzMayıs University, Institute of Educational Sciences,**

**Department of Guidance and Psychological Counseling, PhD, May / 2017**

**Advisor: Assoc. Dr. Ercümen ERSANLI**

In this study, it was aimed to compare the levels of forgiveness, tolerance and happiness of university students in terms of different variables (gender, age, marital status and program) in Turkey and Iran. In this study, it is examined whether there is a significant difference between the levels of forgiveness, tolerance and happiness of university students in Turkey and Iran. A total of 1234 (797 female / 437 male) university students, aged between 18 to 23, who were studying in Hacettepe and OndokuzMayıs University in Turkey and Tehran and Tabriz University from Iran, participated in the study. Participants completed Oxford Happiness Scale (OMÖ), Tolerance Scale (TÖ) and Heartland Forgiveness Scale (HFS) as data collection instruments in this study.

The analysis of the data was performed with SPSS 23 statistical program. The results of the statistical analyses showed that the happiness and tolerance levels of university students in Turkey and Iran differ according to gender, age, marital status and educational status variables. However, there was no significant difference in forgiveness levels according to gender, age, marital status and educational status variables. The findings discussed in light of literature.

**Keywords:** Turkey, Iran, Forgiveness, Happiness, Tolerance, University Students, Comparison.

## TEŞEKKÜR

Doktora öğrenimim süresinde her daim yanımda olup beni çalışmaya teşvik eden, yoğun bir çalışma süreciyle ortaya konulan bu araştırmada büyük emeği bulunan, saygıdeğer hocam ve tez danışmanım Sayın Doç. Dr. Ercümenđ EERSANLI' ya

Bu süreçte desteğini hiç esirgemeyen başta Hocam Sayın Prof. Dr. Kurtman ERSANLI olmak üzere, tüm hocalarıma,

Tezime ilişkin verdiği değerli önerileri, göstermiş olduğu ilgiyi ve bugüne kadar bana olan katkıları için Sayın Prof. Dr. Melek KALKAN'A ve Sayın Prof. Dr. İlknur AYDIN AVCİ hocalarıma,

Hayatım boyunca beni hep destekleyen ve benim için her türlü fedakârlığı gösteren sevgili aileme,

Tüm kalbimle teşekkür ederim.

**Shiva SAEİGHİ MAMEGHANİ**

**Samsun, 2017**



## İÇİNDEKİLER

### BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

### TEZ KABUL VE ONAY

ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
İÇERİNDEKİLER.....	iv
TABLolar.....	viii
KISALTMALAR.....	ix

### BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ

1.1.Problem durumu.....	1
1.2.Problem cümlesi.....	3
1.3.Alt problemler.....	3
1.4.Araştırma hipotezleri.....	4
1.5.Araştırma gereği ve önemi.....	5
1.6.Sayıtlar .....	6
1.7.Sınırlılıklar .....	7
1.8.Tanımlar .....	7

### İKİNCİ BÖLÜM: LİTERATÜR

2.1.Affetmek kavramıyla ilgili açıklamalar.....	8
2.1.1.Affetmek .....	9
2.1.2.Affetmek ve sağlık.....	11
2.1.3.Affetmek ve din.....	13
2.1.4.Affetmenin negatif ve pozitif boyutları.....	14
2.2.Tolerans kavramıyla ilgili açıklamalar.....	16

2.2.1.Tolerans ve sağlık.....	18
2.2.2.Tolerans ve din.....	19
2.2.3.Tolerans ve kendine saygı.....	20
2.2.4.Ruhsal bir tutum olarak hoşgörü.....	21
2.2.5.Demokrasi ve hoşgörü.....	22
2.2.6.Toleransın anlamı .....	23
2.2.6.1.Devlet düzeyi.....	23
2.2.6.2.Sosyal boyutlar.....	23
2.2.6.3.Eğitim .....	24
2.3.Mutluluk kavramıyla ilgili açıklamalar.....	24
2.3.1.Mutluluk ve kùltür.....	30
2.3.2.Mutluluk ve din.....	32
2.3.3.Mutluluk ve sağlık.....	32
2.3.4.Gùlùmseme ve mutluluk.....	34
2.3.5.Aşk ve mutluluk.....	35
2.3.6.Bizi mutlu edenler.....	35
2.3.7.Mutluluk ve beklenti.....	36
2.3.8.Mutluluk ve yalnızlık.....	37
2.3.9.Daha mutlu olabiliyoruz?.....	39
2.4.Kùltür.....	41
2.5.İlgili araştırmalar.....	44
2.5.1.Yurt dışında yapılan araştırmalar.....	44
2.5.2.Yurt içinde yapılan araştırmalar.....	56

### ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM

3.1.Araştırma modeli.....	63
3.2.Çalışma grubu.....	63

3.3. Veri toplanması / Veri toplama araçları.....	63
3.3.1. Heartland Affetmek Ölçeği (HFS).....	64
3.3.2. Tolerans Ölçeği (TÖ):.....	64
3.3.3. Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ):.....	65
3.3.4. Süreç.....	66
3.4. Veri analizi.....	67

#### **DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR**

4.1. Bulgular.....	69
--------------------	----

#### **BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA VE YORUM**

5.1. Tartışma ve Yorum.....	86
-----------------------------	----

#### **ALTINCI BÖLÜM: SONUÇ VE YORUM**

<b>6.1. SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>95</b>
------------------------------------	-----------

<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>97</b>
----------------------	-----------

<b>EKLER.....</b>	<b>131</b>
-------------------	------------

Ek.1. Tolerans Ölçeği Türkçe.....	131
-----------------------------------	-----

Ek.2. Tolerans Ölçeği Farsça.....	132
-----------------------------------	-----

<b>ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>132</b>
----------------------	------------

<b>İZİN BELGELERİ.....</b>	<b>133</b>
----------------------------	------------

## TABLO LİSTESİ

### TABLULAR

Tablo1.Türkiye ve İran Örnekleme İlişkin	
Betimsel İstatistikler.....	69
Tablo 2.Kültür ve Cinsiyete Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin	
Ortalama ve Standart Sapmalar.....	70
Tablo 3.Kültür ve Cinsiyete Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin	
Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	70
Tablo 4.Kültür ve Yaşa Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin	
Ortalama ve Standart Sapmalar.....	71
Tablo 5.Kültür ve Yaşa Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Çift	
Yönlü Anova Sonuçları.....	71
Tablo 6. Kültür ve Medeni Duruma Göre Affedicilik Puanların İlişkin	
Ortalama ve Standart Sapmalar.....	72
Tablo 7. Kültür ve Medeni Duruma Göre Affedicilik Puanlarına Affedicilik	
Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	72
Tablo 8. Kültür ve Okul Türüne Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin	
Ortalama ve Standart Sapmalar.....	73
Tablo 9. Kültür ve Okul Türüne Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin	
Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	73
Tablo 10. Kültür ve Cinsiyete Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin	
Ortalama ve Standart Sapmalar.....	74
Tablo 11. Kültür ve Cinsiyete Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin	
Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	74
Tablo 12. Kültür ve Yaşa Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin	
Ortalama ve Standart Sapmalar.....	76
Tablo 13. Kültür ve Yaşa Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin	
Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	76

Tablo 14. Katılımcıların yaşadıkları ülke ve medeni durumlarına göre ortalama ve standart sapmaları.....	77
Tablo 15. Kültür ve Medeni Duruma Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçlar.....	77
Tablo 16. Kültür ve Okul Türüne Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar.....	78
Tablo 17. Kültür ve Okul Türüne Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	78
Tablo 18. Kültür ve Cinsiyete Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar.....	80
Tablo 19. Kültür ve Cinsiyete Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	81
Tablo 20. Kültür ve Yaşa Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar.....	82
Tablo 21. Kültür ve Yaşa Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	82
Tablo 22. Kültür ve Medeni Duruma Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar.....	83
Tablo 23. Kültür ve Medeni Duruma Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	83
Tablo 24. Kültür ve Okul Türüne Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama ve Standart Sapmalar.....	84
Tablo 25. Kültür ve Okul Türüne Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları.....	84

## ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1.....	75
Şekil2.....	80



## KISALTMALAR

**(TRIM):** Suça İlişkin Kişilerarası Motivasyonlar Ölçeği

**(HFS):** Heartland Affetmecilik Ölçeği

**(TÖ):** Tolerans Ölçeği

**(OMÖ):** Oxford Mutluluk Ölçeği

**(SWL):** Öznel İyi Olma Durumunu

**(OECD):**Türkiye'de istihdam oranı

**(UCLA):**Yalnızlık Ölçeği"

**(PTSD):**Travma sonrası stres bozukluğu

**(MDS):** Evlilik Hoşnutsuzluk Ölçeği

**(NEO-FFI):** Beş Faktörlü Kişilik Ölçeği

**(FS):** Affetmek Ölçeği

**(MCQ-R):**Evlilik Çatışmalar Ölçeği

**(DSI-R):**Öz-Farklılaşma Ölçeği

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

### 1.1.Problem durumu

Kültür, toplumların yaşam biçimini belirleyen en önemli unsurlardan birisi olarak kabul edilmektedir. Toplumlar, coğrafi ve iklimsel faktörlerle birlikte gelenek ve görenekleri birleştirerek kendilerine has bir kültür oluşturmuştur. Ortaya çıkan kültürel atmosfer, o toplumu diğer toplumlardan ayıran temel unsurlardan biridir. Dünyada ne kadar farklı yer, iklim, din, dil ve millet var ise o kadar da farklı kültürlerin olması beklenmektedir. Dünya üzerindeki bu kültürel çeşitlilik yaşam alanlarına ayrı bir zenginlik katmaktadır. Bu farklılıklar, toplulukların gösterecekleri hoşgörü ile bir arada yaşamalarını kolaylaştırmaya ve kültür çeşitliliğinin yaşanmasına yardımcı olmaktadır (Önger, 2013).

Ülkeler arasındaki sınırları aşan toplumsal politik ve ekonomik ilişkiler, her bir ülkede yaşayanların kaderini önemli ölçüde etkilemektedir (Mercan, 2013). 20. yüzyılın ikinci yarısından itibaren sosyal bilimcilerin tartıştıkları önemli konulardan biri olan küreselleşme; birey, toplum ve devletler açısından yeni bir durum olarak belirlenmiştir. Küreselleşme; ekonomik, kültürel, siyasi, teknolojik, dini, toplumsal birçok diğer olgu ile yakından ilişkili olup bu değişkenleri etkilemekte ve çoğu geleneksel kurum ve ilişki biçimlerini etkilemektedir (Mercan, 2013). Kültürel, politik, ekonomik, teknolojik, sanatsal ve toplumsal boyutlarıyla âdeta küresel bir köye dönen günümüz dünyasında, 21. yüzyılda tüm insanlığın varlığını sürdürebilmesi için güçlü bir biçimde kültürlerarası çalışmalara her geçen gün gereksinimi daha da artmaktadır.

Geçmişte çoğu zaman kültürler, birbirlerinden oldukça farklı, ayrı ve bağımsız birer varlık alanı olarak düşünülürken; iletişim ve etkileşim alanındaki gelişmeler sonucu son yüzyılda, kültürel benzerliklerde belirgin bir artışın olduğu açıkça görülmektedir. Farklı kültürlerle sahip olan insanlar birlikte yaşama ve sürekli etkileşim halinde olma zorunluluğu, insanlar arasında sürtüşmenin azalması ve yaşamlarında memnuniyetleri çoğalması adına formal ve informal kurallar belirlemiştir. Bu düzenlemeler, toplumlarda ortak kültürün devamına ve kişilerin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını teşvik etse bile bireyler ve toplumun alt gruplarında bazı çatışmalar yaşanması olasıdır. Sosyalleşme toplumların



inançlarından, tutumlarından, değerlerinden, formal ve informel normlardan oluşan karşılıklı anlaşmalar ve yaşanan çatışmalar sonucunda, bireylerin tolerans, affetme gibi duyguları bu durumla baş edebilmelerine yardımcı olmuştur (Kaleli, 2013).

Tolerans ahlaki bir değer olup, kişinin dayanıklılığı, sabrı, kendini kontrol edebilme becerisine ilişkin ipuçları verir. Tolerans, aktif bir süreç olarak işleyen, kişinin kendini zor durumlarda kontrol etmesi, hiç şikâyet etmeden sabır gösterebilmesi, içgüdülerini kontrol ederek gelişmenin bir aşaması olarak tanımlanmaktadır (Khormaie, Farmani ve Soltani, 2014). Encyclopedie Britannica'da tolerans; Latince "tolere", müsaade etmek, katlanmak, göz yummak başkalarını eylem ve yargılarında serbest bırakmak, kendi görüşümüze veya çoğunluğun görüş biçimine aykırı görüşlere hem sabırla ve yan tutmadan katılmak anlamına gelmektedir (Kaleli, 2013). Tolerans kavramının yanı sıra affetme de bu süreçte önem kazanan kavramlardan biridir. Affetme sözcüğü tüm kültürlerde kullanılagelen ve tüm dinlerde kullanılan bir kavramdır. Affetme kavramı anlam ve kapsam bakımından kültürler ve dinlere göre farklılıklar gösterse bile, bu yüzyılın başına kadar çok daha dikkatle kullanılmıştır (Rotter, 2001). Bu kavram, 1990'lı yıllardan itibaren ise sosyal ve klinik psikologların da araştırmalarına konu olmuştur (Wade, 2005: 2-4). Bu durum büyük ölçüde, affetmenin kişilerarası çatışmaları anlamlı bir biçimde değiştiren ve hatta sona erdiren etkili bir yol oluşturabileceğinin deneysel olarak kanıtlanmasından kaynaklanmaktadır (Bugay ve Demir, 2010, 2012; Bugay, Demir ve Delevi, 2012). Affedicilik, değişik kültürler içerisinde farklı şekillerde kullanılabilir. Ayrıca affetmenin farklı anlamları da bulunmaktadır. Bu anlamlardan biri başkalarının hatalarını hoş görmek, iç huzuru kazanmak veya hata yapan kişiyle iletişimin iyileşebilmesi için olumlu bir davranış sergilemektir. Sonucunda oluşan olumsuz duyguların ortadan kalkması, saldırganlığın azalması ve hatalı kişiye intikam duygusundan kurtulabilmek mümkündür (İmani Fer, 2012: 149-175). Affetme ile ilgili yapılan kültürlerarası çalışmalarla, insanların affetmeyi kavramlaştırma yolu incelenmiştir. Mullet ve Ark (2004) yapmış oldukları araştırma sonunda affetmeyi dört faktörlü bir modelle açıklamıştır. Bu faktörler; (a) Ahlaki bir davranış (değerlendirici bir faktör olarak affetme); (b) Karar değiştirme olarak affetme; (Affetmenin doğasını ifade eden bir faktör); (c) Affetme pişmanlığı teşvik eder (Affetmenin olası etkilerini ifade eden bir faktör) ve (d) Kapsamlı bir süreç

olarak affetme (Affetme kapsamını ifade eden bir faktör) olarak sıralanmaktadır (Mullet ve Ark, 2004).

Affetmenin yanısıra mutluluk kavramının insan hayatına olumlu etkileri nedeniyle araştırmacıların ilgi odağı olmuştur. Bundan dolayı insanlık tarihine bakıldığında mutluluk üzerine dűřünölüp sorgulanarak insanların mutlu olmalarının yolları ve nedenleri araştırılmıştır. Modern toplumlarda, mutluluk kavramı sadece bilimsel bir araştırma alanı değil, aynı zamanda toplum için anahtar bir konudur. Son on yılda, mutluluğun belirleyicileri üzerine yapılan araştırmalar ekonomik, sosyolojik ve kültürel faktörlerin mutluluk seviyelerini etkilediğini göstermiştir. Özellikle gelişmiş ölkeler bağlamında, daha önceki araştırmalara göre medeni hal, eğitim ve gelir gibi demografik ve ekonomik faktörlerin mutluluk ile ilişkili olduğu bildirilmektedir (Clark, Diener, Georgellis ve Lucas, 2008; Dolan, Peasgood ve White, 2008; Frey ve Stutzer, 2002; Tideman, Frijters ve Shields, 2008). Benzer sonuçların diğer ölkeler ve kültürlerde de benzer olup olmadığına ilişkin sınırlı sayıda araştırma mevcuttur. Son yıllardaki araştırmalar nispi gelir ve gelecekteki gelirle ilgili beklentiler gibi sosyal ve psikolojik faktörlerin mutlulukla önemli ilişkileri olduğunu göstermiştir. Sonuç olarak, insan rutin olarak kendilerini referans gruplarında diğerleri ile karşılaştırır, kendi durumlarını geçmişteki durumları ile karşılaştırır ve gelecekte tecrübe etmeyi bekledikleri durumlarına kıyasla řu anki durumlarını değerlendirerek yaşam memnuniyetlerini belirlemeye çalışır (Caner, 2015).

Bu araştırmada ise Türkiye ve İran'da yaşayan üniversite öğrencilerinin affetme, tolerans ve mutluluk düzeylerindeki benzerlikler ve farklılıklar belirlenmeye çalışılmıştır.

## **1.2.Problem Cümlesi**

Bu araştırmanın problem cümlesi aşağıdaki gibidir:

Üniversite öğrencilerinin, affetme, mutluluk ve tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve bazı (cinsiyet, yaş, medeni durumu ve okul türü) değerkenler açasından anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

## **1.3. Alt Problemler**

Araştırmanın alt problemleri aşağıdaki gibidir:

1. Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve cinsiyet açısından farklılaşmakta mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından farklılaşmakta mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından farklılaşmakta mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından farklılaşmakta mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve cinsiyet açısından farklılaşmakta mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından farklılaşmakta mıdır?
7. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından farklılaşmakta mıdır?
8. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından farklılaşmakta mıdır?
9. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve cinsiyet değişkenleri açısından farklılaşmakta mıdır?
10. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından farklılaşmakta mıdır?
11. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından farklılaşmakta mıdır?
12. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından farklılaşmakta mıdır?

#### **1.4.Araştırma Hipotezleri**

Bu araştırmanın denenceleri aşağıdaki gibidir:

1. Üniversite öğrencilerin affetme düzeyleri yaşadıkları kültür ve cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.
2. Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
3. Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.

4. Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
5. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
6. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
7. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
8. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
9. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve cinsiyet değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
10. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
11. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.
12. Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.

### **1.5. Araştırmanın Gereği ve Önemi**

Bu çalışmada Türkiye ve İran'daki üniversite öğrencilerinin “mutluluk, affetme ve tolerans” düzeyleri farklı değişkenler (cinsiyet, bölüm, yaş, okul türü ve medeni durumları) açısından kültürlerarası karşılaştırmalı olarak incelenmesi amaçlanmıştır. Böyle bir çalışmanın, toplumların birbirlerini daha iyi anlaması, aralarında sağlıklı ilişkilerin oluşturulması yönünde geliştirilecek politikalara ve yapılacak çalışmalara kaynaklık edebileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda, mutluluk, affetme ve toleransın birlikte ele alındığı kültürlerarası bir çalışmaya rastlanmadığı için konunun orijinal olduğu ve alana katkı getirebileceği söylenebilir. Huntington (2003); "Farklı medeniyetler dünyasında her bir medeniyet, diğeriyle var olmayı öğrenmek zorundadır" der. Modern ve çok kültürlü toplumlarda, yanlış anlamalar ve çatışmalar, farklı kültürel veya dini kökenden gelen nedenlerden dolayı kişiler arasında ortaya çıkması kaçınılmazdır. Bu çatışmaları ve zarar verici etkilerinin azaltılması için farklı halklar arasında affetme düzeylerini ve değişik anlamlarını araştırmak önemli görünmektedir (Bugay ve Mullet, 2013).

Ayrıca kendini tanıma; kendini geliştirme, zenginleştirme ve gerçekleştirme için ne kadar önemli ise, yaşanan toplumu geliştirme, zenginleştirme ve gerçekleştirme için toplumun tanınması da önemli bir konudur. Toplumun tanınmanın en önemli yollarından biri toplumun özelliklerini diğer toplumlarla kıyaslayarak hangi konularda farkı ya da benzer olduğunu belirlemektir. Bunu yapmanın iyi bir yolu da kültürlerarası çalışmalarla gerçekleştirmektir.

Literatüre bakıldığında, psikolojide psikopatolojik araştırmalar giderek yerini, bireyin olumlu yönlerine, mutluluklarına, iyilik hallerine ve olumlu duygu durumlarına (affetme, tolerans) ilişkin araştırmalara bırakmaktadır. Psikolojik sağlığın, psikolojik semptomların yokluğu ile açıklanamaması belki umut, mutluluk gibi olumlu psikolojik niteliklerin ve patolojik özellik göstermemesine rağmen kimlik ve kişisel açıdan uyumsuzluklara neden olan kişilik özelliklerinin araştırılmasını önemli hale getirmiştir (Nikukar, 2012: 84- 85).

Bu araştırmadaki gibi değişik kültürlerde affetme, tolerans ve mutluluk gibi duygu durumları incelemek bunun yanı sıra bu duygu durumlarını karşılaştırmak, bu duygu durumları arasındaki ilişkiye yönelik araştırmaların önemini daha da artırmaktadır. Çünkü toplum olarak yaşayan bireylerin tolerans ve affetme duygu durumları gibi iletişim kalitesini yükselten duygu durumları, sağlıklı ve mutlu yaşamın önemli koşulu haline gelmiştir. Bir ülkede yaşayan bireylerin yaşam kalitesini çok sayıda psikolojik faktör belirlemektedir. Bu faktörlerden üçü tolerans, mutluluk ve affediciliktir. Bu nedenle, bu faktörlerle ilişkili değişkenlerin anlaşılması bu konuda çalışan eğitimcilere, araştırmacılara, eğitim ve müdahale programları geliştirmelerinde faydalı olabilir.

## **1.6.Sayıtlar**

Bu araştırmanın sayıltısı aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmaya katılan öğrencilerin Türkiye ve İran'daki öğrencilerin veri toplama araçlarını içtenlikle ve objektif bir şekilde cevapladıkları varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan öğrencilerin Türkiye'dekilerin Türk kültürüne, İran'dakilerin İran kültürüne sahip olduğu varsayılmıştır.
3. Araştırmaya katılan öğrencilerin dinlerinin İslam olduğu varsayılmıştır.

## 1.7.Sınırlılıklar

Bu araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırma çalışma grubunu 2015-2016 eğitim öğretim yılında, İran'da Tahran ve Tebriz Üniversitelerinde, Türkiye'de Samsun Ondokuz Mayıs Üniversitesi ve Ankara'da Hacettepe Üniversitesinde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile sınırlıdır.
1. Bu çalışmada kullanılan “Kişisel Bilgi Formun” da ele alınan değişkenler ile “Heartland Affetme Ölçeği”, “Oxford Mutluluk Ölçeği” ve “Tolerans Ölçeği”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
2. Bu araştırma kesitsel bir çalışmadır. Bu nedenle elde edilecek bulgulara ilişkin neden sonuç ilişkisi kurulamaz.
3. Bu çalışmada katılımcılardan veriler, öz bildirim tarzı ölçekler aracılığıyla toplandığından araştırma sonuçları öz bildirim tarzı ölçeklerin sınırlılıklarını içermektedir.

## 1.8.Tanımlar

**Bu araştırmanın tanımları aşağıdaki gibidir:**

**Tolerans:** Genel anlamda kendi düşünce ve fikirleri farklı olmasına rağmen başkalarına katlanmak, tahammül etmek, dayanmak ve saygı göstermek.

**Affetme:** Hata yapan kişinin büyük adaletsizliğinin karşısında, hata yapan kişiyi sevgi ve şefkat ile görerek, olumsuz duygu ve yargının bırakılması olarak tanımlanmaktadır (Enright ve İnsan Gelişimi Çalışma Grubu, 1991, s. 123).

**Mutluluk:** Mutluluk, bireyin olumlu duyguları sık, olumsuz duyguları az yaşaması ve yaşamdan yüksek doyum alması olarak tanımlanmaktadır (Diener, 1984; Tayfun Doğan ve Sapmaz, 2012).

## BÖLÜM II

### LİTERATÜR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1. Affetme Kavramıyla İlgili Kuramsal Açıklamalar

Pozitif psikolojinin gelişimiyle psikologların affetmeye olan ilgisi artmaya başlamıştır ve affedicilik insanın olumlu özelliklerinden biri olarak kabul edilmiştir (Smith, 2006). Affetme son yıllarda, psikolojik bir yapı olarak araştırmacıların gittikçe daha fazla ilgisini çeken bir konu haline gelmiştir. Freedman ve Enright (1996), affetmenin eskiden teologlar ve filozoflar için bir araştırma konusu olmasına rağmen artık psikolojik danışma alanında ve psikolojide de kabul edilmektedir (Freedman, & Enright, 1996; McCullough, Worthington, & Rachal, 1997). Affetme, son zamanlarda medyada basit bir fenomen olarak yer almaktadır. Ancak birçok psikoloji araştırmalara göre, affetme zaman alan, çok çaba gerektiren ama faydalı bir süreçtir. Diğer bir deyişle, affetme araştırmacıları göre medyada gösterilenden daha zor bir süreç olabilir (Kanz, 2000).

Affetme, (1) Sinirsel yatıştırma yöntemi, (2) Başkalarına nefret duymanın azalması, (3) Eski algılar ve yorumlardan kurtulma, (4) Farklı ortamlara farklı şekillerde öğrenilmiş yanıtlardan kurtulma olmak üzere farklı anlamlar içermektedir (Brush, McGee, Cavanagh ve Woodward, 2001). Çok sayıda anlam içermesine rağmen, affetmenin herkes tarafından kabul edilen bir tanımı henüz yoktur. Tanımlar bilim adamlarının sahip olduğu bakış açılarına göre farklılık göstermektedir. Affetme ile ilgili yapılan tanımlarda bağışlama ve ‘af’, ‘göz yumma’, ‘mazeret’, ‘unutma’, ‘uzlaşma’ ve ‘herhangi bir yanlışı reddetme’ gibi benzer kavramlar arasındaki farklılıklar vurgulanmaktadır (Aytan, 2012). Aynı zamanda, bazı araştırmacılar affetmeyi uyum sağlama davranışı olarak görmekte ve affetme yoksunluğunu psikolojik bozukluk olarak değerlendirmektedir (Thompson ve diğerleri, 2005). Affetme, "Hatalı kişinin haksızlığına karşı, hatalı kişiye karşı oluşan olumsuz duygu ve yargılarından vazgeçme" olarak da tanımlanmaktadır (Enright ve İnsan Gelişimi Çalışma Grubu, 1991). Enright (1996) affetmeyi, "birinin, onu haksız yere inciten başka birine karşı, sevgi, cömertlik ve merhamet gibi hak edilmeyen hislerin teşvik edilmesiyle kızma, olumsuz yargılama ve ilgisiz davranma gibi hislerini isteyerek terk etmesi" olarak açıklamaktadır. Yaygın olarak kabul gören bu tanıma göre

affetme; kızgınlık, hayal kırıklığı ve cezalandırma gibi olumsuz tepkilerin yerine, merhamet, empati ve cömertlik gibi olumlu sonuçlara yol açabilecek tepkilerin isteyerek ve bilinçli olarak geliştirilmesi için çaba göstermektir (Zendi Pur, 2011: 3-4). Enright ve Coyle (1998: 140-142) affetmeyi “Bir kişinin suçunun yararına olacak şekilde kızgınlık ve intikam hakkından vazgeçmesi ve suçluya şefkat, iyilik ve sevgi ile yaklaşması” olarak tanımlar. Başka bir tanım ise “Kurbanın suçluya karşı düşünce, his ve davranışlarının prososyal değişimi” dir (McCullough, Pargament ve Thoresen, 2001). Diğer bir deyişle, bağışlama sürecinde, kurbanın suçluyu görmezden gelme, zarar verme veya intikam alma isteği azalırken suçluya karşı olumlu davranma motivasyonu artar. Kısaca, bağışlama süreci kişinin kendi içerisinde kalmaz, kişiler arası seviyede de devam eder. Affetme hem affedeni hem de affedileni (suçluyu) değiştiren aktif bir süreçtir. Aynı zamanda duygusal, davranışsal, bilişsel bileşenleri olan bilinçli ve istekli bir süreçtir (Ayten, 2012). Affetmenin anlamına ilişkin farklı yorumlar görülmektedir. Bu anlamlarsa başkalarının hatalarını hoş görmek, iç huzuru kazanmak veya hata yapan kişiyle iletişimin iyileşmesi için değerli bir davranış sergilemek sonucunda da olumsuz duyguların ortadan kalkması, saldırgan olmaktan uzaklaşmak ve hatalı kişiye karşı oluşan intikam duygusundan kurtulmaktır (İmani Fer, 2012: 149-175). Psikodinamik yaklaşım da affediciliği sevgi üzerine temellendirme eğilimindedir. Bu yaklaşıma göre affedicilik, merhamet ve iyilikseverlik ekseninde öfke ve saldırganlıktan uzaklaşma durumudur. Çünkü affediciliğin altında yatan en gizil güç sevmeye ve farkında olunmayan bağlılık ilkesidir. Bu bakış açısı, zarar verene karşı daha olumlu ve hatta sevgi dolu duyguları içermektedir (Sarıçam ve Biçer, 2015). Affetme olmaksızın, yaşam sonsuz bir kızgınlık ve intikam döngüsü tarafından yönetilir (Menahem ve Love, 2013). "WebSter" sözlüğün de affetme; bir yanlış davranışa olan nefret duygusundan kurtulmak, zararı hatalı kişiden talep etmekten vazgeçmek ve hatasını görmemek olarak ifade edilmektedir. Bu anlam, terapatik bakış açısından farklıdır; çünkü terapi açısından sadece hatayı görmemek değildir aynı zamanda hatalı kişiye karşı olumlu düşüncelerin ve davranışların da oluşması gerekmektedir (Saif, 2001).

### **2.1.1. Affetme**

Şahin (2015) affetmeye benzer kavramları açıklayarak bu kavramlardan hiçbirinin affetmekle aynı anlama gelmediğini öne sürmektedir. Mazur görmek



(hatalı kişinin kendini savunmak için haklı bir noktası olması), unutmak (olay unutuluyor ve sorun çözülmüyor), göz yummak (ortada özür dilemek için bir beklenti yok), haklı çıkarmak (hata yapan kişinin artık hatalı görünmemesi veya olaya farklı bakılması), özel af (adalet sağlayan bir otorite tarafından kişiye ceza verilmesi ve sonra cezanın hafiflemesi veya kaldırılması) ve uzlaşmak (sorunu çözme) olarak tanımlanmaktadır. Affetme, kendini veya diğerlerini masum yapmaz; affedince masumiyet geri gelmez; affetme suçluya bağlı değildir; affetme asla bir ceza veya cezalandırma çeşidi değildir. Gerçek affetme sevginin bir hediyesidir (Şahin, 2015).

Affediciliğin bilişsel, davranışsal, motivasyonel, ve kişilerarası bileşenleri olan karmaşık bir fenomen olduğuna dair fikir birliği vardır. Bununla birlikte, empatinin mi ya da negatif duyguların pozitif duygularla yer değiştirmesinin mi affediciliğin temel yönünü belirlediğine ilişkin anlaşmazlıklar vardır (Lichtenfeld, Buechner, Maier ve Fernández-Capo, 2015). İşlenen suçla ilgili öfke, sonradan akla gelen düşünceler ve öfkeli anılar, sıklıkla öfke ruminasyonu yaratabilir. Öfke ruminasyonunda daha önceki bir suçla ilişkili negatif düşüncelere tekrar tekrar odaklanmaktır. Bu negatif düşünceler kişinin zihninde suçu yeniden canlandırması, intikam ile ilgili fanteziler kurması ve yaşadığı başka ilişkili suçların üzerinde durmayı içerir (Barber, Maltby ve Macaskill, 2005). Bir suçla ilgili ruminatif düşünce sıklıkla intikam alma motivasyonuna yol açar ve affetme yolunda bir engel olabilir (McCullough, Bellah, Kilpatrick ve Johnson, 2001).

Ruminasyon sıklıkla olayları analiz etme veya hareketlerden yakınma gibi yoğun kendine odaklanma içerdiği için, utanç gibi öz bilinç duyguları ve kendini suçlama veya kendini affetme gibi deneyimlerle ilişkilendirilebilir. Geçmişteki araştırmalar ruminasyonun yüksek özeleştirici ve kendini suçlama (Nolen-Hoeksema ve Jackson, 2001) ve aynı zamanda utancın artması ile ilişkili olduğunu göstermiştir (Law ve Chapman, 2015). Dahası, geçmişteki araştırmalar ruminasyonun küresel, kendini küçük gören düşünceleri derinleştirdiği ve daha sonrasında da daha fazla ruminasyona yol açan kişinin kendini kusurlu gördüğü bir potansiyel döngüsünden bahsetmektedir (Orth, Berking ve Burkhardt, 2006; Tilghman-Osborne, Cole, Felton ve Ciesla, 2008). Son olarak, özellikle kendini suçlama ve utanç deneyimlerinden sonra kendini affedebilme ve kabul edebilme yeteneği olan kendi kendini affetme, negatif duygulanımda azalma ile ilişkilendirilmiştir (Wohl, Deshea ve Wahkinney,

2008). Ruminasyonun öz-bilinç deneyimlerini (örneğin; utanç, kendini suçlama, kendini affetme) artırdığını ileri süren teori ve ilişkisel kanıtların olduğu görülmektedir (Law ve Chapman, 2015). McCullough, Pargament ve diğerleri, (2001), bir kurbanın suç işleyen kişiyi ya onlara zarar vererek ya da verdiği faydalardan alıkoyarak cezalandırabileceğini ileri sürmektedir. Bu duruma göre, Fincham, Hall ve Beach (2006) göre, “kişide suçu işleyen açısından negatif düşüncelerin daha az motive hale gelmesidir. Bu durumda, bir suçlunun suçla ilişkili negatif özelliklerini unutmak kişinin suçu işleyenle barış içerisinde olduğuna dair bir ipucu olabilir. Gerçek anlamda bağışlayıcılığın kişinin başka birini duygusal olarak bağışlaması anlamına gelmesi düşünüldüğünde, duygusal bağışlayıcılığın, karara ait bağışlayıcılığa kıyasla daha fazla unutmaya neden olduğunu ortaya çıkarmaktadır (Lichtenfeld ve diğerleri, 2015).

Pozitif düşünceli insanların yaşam doyumu genellikle yüksek olduğu için onlar heyecanlarını kontrol etmeye çalışarak insanların ve kendilerinin hatalarını affetmeye eğilimlidir (Dehestani, 2014a: 19). Araştırmalar affetme ve yaşam doyumu arasında pozitif yönde ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Affetme duygu durumu, kişinin mantıklı olup olmamasına bağlı değildir aynı zamanda kişinin kişilik özellikleriyle de ilişkisi vardır (Seligman, 2013). Everett Worthington, nasıl affedeceğimize dair beş aşamalı bir yöntem sunmaktadır; birinci aşama, hatırlamak (somut bir şekilde olayı hatırlamak); ikinci aşama, empati kurmak (karşı tarafın bakış açısını anlayarak mektup yazmak); üçüncü aşama, sizi geliştirmesi için bir konuda ona teşekkür etmek; dördüncü aşama, affetmemizi dile getirmek ve son aşama ise, bu davranışlarımızın devamını sağlamaktır (Seligman, 2013). Aynı zamanda empati (ya da empatik anlayış) ve uzlaşmacılık gibi bazı kişisel özelliklerin başkalarına karşı bağışlama eğilimlerini teşvik ettiğini göstermiştir (Koutsos, Wertheim ve Kornblum, 2008; Macaskill, Maltby ve Day, 2002; McCullough, Worthington, Maxey ve Rachal, 1997).

### **2.1.2. Affetme ve Sağlık**

Affetme, insanın ruh sağlığı açısından da önemlidir. Piderman (2010)'a göre affedicilik kinin ve acının uzaklaştırılması, kırgınlık ve intikam düşüncelerinden uzaklaşmaya karar verilmesidir. Bu yönüyle affetmenin temelinde genel anlamda insan sevgisi yer almaktadır (Sarıçam ve Biçer, 2015).

Çok sayıda araştırma, affetmenin genel sağlığa faydalarını ve depresyon gibi psikolojik rahatsızlıkları azalttığını göstermiştir (Dyke ve Elias, 2007; Lawler ve diğerleri, 2005; Toussaint, Williams, Musick ve Everson, 2001). Lawler ve diğerleri (2005) çalışmasında, affetmenin negatif duyguların (örneğin stres, kızgınlık, yorgunluk, şaşkınlık ve depresyon) azalmasına ve pozitif duygular ile sağlık durumunun artmasına katkı sağlayan önemli bir değişken olduğunu göstermiştir.

Araştırmacılar, aynı zamanda, bağışlama terapisinin (haksızlığa uğramış kişinin suçları analiz etmesine yardımcı olan) affetmeyi bir seçenek olarak teşvik eden ve affetmek ile ilişkili becerileri öğreten bir terapi olmasını ve depresyon, sürekli kaygı ve madde kullanımının olasılığını azalttığını belirlemiştir (Lin, Mack, Enright, Krahn ve Baskin, 2004). Psikoterapideki affetme süreci hem suçluya karşı kızgınlıktan vazgeçmeyi hem de kızgınlığın yerine duyarlı farkındalık ve duygudaşlık getirmeyi içerir. Geçmişteki suçları daha nazik, daha belirsiz bir bakış açısıyla yeniden kavramsallaştırarak danışanlar ruhani ve bilişsel bir bakış açısı değişikliği elde ederler ve semptomları azaltarak yaşam kalitelerini yükseltirler. Bu çeşit kavrayışlar, hastaları geçmişteki incinmişleler ve kızgınlıklara tutunmayla ilişkili ıstırabın ötesine geçirek içlerindeki Buddhay'a yaklaştırır. Bu süreç, yoğunlaşma meditasyonu ve suçluyu tanımlamak için bakış açısı kazandıracak tekniklerle kolaylaşır. Bağışlama terapisi, başkalarına olduğu kadar kişinin kendisine karşı da barış duygularını geliştirerek hastanın sağlığında iyileşmesine katkı sağlar (Menahem, 2013: 830). Son yıllarda, travma kurbanları arasında bağışlayıcılık ve travma sonrası stres bozukluğu (PTSD) belirtileri arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırma literatürü daha yüksek affedicilik ve daha düşük PTSD semptomları arasında ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır (Weinberg, Gil ve Gilbar, 2014). Üstelik samimi ilişkilerde empatiyi geliştirdiği için affetmeyi arttırarak evlilik doyumunu geliştirir. Yani affeden kişiler evlilik içerisinde olumlu değişiklikler yaratarak kişilik ve kişiler arası iletişimlerini geliştirir (Leo, 2011). Psikologlar affetmeyi, tedavinin bir süreci olarak görmeleri gerekir. Özellikle eşler arasındaki bazı problemlerde, ilişkilerin düzene girmesi için affetmenin sağlanması çok önemli bir konudur. Örneğin, affetme yöntemlerinden birisi, bireylerden her biri eşlerinin önceden yaptıkları olumlu bir davranışı hatırlaması biçiminde geliştirilebilir (Jangesma, 2007: 139).

### 2.1.3. Affetme ve Din

Affetme, yüzlerce yıldır filozof ve teologlar tarafından araştırılmıştır. Tanrı'nın affetmesi ve Tanrı'dan affetmesini istemek genellikle teoloji bağlamında incelenmiştir; fakat kişilerarası affetme, felsefe bağlamında tanrının affetmesinden bağımsız olarak tartışılır. Bu bağlamda, bazı filozoflar affetmeyi bir zayıflık olarak değerlendirirken, diğerleri bir cesaret veya güç belirtisi olarak değerlendirmektedir (Enright ve Coyle, 1998). Psikolojinin ilk zamanlarında, psikologlar büyük ölçüde "katılık", "dogmatizm" ve "saldırganlık" gibi anti-sosyal tutumları ve davranışları incelemiş ve bazen bunları "sevgi", "yardımseverlik", "bağışlama" ve "hoşgörü" gibi kavramlarla karşılaştırmıştır. Örneğin, Freud "ceza", "intikam", "utanç" ve "suç" gibi temaları vurgularken çalışmalarında nadiren "affetmeyi" tartışır (Ayten, 2012).

Bütün büyük dini geleneklerde olan önemli konulardan biri affedilmenin teşvik edilmesidir (Sanderson ve Linehan, 1999). Bu yüzden, araştırmalar dindarlığın genel olarak bağışlama ile ilişkili olduğunu (Gorsuch ve Hao, 1993; McCullough ve Worthington, 1999) ve affetmenin (yani, kişinin çeşitli durumlarda bağışlama eğilimi) sonuçlarının Protestan ve Yahudi alt gruplar arasında (A. B. Cohen, Malka, Rozin ve Chermas, 2006) Hıristiyan ve Müslüman alt gruplar arasında (Azar ve Mullet, 2002) tutarlı olduğunu göstermiştir. Affetme bir ahlaki erdemdir ve başkalarının hatalı davranışlarına karşı yapılıp ve eğitimle geliştirilebilir. İslam'da ahlaki davranışlar önemli olduğu için Kuran'da da bu konuya önem verilmiş, kişinin özel ve sosyal hayatında affetmenin değeri ve önemi belirlenmiştir. Kuran'ın ayetlerinde kişilerin hatalarının affedilmesi üzerinde durulmuştur (Maide, 3ayet) ayrıca affetme sözcüğü defalarca değişik sözcüklerle ifade edilerek (örneğin; gafur, rahmet, af, fazilet, halim) bu konunun ne kadar önemli olduğu ve değer verildiği görülmüştür (İmani Fer, 2012: 149-175).

Affetme yardımıyla tarihi yeniden yazarak, kötü hatıraların gücünü azaltarak hayatımızdaki olumsuz etkileri azaltabiliriz. Şükran duyma, eskideki olumlu hatıraların önemli anılarını büyütür ve o duygunun yoğunlaşmasını sağlar. Yani şükran duyma, pozitif olarak görülür ve bunun yanı sıra affetme de olumsuz duygularımızı değiştirerek hayattan daha çok memnun olmamızı sağlar (Seligman, 2013). Eskiye dayalı negatif düşünceler, tekrarlı ve güçlü bir şekilde olumlu heyecanların (huzur ve barış) ortaya çıkmasını önleyebilir. Bu konu milletlerde de görünür. Gerçekte veya geçmişte adaletsiz bir liderin olması, o ülkenin insanlarını

agresif ve intikam dolu bir millet yapabilir. Slobodan Milosevic, balkanlarda savaş ve ölümlere sebep olmuştur. Archbishop Makarios, Kıbrıs'ta Türklere karşı nefret duygusu oluşturarak Türkler ile Yunanlıların savaşmasına neden olmuştur. Bu sebeplerden dolayı, kötü heyecanlardan kurtulmak ve mutlu anı yaşamakta önemli bir nokta, eski negatif düşünceleri affetmeyle ilgilidir. Affetmek olumlu davranmayı ve intikam duygusunu engeller. Affetmek, kötü hatıraları iyi veya nötr hale getirerek hayatı daha mutlu yapar. Türk dünyasının bazı atasözlerinde, kötülük yapanı bile affetmek, iyilikle karşılamak istenir: “İyiliğe iyilik her kişinin işidir, kötülüğe iyilik er kişinin işidir”, “Sana taşla vurana sen aşla var.” Türkiye Türkçesi’nde ise “İyiliğe iyilik her kişinin işidir, kötülüğe iyilikler kişinin işidir” şeklinde söylenen atasözü;(İyiliğe iyilik her kişinin işidir/ Kötülüğe kötülük fena kişinin işidir/ İyiliğe kötülük kör kişinin işidir/ Kötülüğe iyilik er kişinin işidir)” (Çobanoğlu, 2004) biçiminde de söylenmiştir.

#### **2.1.4. Affetmenin Negatif ve Pozitif Boyutları**

Affetme, suç işleyen kişi karşısında negatif bir motivasyonel durumdan uzaklaşmayla elde edilmez. Affedenin kırgınlık, öfke, misilleme dürtüleri ve bunun gibi durumlarının üstesinden gelmek affediciliğin iki boyutundan sadece birisidir. Holmgren (1993)’ın dediği gibi, “Gerçek affetmek durumuna ulaşmada kurban yanlışı yapan kişiye karşı gerçek bir iyi niyet tutumu sunar” Downie (1971), affediciliğin pozitif boyutunu “Her zaman kişilerarası davranışı karakterize etmesi gereken saygı tutumu” olarak tanımlar. Bu durumda, affedicilik yanlışı yapan kişiye karşı olumlu bir motivasyonel durum içerir. Bağışlayıcılığın negatif boyutu bir kaçınma amacının üstesinden gelmek ve böylelikle yaralanmanın sebep olduğu engeli ortadan kaldırmak olarak tanımlanabilir (Finçam, 2000:3-7).

Yoshimura (2007) intikamın amaçları ve duygusal sonuçları üzerine yaptığı analizlerinde, 9 çeşit intikama yer vermiştir: aktif mesafe koyma, yeni ilişki başlatma, kaynakları geri çekme, belirsizlik artıran teşebbüsler, sözel değişim, adını lekeleme, maddi zarar verme, fiziksel saldırganlık ve diğerleri. En sık kullanılanlar, aktif mesafe koyma, kişinin diğerlerine fiziksel veya duygusal ulaşılabilirliğini geri çekmesi, fiziksel saldırganlık, hedefe fiziksel rahatsızlık, sıkıntı veya acı verme girişimi ve adını lekeleme, kişinin kişisel veya olumsuz yönlerini başkalarına açarak hedefin olumlu imajını azaltma girişimleri. Yoshimura intikamdan kaynaklanan daha az olumlu davranış bulmuştur ve intikam ile ilişkilendirilen duyguların pişmanlık,

öfke, endişe ve korku olduğunu belirlemiştir. İntikam ile ilgili olumsuz duygular göz önünde bulundurulduğunda, affedilme isteği ve ilişkide anlaşma, geçmişteki suçlarla başa çıkmak için daha iyi bir seçenek olabilir. Affetme, suç işleyen kişiyle ilişkili bilişte, duygularda ve davranışlardaki değişiklikleri içerir (Enright ve Fitzgibbons, 2000). Affediciliğin pozitif ve negatif boyutlarını ayırt etmek en az iki sebepten dolayı önemlidir. İlk olarak, affedicilik ve affetmeme incelenerek tam anlamıyla öğrenilemez, tıpkı evlilik kalitesi ve evlilik sorunlarının araştırılmasıyla tam anlamıyla öğrenilmeyeceği ya da iyimserliğin, öğrenilmiş çaresizliğin araştırılması ile anlaşılamayacağı gibi. İkinci olarak, affediciliğin negatif ve pozitif boyutlarının farklı belirleyici faktörleri, bağıntıları ve sonuçları olabilir (Fincham, 2000:3-7).

Brose, Rye, Lutz-Zois ve Ross (2005) affetmeyi üç bölümden oluşan bir süreç olarak kavramlaştırır: olumsuz kavramı bırakmak (intikam duyguları), yıkıcı duyguları ortadan kaldırmak (düşmanlık, öfke), ve zarar verici davranışları değiştirmek (saldırganlık, kaçınma). Pronk, Karremans, Overbeek, Vermulst ve Wigboldus (2010) affetmenin altında yatan bilişsel süreçleri incelemiştir. Dört ayrı araştırmada kişilerarası affetmenin üst düzey bilişsel becerilerle ilişkili olduğunu göstermiştir. Daha yüksek üst düzey bilişsel becerilere sahip olan katılımcıların geçmiş ve yeni hatalar için zaman içerisinde daha yüksek tasarrufla affetme gösterdiklerini bulmuştur. Çünkü üst düzey bilişsel beceriler, kurbanın olumsuz düşüncelerini ve duygularını azaltarak ve olumlu tepkilerini yeniden aktive etmesini sağlayarak affetmeyi kolaylaştırmaktadır.

Affetme kavramı genişledikçe, durum ve zamana bakmaksızın affetme eğilimini kavramsallaştıran sürekli affedicilik gibi ek boyutlar da ele alınmıştır. Bu alanda araştırmalar affetme eğiliminin öznel iyi oluşa pozitif etkilerini ortaya çıkarmıştır (Worthington, Witvliet, Pietrini ve Miller, 2007). Affetme eğiliminin birçok boyutu ele alınmıştır. Örneğin, kişinin kendisine karşı negatif olarak motive olmasından pozitif olarak motive olmasına yönelik değişimi tanımlayan kendini affetme (Hall ve Fincham, 2005), başka bir kişi ve kişinin kendisine değil “adil olmayan bir dünya”, “yaşam” veya “kader”e bağlı olarak ortaya çıkan durumsal affediciliktir. Bu bağlamda, kişinin kendisini ve durumları affetmesi, başkalarını affetmekten ziyade psikolojik iyi olma durumuyla daha fazla ilişki göstermektedir (Thompson ve diğerleri, 2005).

## 2.2. Tolerans Kavramı İle İlgili Açıklamalar

Günümüzde en çok tartışılan konular arasında "insan hakları" görülür. İnsan hakları evrenseldir ve bu haklar insanın onuruna saygıyı hedefler. İnsan hakları kavramı içerisinde, adalet, barış, demokrasi gibi birçok kavramı barındırır. Bu kavramlardan biri de "hoşgörü"dür. Hoşgörü, insana özgü, insanı yücelten en önemli erdemlerden biridir (Kepenekçi, 2004).

Her toplum düzeni toplum üyelerinin bazı ortak değer ve kuralları üzerinde birleşip anlaşmasını şart koşar ama görüş ve inanış ayrılıkları büsbütün ortadan kaldırılmayacağına göre, sosyal birliğin, tam bir tek-biçimliliğe vardırılamayacağı da ortadadır. Bundan da tolerans zarureti doğar. Tolerans neredeyse yaşamın her alanında sıkça kullanılan bir kavramdır. Psikoloji sözlüğünde tolerans "Genel olarak acı çekmeden stres, yük, acı, baskı, vb. dayanabilme yeteneği" olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2005). Tolerans, öncelikle fen, sosyal, din, kültür ve politika olmak üzere yaşamın her alanını ilgilendiren disiplinler arası bir kavram olarak tanımlanabilir. Günlük dilde sürekli kullanılan bu sözcük; göz yumma, hoş görme, dayanıklılık, anlayış, müsaade etme ve tahammül sözcükleriyle ifade edilmektedir (Kaleli, 2013). Encyclopedia Britannica'da toleransı "Başkalarını eylem ve yargılarında serbest bırakma, kendi görüşümüze ya da çoğunluğun görüş biçimine aykırı görüşlere sabırla hem de yan tutmadan katlanma" olarak tanımlanmaktadır (Batuhan, 2007: 75). Tolerans, aynı zamanda risk alma anlamına gelmektedir (Aydın, 1999: 45). Tolerans kişinin iç baskısına bir tepkisi olarak tanımlanabileceği için bu tepkinin sınırları kişiden kişiye göre değişebilir. Toleransın üst ve alt sınırı vardır. Alt sınır, kişinin karşılaştığı herhangi bir baskıya dayanamaması iken; üst sınır, her şeyi tolere etmesidir.

Her iki durum da insan için tehlikelidir. Tolerans bir gruptan diğerine yönlendirilebileceği gibi kişiden kişiye de yönlendirilebilir. Kişi tolerans yoluyla iç baskıyı dengelemeye çalışır, diğer bir deyişle, bir şekilde ruh sağlığını korumaya çalışır. Pozitif ruh sağlığının temelinde kişinin kendi veya başkalarının hatalarına izin vermesi, esneklik, belirsizliğe izin verme ve sorumluluk bilinci yatmaktadır (Ersanlı, 2014).

Pozitif düşünceli kişiler her zaman bardağın dolu kısmına odaklanırlar, hayatın ve durumların olumlu yönünü görürler (Dehestani, 2014a: 19). Bunun

yanında toleransın başka bir özelliği de kendini kontrol etme ve sakinleştirme yeteneği olarak ele alınmasıdır (Khormaie ve diğerleri, 2014).

Tolerans, kurumların dini, ahlaki, sosyal, siyasi ve benzeri alanlarla ilgili her türlü düşünce, kanı ve görüşlerini serbestçe dile getirip yaymalarına yönelik "düşünce hürlüğü"dür (Batuhan, 2007: 82-83). Tolerans kavramında şu ana unsurlar "başkalık unsuru, katlanma unsuru, hoş görme unsuru" yer almaktadır (Batuhan, 2007: 76). Ayrıca tolerans, kişinin onayı olmadan başkalarının yaptığına izin vermesi anlamına gelir. Benzer şekilde, Forst (2004) araştırmasında toleransın olması için kişi tarafından algılanan bir sorun olması gerektiğini ileri sürer. Sorun olmaması durumunda, toleranstan ziyade kayıtsızlık ve kabul ediş oluşmaktadır (Forst, 2004). Latince "tolere" fiilinden gelen tolerans sözü yerine göre, katlanma (tahammül etme), göz yumma, izin verme, aldırma, hoş görme, hatta iyi karşılama anlamına gelir. Toleransın, tam toleranssızlık ile başkasının inanç ve fikir hürlüğüne saygı arasında değişen düzeylerde veya şekilleri olduğu söylenebilir (Batuhan, 2007: 325).

Toleransla ilgili birçok araştırma, toleransın kaygı, depresyon ve agresiflikle ters yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Khormaie ve diğerleri, 2014). Aydın (1999: 45), kişinin kendilerinden üstün olanlara tolerans gösteremeyeceğini belirtmektedir. Bununla birlikte, buradaki üstünlük tolerans gösteren kişinin algısıdır. Bulaç (1995: 78), başkalarının bireye bir tehdit oluşturduklarında toleransın sınırlarının oluştuğunu öne sürmektedir. Gürsoy (1999: 91), aynı zamanda insanlar akıllarını kullanarak karar verdiklerinde toleransın çoğunlukla zeka ile ilgili olduğunu ve göz yummanın ise kalp ile ilgili olduğunu ve kabul etme ile yapıldığını vurgulamaktadır. Ricoeur (1996) eğer tolerans dayanıklılıktan daha fazlası ise bir adım daha ileri giderek ve gerçekten yardım etmeyi ima ediyorsa, o zaman tehlikedeki kişilerin yardımına koşmak tolerans gelişiminde yeni bir aşama oluşturmaktadır. Bunun yanı sıra tolerans, kayıtsız davranma ve önemsememe anlamında düşünülmemelidir (Ricoeur, 1996).

İnsan ilişkileri açısından çok önemli olan tolerans, başkalarında direnç oluşmasını engeller. Çünkü direnç ortaya çıktığında, iletişim bozulur. İlişkiler güçleşir ve böylelikle değişiklikler engellenir. Bu yüzden, tolerans değişikliklere yol açan bir tutum olarak düşünülebilir. Aynı zamanda, tolerans uzlaşmanın ortaya çıkmasına yardımcı olur. Aynı zamanda, kişilerarası ilişkilerde zamandan tasarruf edildiği düşünüldüğünde tepki süresini uzattığı için kişilerin daha demokratik



olmasına yardımcı olur. Tolerans kavramı kültürlerarasında daha fazla hoşgörü sağlanmıştır hem de demokratik toplumlar için önemli bir konu olmuştur (Ersanlı, 2014). Demokrasi ile tolerans kavramları arasında bir çeşit göbek bağı olduğu, demokrasinin toleransı, toleransın da demokratik bir hayat anlayışını gerektirdiği hepimizin hiç değilse demokrasiye inananlarımızın paylaştığı bir kanıdır (Batuhan,2007: 323). Tolerans, kişilerin kendi istekleri ile baskıya dayanabilmelerini sağlar; yani, kişi kendi gücü içerisinde tolere edebilir. Tolerans, iç güçlerin yardımı ile iç baskılara dayanabilmedir. Aslında, sabır göstermedir. Fakat bu baskı zorlanmış bir baskıdır, bu da demektir ki, kişi bunu içsel olarak onaylamaz (Gürsoy, 1999: 93).

Hoşgörü iki ayrı dilden gelen iki sözcüğün birleşimi ile oluşan bir sözcüktür. "Hoş", beğenilen duyguları okşayan anlamına gelen Farsça bir sözcüktür. "Görü" ise, görme yetisini anlatan Türkçe bir sözcüktür. Hoşgörü kavramına batı dillerinde karşılık veren sözcük "tolerans", Arapça ve Osmanlıca karşılığı ise "müsamaha" olarak tanımlanır. Ancak "hoşgörü" kavramının belirtilen bu iki sözcük ile tamamen örtüştüğü söylenemez. Tolerans, başkalarının inancına, yaptıklarına karışmamak ve önyargıdan uzak durmak, karşısındakine belli bir kusurluluk sınırı tanımak ve dinsel özgürlük anlamındadır. Toleranslı kişi karşısındakini anlamak, onun duyduklarını duymak zorunda olmayıp ona katlanmaya çalışmaktadır. Müsamaha kavramı ise, suç işleyen bir kişiye karşı tepkide bulunmamak, ona göz yummak, onu umursamamak ve dikkate almamak anlamına gelir (Kepenekçi, 2004). Meyer (2002)'a göre, bireysel tolerans erdemini özüdür. Sizden farklı olanları tolere etmek ve varlıklarını kabul etmek onlara değişme şansı ve en önemlisi de umut verme anlamına gelmektedir (Meyer, 2002).

### **2.2.1. Tolerans ve Sağlık**

Toleranslılık doğuştan gelen bir dürtü olsa da toleranssızlığı bir rahatsızlık olarak ele alan Spinoza, toleranssızlığın tedavisini gerek bireyde gerekse toplumsal hayatta gelişmesini önermektedir (Kaleli, 2013). Yapılan araştırmalar, toleransın başa çıkma stratejileriyle (yüzleşme) pozitif ve kaçınmayla negatif yönde ilişkisi olduğunu aynı zamanda tolerans ile evlilik doyumu ve genel sağlık arasında pozitif yönde ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır (Khormaie ve diğerleri, 2014). Psikoloji, politika, sosyoloji, sosyal bilimlerde çalışan araştırmacıların sürekli düşüncelerini sağlayan ve araştırma yaptıkları en önemli konuların başında, toplumu oluşturan bireylerin daha sağlıklı yaşayabilmeleri için kendilerine yönelik saygı düzeyleri ile

daha fazla toleransın nasıl sağlanabileceği vardır. Toleransın tanımında, iki önemli unsurdan söz edilmektedir: farkındalık ve başkalık. Üstelik bu unsurların önemli olması ve sakınca oluşturması da tolerans için gereklidir. Aksi halde kayıtsızlık ya da umursamazlıktan söz edilebilir (Kaleli, 2013). Çalışanlar iş yerlerinde başarılı olmaları ve patron ve meslektaşlarıyla daha başarılı iletişim sağlamaları için; psikolojik danışmanlar, tolerans eğitimi vererek insanların ruhsal sağlıklılıkları korumalarına yardımcı olabilirler (Jangma, 2007).

### **2.2.2.Tolerans ve Din**

Tolerans ahlaki bir değer olup kişinin dayanıklılığı, sabrı, kendini kontrol etmesi ve memnuniyetine işaret eder. Tolerans, aktif bir süreç olarak işleyen, kişinin kendini zor durumlarda kontrol etmesi, hiç şikâyet etmeden sabır göstermesi, yaptığı her çalışmada sabırlı davranması, içgüdülerini kontrol ederek gelişmenin bir aşaması olarak tanımlanmıştır (Khormaie ve diğerleri, 2014). Toleransın önemi bazen imanla aynı görülmüş ve 70'in üzerinde ayette açıklanmıştır. Örneğin, bir ayeti kelime bütün insanlar hayatları boyunca zorluklarla karşı karşıya kalıyorlar, zorluklarla yüzleşmeyen insan sayısı çok nadirdir ve hayat zorluklarla yaratılmış diyerek bu konuya işaret eder. Bu ayete dayanarak (Lakat khelegna insane fi kebed) insanın hayatındaki zorluklar, fiziki hastalıklar ve ruhsal sorunlarıyla yaratılmasını açıklamaktadır. Kuran'da, tolerans anlamı beş kategori de ele alınabilir. Bu kategoriler; 1. Mükemmeliyetçi kişilikler; zorluklara dayanmakla Allah'a yaklaşma düşüncesinde olanlar, 2. Sabırlı kişilikler; zorlukları tahammül edenler, 3. Hayattan memnun olan kişilikler; durumu şikâyet etmeden kabul edenler, 4. Dayanıklı kişilikler; bir işi bitirmekte ısrarcı olup devam edenler, 5. Kontrol sahibi olan kişilikler; içgüdülerden kendini tutanlar. Bazı çalışmalarda toleransı üç kategoriye ayırmaktadır; günah toleransı, itaat toleransı ve felaket toleransı. Günah toleransı cinsel dürtüleri, agresifliği, yemek, güç ve servete bağlıdır; itaat toleransı, zor işleri başarmak anlamındadır ve son olarak felaket toleransı ise hayatın zorluklarına dayanmaktır (Nuri, 2008: 68-69). Batı psikolojisinde de tolerans şimdiki ödülün daha değerli ödülü kazanmak için şimdiki ödülü önemsememek olarak değerlendirilmektedir. Bununla birlikte, toleransın İslami kaynaklarda daha geniş bir anlamı vardır. Tolerans sözcük olarak tutmak ve korumak anlamını taşıdığı için bu anlama dayanarak toleransı nefsi kontrol etmek, zor işlerde iç dürtüler ve agresifliği kontrol altında kendini tutmak olarak görülmektedir (Nuri, 2008: 68- 69). Tanrıya

güvenen öğrencilerin gelecekle ilgili daha fazla umudu vardır ve daha sabırlı hareket ederler (Parvinzadeh, 2015:1569). Dinin, sağlıklı bir yaşantı ile tolerans arasında bağlantısını anlamak çok zor değildir. Bütün dinlerde ahlak, insaf, fedakarlık, geleceğe dahil ümit vererek hayata anlam kazandırmak depresyonu önlemeye yardımcı olur ve insanın sosyal becerilerini geliştirerek insanların daha iyi hissetmelerine yardımcı olur (Seligman, 2013). Korku, tolerans eksikliğinin sebeplerinden biridir. Spinoza'ya göre, dini tolerans kişinin istekleri ve diğer ruh hallerinden ortaya çıkan umut ve korkularından kaynaklanmaktadır (Rosenthal, 2003). Bir toplumda hürlüğe çizilecek sınırları o toplumun dini, ahlaki, siyasi kanı ve görüşlerinin tümü belirler, dolayısıyla hürlüğün gerçekleşme derecesi her toplumun birlik ve düzenliğini ayakta tutabilmek için mutlaka gerekli saydığı pratik kuralların sayısına, çeşidine ve türüne bağlıdır (Batuhan, 2007: 83).

Tanrıya bağlılık ve güven kişinin olumsuzluklara karşı sabrını artırdığından, daha az göz önünde bulundurulmuş bu değişkenler arasında ilişki vardır. Sabır, insan zihnini yatıştıran kendi kendini adapte etme yöntemlerinden biridir (Kirkpatrick, 2005). Bu açıdan, islami kaynaklar (Kuran, imamların söz ve davranışları) hayattaki krizler ve streslerle başa çıkmak için farklı metotlara odaklanırlar, bunların anlaşılması ve kullanılması kişiye yaşamın anlamına ve bağlılığa ulaşmada yaşamın zor koşullarına uyum sağlamada destek olur. İmam Ali der ki: "Sabır, Tanrının insana ulaşması için yarattığı mükemmelliğe ulaşmasını engelleyen bütün faktör ve sebeplere karşı güç ve dayanıklılık anlamına gelir. (Parvinzadeh, 2015: 1569).

### **2.2.3. Tolerans ve Kendine Saygı**

Araştırmalar kendine saygılı insanları her zaman açık fikirli, toleranslı, merhametli ve empati sahibi olan insanlar olma eğiliminde olduğunu göstermektedir (Dehestani, 2014a: 24). Kendine saygılı insanların düşüncelerinin en önemli unsurları insanın kutsal olduğu, insanın bireyselliği, insanların farklı olmalarının kabul edilmesi olarak görülmektedir. İnsanın kutsal olduğu düşüncesinde her insanın yaratılışı sebebiyle saygı gösterilmesi gerekmekte ve bu yaratığın serbest seçim, serbest konuşma, yaşam tarzı ve haysiyetine karışılmaması gerekmektedir. İnsanın bireyselliği düşüncesinde "ben benim, siz sizsiniz" ve "biz değiliz", "her kişinin kendine has düşüncesi, inancı ve değerleri vardır ve kimsenin bizim hayatımıza karışmasına hakkı yoktur" ve "bizde başkalarının hayatına karışamayız" anlayışı vardır. İnsanların farklı olması

düşüncesinde "kimse kimseden üstün veya daha iyi değildir" anlayışı vardır (Dehestani, 2014a: 26-27).

Araştırma sonuçları dikkate alındığında tolerans düzeyinin yüksek olması bireyin kendine saygı düzeyinin yüksek olmasını ve özgüvenin yüksek olmasında beraberinde getirmektedir. Ancak bu bireylerin her zaman toplumca kabul gören davranışları sergileyecekleri anlamına gelmeyebilir. Çünkü tolerans doğası gereği içinde bir gerilim bulundurmakta ve bir katlanmadan söz edilmektedir (Gürsoy, 1999: 93).

#### **2.2.4. Ruhsal bir Tutum Olarak Hoşgörü**

Başkalarını anlayışla karşılama durumu "hoşgörü" olarak tanımlanmaktadır. Türkçe hoşgörü, "anlayışlı olma", Arapçada "müsamaha" ve Batı kökenli olarak ise "tolerans" (tolerance) olarak kullanılmaktadır. Zihnin bir tutumu olarak hoşgörü, insanların veya kuruluşların, belli bir toplumda geçerli olarak görülen bir normla olan uyumsuzluğu kabul etmesini sağlayan tutum olarak tanımlanabilir. Bu kabullenme, ne bireyin toplum kurallarına uymayan kişiyle aynı fikirde olduğunu ne de bireyin belli normdan "sapmalara" kayıtsız olduğunu ima eder. Bu yüzden, hoşgörü ne tamamen kabul etmektir ne de kayıtsızlıktır. Daha çok, toplum kurallarına uymayan kişiyle bireyin geçerli saydığı norm arasında ortaya çıkan farklılığın farkında olmayı varsaymaktadır. Aynı zamanda, bu farklılığın farkında olma, diğerlerinin var olma hakkının tanınmasının önüne geçmez (Arij, 1990: 1-10).

Bu paylaşımda, bir mantık vardır, ama aklın değil, kalbin mantığı. Rasyonel düşüncede bağdaştırılamayan şey sevgi gözüyle uyumun içinde görülebilir. Bu durum, birinin gerçeği anlamada mevcut farklılıklar için gözlerini kapatması anlamına gelmez. Bunu yapmak gerçeğe bir ihanet olur. Fakat farklılıkları kabul etme kesinlikle diğerinin kendi eşsizliğini onere etmektir. Bu farklılıklar bazen sancılı bile olabilir. Dostluğun görüş birliği bütün değildir, fakat birlikte kalplerimiz ve akıllarımızdan daha büyük olan gerçekliğe giden yoldaki bir var oluştur (Arij, 1990: 1-10). Bu kutsal yolculukta çok sabır gerekir. Nihai kapsamı sonsuz olduğu için yolu uzundur. Kişi gerçeği fethedemez ve bir kişi diğerini fethedemez. Gerçek bir dost diğerinin sabır yoksunluğuna karşı sabırlıdır. Sevgi gücünde güvenle, kalplerin uyumu mantığın çatışmalarına dayanabilir. Fakat kalpler çatışmada olduğu zaman, mantığın uyumu başarısız kalır. Dostlukta uyum ve çatışmanın ruhsal

tutumları bir araya gelir. Dostluk kişisel olmasına rağmen kişiye ait değildir. Dostluk kişide, dostunda bulunduğu ve kendi içinde geliştirdiği tutumlarla, ruhsal tutumda, kültür ve öğretilerde kendisinden farklı olan başka kişilerle tanışma eğilimini oluşturur. Bu yüzden dostluk, gerçekte diğerleriyle karşılaşma okuludur (Arij, 1999: 1-10).

### **2.2.5. Demokrasi ve Hoşgörü**

Demokrasi kavramını karşılayan ve kavramın işlerlik yönünü gerçekleştiren bir yaşam tarzı olarak demokrasinin devamını sağlayan hoşgörü, güven, işbirliği, dayanışma, organize olma gibi kavramlar (Çankaya, 2010) demokrasinin yaşama, insana, olaylara ve genel olarak tüm varlıklara bakış açısını yansıtan yönünü ifade eder (Öztaşkın ve İçen, 2015). Demokrasinin ana kavramlarından olan hoşgörü, bireylerin farklılıklarıyla bir arada yaşayabilmesi, doğruluk değerlerini dikkate almadan farklı inanç ve düşüncelerde bulunabileceğini kabul etme ve bu duyguya sahip olma esası üzerine şekillenmiş toplumsal yönü olan bir değerdir (Çalışkan ve Sağlam, 2012). Demokrasi değerlerinin içerisinde hoşgörü; “anlayış gösterme, saygı duyma, medeni olma, rahatsız olmama, farklı görüşlere sınır koymama, onlara tepki göstermeme ve fikirlerin karşılıklı olarak tartışılmasında ikna etme yönteminden ayrılmama” gibi değişik anlamlarla ifade bulmaktadır. Diğer açıdan hoşgörü “tüm faaliyetleriyle insanları, doğayı ve çevreyi ontolojik hallerine göre kabul etmektir” (Öztaşkın ve İçen, 2015).

Rosenthal (2003), bireysel ve toplumsal hayatta toleransın yaşanması ve artışıyla, toleranssızlığın ortadan kalkacağını ileri sürmektedir. Tolerans kavramı günlük dilde bazı kavramlarla açıklansa bile özellikle hoşgörü kavramıyla eşanlamlı kullanıldığı da görülmektedir. Oysa içeriklerine bakıldığında bu iki kavramın farklı olduğu görülmektedir. Hoşgörüde rahatsızlık, tahammül, katlanma ve bir iç sıkıntısı çekmeden bir gönül rahatlığı varken toleransta ise akıl ve mantık çerçevesinde pratik zorlukların gerektirdiği bir anlayış vardır. Toleransta akıl ve mantık beraberinde bir zorunluluğun kabul edilmesi söz konusu olduğu için daha çok akıl işi; hoşgörüde ise, gönüllü olarak kabul edildiği ve bir zorlama olmadan isteyerek yapıldığı için bir gönül işi vardır (Rosenthal, 2003). Tolerans kavramı, insanların kuramsal olarak geliştirdikleri eşitlik ve saygınlık kavramları ile bununla ters olarak gerçekteki yaşadıklarından kaynaklanan eşitsizlik ve içe atma olgularından doğmuş bir düşünce boyutudur. Tolerans kavramı (1) İnsanların ırk, din, ulusal ve kültürel köken olarak farklı olması, insan olmanın saygınlığı ve ona ait hakları sahip olmaları inancı; (2)

Hiçbir birey, grup, kültür veya toplumun “iyi” ve “doğru” kavramları çerçevesinde bulunmayacağı düşüncesi, demokratik yaklaşım olmak üzere iki ana kaynak üzerine temellenmiş ve gelişmiştir (Kaleli, 2013).

### **2.2.6. Toleransın Anlamı**

Tolerans, dünya kültürlerinin, ifade ve insan olma şekillerimizin çeşitliliğine saygı, kabul ediş ve takdirdir. Tolerans, bilgi, açıklık, iletişim, düşünce özgürlüğü, vicdan ve inanç ile birlikte gelişmektedir. Tolerans ödün, lütuf veya göz yumma değildir. Tolerans, her şeyden önce, evrensel insan haklarının ve başkalarının temel özgürlüklerinin tanınmasını sağlayan aktif bir tutumdur. Tolerans farklılıklara uyumdur. Sadece ahlaki bir görev değildir, aynı zamanda politik ve yasal bir gerekliliktir. Barışı mümkün kılan tolerans, savaş kültürünün yerine barış kültürünün geçmesidir (Unesco, 1996:2-3).

#### **2.2.6.1. Devlet Düzeyi**

Devlet düzeyinde tolerans adaletli ve tarafsız yasa koyma, yasa uygulama, yargılama ve yönetme süreci gerektirir. Aynı zamanda ekonomik ve sosyal fırsatların ayırım gözetmeden herkese sağlanmasını gerektirir. Toleranslı bir toplum elde edebilmek için, devletler var olan uluslararası insan hakları anlaşmalarını onaylamalı, gerekli olduğu yerde toplumdaki bütün gruplar ve bireyler için davranış ve fırsat eşitliği sağlamak için yeni yasalar tasarlamalıdır.

#### **2.2.6.2. Sosyal Boyutlar**

Modern dünyada, tolerans her zamankinden daha fazla gereklidir. Tolerans bireyler, aile ve toplum seviyesinde gereklidir. Tolerans ve tavırların açıklık, karşılıklı dinleme ve dayanışmayı şekillendirme açısından okullarda, üniversitelerde ve okul dışında evde ve işyerlerinde teşvik edilmelidir. Dünyanın her yerinde farklılık olduğu için, hoşgörüsüzlüğü ve kavgayı tırmandırmak her bölgede potansiyel tehditte yol açacaktır. Bu durum, ülkelerle sınırlı değildir, evrensel bir tehdittir (Unesco, 1995: 2-3).

#### **2.2.6.3. Eğitim**

Tolerans eğitiminin ilk basamağı, insanlara saygı duyma ve başkalarınınkileri koruma isteğini teşvik etmek için paylaşılan hakların ve özgürlüklerin ne olduğunu öğretmektir. Eğitimde müfredata, ders kitaplarına, derslerin içeriğine ve yeni eğitim

teknolojileri içeren diğer eğitim materyallerine dikkat etmek; özellikle diğer kültürlerle açık sorumlu vatandaşlar yetiştirmek, insanlar arasındaki farklılıklara karşı saygılı olabilmek ve çatışmaları önlemek veya bunları şiddet içermeyen yollarla çözmek anlamına gelir (Unesco, 1995: 2-3).

### **2.3. Mutluluk Kavramı ile İlgili Açıklamalar**

Mutluluk kavramı insanların belirli bir hayat standardını yakalayarak yaşaması, sağlık, sosyal-kültürel-fiziksel çevre, arkadaş sayısı, aile, eğitim, gelir düzeyi, ekonomik durum gibi pek çok açıdan kaliteyi yakalamasını ifade eder (Fisher, 2009). Mutluluk ve yaşam kalitesi özellikle son yıllarda önem kazanmaya başlamış bir konudur. Üzerine çok durulan ve araştırma yapılan bu konu, araştırmacıların ilgisini çekmeye devam etmektedir.

Günümüzde, mutluluk toplumlarda değerli bir hedef haline gelmiştir (Momeni, 2010: 2-5). Çoğunlukla, mutluluk insanların en değerli ve nihai amaçlarından biri olarak görülmektedir. Çünkü çoğu insanın hedefi, bu dünyada mutlu ve huzurlu bir hayatı olmasıdır. Bu nedenle, insanlığın başlangıcından itibaren mutluluk arzu ve hayal edilen nihai bir hedef olmuştur. Ama mutluluğa ulaşmak için herkes farklı yollara başvurmaktadır (Jasarevik, 2014: 1-2). Son yıllarda en çok satılan kitaplar arasında “Mutluluk” başlığında olan kitaplara rastlanmaktadır. Hızlı bir şekilde artış gösteren ve insanların tercih ettiği kişisel gelişim kitaplarının en önemli sebeplerinden biri onlara mutlu bir yaşama nasıl ulaşılacağını sunmasıdır.

Yüzyıllar boyunca, birçok disiplinden bilim adamları mutluluk veya öznel iyi olma durumunu (SWL) araştırmış ve etik, teolojik, politik, ekonomik ve psikolojik açıdan tanımlamışlardır (Diener, 1984). Mutluluk günümüzde (a) pozitif duyguların negatif duygulardan daha baskın olması ve (b) bütün olarak yaşamdan memnun olma hali olarak tanımlanmaktadır (Hills ve Argyle, 2002).

Mutluluk ya da öznel iyi olma, bireyin yaşamına dair olumlu düşünce ve duygularının miktarca üstünlüğüdür. Başka bir ifadeyle, bireylerin yaşamlarından aldıkları doyum ve olumlu duyguların toplamıdır (Kangal, 2013).

Mutluluk filozoflar tarafından uzun süredir üzerinde düşünülmesine rağmen psikolojik araştırmalarda son zamanlarda üst sıralarda yer almaya başlamıştır. Önceki psikolojik araştırmalarda, hastalığa yönelik modellere daha fazla yer verilmiştir. Yani, araştırmalar depresyon, stres ve diğer ruhsal hastalıkları tedavi

etme metotları sunarken son zamanlarda psikoloji artık mutluluk ve pozitif durumları ele almaktadır (Fisher, 2009). Araştırma sonuçları ise pozitif ve olumlu düşünceleri olan insanların daha mutlu olduklarını ortaya çıkarmıştır (Dehestani, 2014a: 19). Mutluluk konusu üzerine araştırmalar oldukça sınırlıdır ve var olan bilgilerle ilgili herhangi bir ifade kontrol edilemeyen klinik gözlemlerle desteklenmelidir. 19. yy.'da psikiyatrinin ortaya çıkışı ile psikiyatrik bozuklukların hastalık çeşitleri olduğu varsayılmıştır. Son yıllarda, bu varsayım çok fazla tartışılmış olmasına rağmen bu varsayım zihinsel sağlık mesleklerinde o kadar nüfuz etmiştir ki mutluluğun bir hastalık olduğunun gösterilmesi mutluluğu gelecekteki psikiyatrik bozuklukların hastalık sınıflandırılması içerisine katmak çok güçlü bir argüman olacaktır (Bentall, 1992).

Mutluluk, insanların ruhsal sağlık standartlarından birisidir. Mutluluk, ana duyguların bir dizi eylemde birbirini kuvvetlendirdiği hepsi de neredeyse bütün ve koordineli bir ya da daha fazla amaca yönelmiş tamamen entegre ve koordine bir kişiliğin bütün duygularının koordineli hareketinden kaynaklanır (Naseri ve diğerleri, 2013). Pozitif psikolojide, ruhsal eksiklikleri ve davranışsal eksiklikleri belirleme ile araştırma ve tedavi etmeye önem verme yerine insanın pozitif özelliklerini ve zayıflıklarını tanımasına ve olumlu yönlerini geliştirmeye önem verilir. Bu yüzden, mutluluk kişinin yaşamı, yaşama şekli ile ilişkili hükümlerinden kaynaklanan psikolojinin pozitif yönlerinden birisidir. Bu hükmün içsel bir özelliği vardır ve pozitif duygulardan etkilenir ((Myers ve Diener, 1995). Mutluluk kişisel tutum ve içgüdülere bağlıdır ve pozitif duygulardan ve yaşamdan hoşnut olmaktan kaynaklanan hoş ve istenilen bir özelliktir (Hills ve Argyle, 2002). Kısaca mutluluk, insanın kendini içtenlikle onaylanmış hissetmesinden doğar. Onaylanma Tanrı, hakikat ya da soyut standartlardan değil belki diğer insanların görüşlerinden kaynaklanmalıdır. Onaylanmak, başkalarının beğenisini kazanmayı gerektirir, bu da onların gözünde kabul görmek, övgüye değer bulunmak anlamına gelir (Marar, 2013).

Politik söylemde “mutluluk” kelimesi, “sağlık” veya “yaşam kalitesi” gibi terimlerle aynı anlama gelecek şekilde kullanılır ve hem bireysel hem de sosyal refah anlamında kullanılır. Sosyal bilimlerde, gittikçe artan bu kelime bir yönden bireyin nesnel hayata bakışı anlamına gelmektedir. Yaşam kalitesi kavramlarının dört özelliği ile birbirinden ayrılabilir bunlar da birlikte dört kat bir matris sağlar



(Veenhoven, 2012a). İlk ayırım, fırsatlar ve sonuçlar arasındadır. Yani, iyi bir yaşam fırsatı ve iyi yaşam arasındaki farklılık; ikinci bir fark ise, iç ve dış yaşam kalitesi arasındadır, diğer bir deyişle, yaşamın “dış” ve “iç” kaliteleri arasındadır. İlk durumda kalite çevrededir, ikincisinde bireydedir. Araştırmacılar, bu ayrımı “toplum kalitesi”ni “kişi kalitesi”nden ayırarak açığa kavuşturmuştur (Veenhoven, 2012a). Mutluluk, kişinin hayatını bir bütün olarak genel anlamda beğenmesidir, kısaca yaşadığı hayatı ne kadar beğendiğidir (Veenhoven, 2008)

Mutluluğun mantıksız olup olmadığını test ederken, Radden ve Edwards tarafından özetlenen mantıksızlık tanımlamalarına diğer yaklaşımları da başvurmak daha güvenli olacaktır. Böylelikle, veri eksikliği olmasına rağmen mutluluğun sıklıkla açık hedefleri gerçekleştirilememesi ile sonuçlandığını ve bu yüzden de mutlu kişinin beklenen faydasını azalttığını varsaymak mantıklı görünür. Mutluluğun potansiyel hayatı tehdit edici sonuçları tartışılmıştır (Bentall, 1992).

Mutluluğu literatürde en sık tanımlandığı şekilde, yani sık pozitif duygulanım, yüksek yaşam memnuniyeti ve sık olmayan olumsuz duygulanım olarak tanımlanır. Bu üç yapı Diener ve meslektaşlarına göre, öznel iyi olma durumunun temel bileşenleridir. Aynı zamanda, mutluluğun öznel bir tanımını, insanların kendi öz bildirimlerine dayanan bir tanımını kullandığımızı da belirtmek gerekir. Mutluluğun kişinin kendi görüşünden tanımlanmasına yönelik anlayış göz önünde bulundurulduğunda, bunun uygun ve hatta gerekli olduğuna inanılmaktadır. Diğer bir deyişle, mutluluğun esasen son kararı “o vücutta yaşayan kişinin” vermesi gerektiği öznel bir fenomendir (Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005). Fakat mutluluğun hükmünün öznel olması bu hükmün deneysel olarak araştırılmayacağı anlamı taşımaz. Örneğin, araştırmacılar bir kişinin son zamanlardaki olumlu duygulanım deneyimlerini (Frijida, 1999), sorunun sunulduğu çerçeveyi (Larsen & Fredrickson, 1999), kişinin sorusuna yüklediği anlamı (Schwarz & Strack, 1999) ve kişinin hüküm esnasında yaşam hedeflerine karşı memnun edici gelişme gösterme anlayışını (Carver & Scheier, 1990) araştırabilirler. Son olarak, öz bildirimle tanımlanmış mutluluğun öznel olması nispeten daha “nesnel” olan değişkenlerle ilişkisiz olduğu anlamına gelmez (Lyubomirsky ve diğerleri, 2005). Mutluluk (Happiness), basit olduğu yanlışlığı yaratsa da, aslında son derece esnek ve tanımlanması zor bir kavramdır. Oxford İngilizce sözlük, sözcüğün kökeninin “tesadüf olma” ve “tesadüf” anlamına gelen "happen ve happenstance" köklerinden türediğini belirtmektedir.

Çoğu sözlükte mutluluk, bir iyilik ve hoşnutluk durumu olarak tanımlanmaktadır. Günlük dilde mutluluk sözcüğünün kullanımında, "kendinden memnun olma, heyecan, neşe, zevk, huzur ve saadet" gibi pek çok sözcükle karşılaşılmaktadır (Marar, 2013).

Mutluluğu etkileyen faktörleri bilmek önemlidir (Caner, 2015). Mutluluğun birçok entelektüel öncüsü vardır. Bunlardan birisi ekonomik gelişmenin daha fazla mutluluğa yol açmadığını yazan Richard Easterlin'dir. Gözlemleri "Kederli ekonomi"de kitle tüketiminin aslında tatmin etmediğini, çünkü daha yüksek kendini gerçekleştirme ihtiyaçlarından ziyade "daha düşük ihtiyaçlara" hitap ettiğini ileri süren Tibor Scitovsky 'nin tüketici toplum ile ilgili kaygılarına uymaktadır. Benzer şekilde, Juliet Schorr güçlü ve etkili bir biçimde aslında ihtiyacımız olmayan şeyleri satın almak için çok fazla çalıştığımızı iddia etmiştir. Ekonomik gelişimin bizi daha fazla mutlu etmediği fikri doğal olarak başka şeylerin daha iyi olacağı iddialarını beraberinde getirir (Veenhoven, 2012a). Mutluluğa giden alternatif yollardan biri olan geleneksel "diğer dünya" maneviyatı ve mistik anti-materyalistlik hareketleri yükselişe geçirmiştir (Özellikle de "New Age" hareketinde). Başka bir alternatif ise, "sosyal gelişim"de görülür ve bu tepki içlerinde özgürleşme hareketleri ve toplulukçuluk olduğu birçok dünyevi ideoloji ile ilişkilidir. Son görüşün savunucularından birisi, arkadaşlıklardan tüketimden daha fazla mutluluk sağlayacağımızı iddia eden Robert Lane'dir. Bu fikrin son yıllardaki bir anlatımı da ekonomik yarışın sona ermesini, arkadaşlık ve topluma dönülmesini isteyen Richard Layard 'da görülür (Veenhoven, 2012a).

Mutluluk, doğuştan gelmese de evrensel bir insan arayışıdır. "Ahlak ve Yasa İlkeleri"nin ilk satırlarında Jeremy Bentham, insan davranışlarının zevk arama ve acıdan kaçınma ile yönetildiğini belirtmektedir. Bu motivasyon teorisinde çok büyük gerçeklik payı vardır; mutluluk insan davranışının tek etmeni değildir, en azından genel yaşam memnuniyeti açısından mutluluk diğer memeliler gibi evrimle birlikte gelişen açlık, seks, sevgi ve merak gibi farklı ihtiyaçlardan bağımsız değildir. Bütün bu ihtiyaçlar hedonik işaretlerle ilişkilidir, fakat tatmin edilmeleri sadece zevk açısından olmaz (Veenhoven, 2012b).

Lelkes (2006), Macaristan'da ekonomik ve politik değişimin mutluluk üzerine etkisini incelemiştir. Lelkes ekonomik değişimin ortalama olarak mutluluğu düşürdüğünü, fakat ekonomik değişimin etkilerinin toplumun farklı grupları için

farklılık gösterdiğini öne sürmektedir. Önceki araştırmaların çoğu, bireylerin mutluluk seviyelerinin birey seviyesinde veya ülke seviyesinde etkisi değişkenlerine yoğunlaşmıştır, bu da mutluluk seviyelerindeki değişimdeki farklılıkları açıklamada önemli sınırlılıklara sebep olmuştur (Lelkes, 2006). Mutluluğa karşı olmanın altında yatan inanış grupları şunları içerir: İnsanların mutluluğa karşı olmaları gerektiğine inanmalarının farklı sebepleri (örn, mutluluk biraz dikkat edilmesi gereken bir şey olması, çok dikkat edilmesi gereken bir şey olmasıyla da son derece dikkat edilmesi gereken bir şey olmasından) vardır. İnsanların mutluluğa karşı olmaları, mutluluğun farklı derecelerinin olmasından (örn. bazı insanlar sadece aşırı derecede mutluluğa karşıdır) kaynaklanır. İnsanların karşı olduğu farklı mutluluk çeşitlerinin olması (acı olarak değil, zevk olarak mutluluk, yaşamdan memnun olma mutluluk anlamında, dünyevi başarı anlamında mutluluk veya her çeşit kişisel mutluluk) ve kişinin mutlulukla ilgili sahip olabileceği farklı ilişkiler olması, mutluluğu çeşitlendirmiştir (mutlu olmak, mutluluğu ifade etmek, ya da aktif olarak mutluluğun peşinde koşmak). Yani, mutluluğa karşı olma kavramı hem farklı ilişkili hedeflere karşı olmayı hem de bu hedefleri karşı olmanın farklı sebeplerini yansıtır. Farklı kültürlerin insanların farklı mutluluk derecesine ve çeşitlerine farklı ilişkilerin, farklı derecelerde beğenilmemesi veya kaçınılması gerektiğine inanma eğilimleri vardır (Joshnloo, 2014: 6-10). Fakat mutlulukla ilgili bazı ilişkilerin beğenilmemesi veya kaçınılması gerektiğine dair bazı sebepler daha evrenseldir. Örneğin, bütün kültürlerden göz ardı edilemeyecek sayıda insan, aşırı mutluluk peşinde koşmamak gerektiğine, çünkü bunun mutsuzluğa yol açacağına inanırken çok az kültürdeki azınlık da mutlu olmanın kötü bir insan olmaya yol açtığına inanabilir (Joshnloo, 2014: 6-10).

Benlik saygısı araştırmaları, özellikle Amerikan okullarında çok etkili olmuştur ve bu etkinin nedenlerinden birisi eğitimin etkili olacağı düşüncesidir. Araştırmalar, benlik saygısının yüksek olanların çok daha hırslı, yıkımdan sonra irade güçlerinin yüksek olduğu ve çok az bir ihtimalle kendilerine karşı yıkıcı duygulara yakalandıklarını göstermektedir. Yüksek benlik saygısı kişiyi problemlere karşı beceriksizlik ve ümitsizlik duygusunu azaltarak kişide başarı ve mutluluk duygusunu arttırabilir (Baumeister, Campbell, Krueger ve Vohs, 2003).

Araştırmalar pozitif ve negatif duyguların ilişkili olmadığını ve bağımsız olduklarını göstermektedir. Bu demektir ki birisinin olmaması diğerinin var olmasını

garanti etmez, yani, memnuniyet, negatif duyguların yokluğu ile ortaya çıkmaz; yani, negatif duyguların olmaması mutlaka pozitif duygulara yol açmaz. Pozitif duygular başka koşullara da bağlıdır (Diener, 1984). Bu yüzden, mutluluğu tanımlamak için üç ayrı faktör incelenmelidir: pozitif duyguların nispi varlığı, negatif duyguların yokluğu ve yaşam memnuniyeti gibi bazı bilişsel değişkenlerin varlığıdır (Hills ve Argyle, 2002). Pozitif duygular yaratarak, mutluluk başarıyı sağlar. Pozitif duyguların varlığı yaşamın iyi olduğunu ve tehdit altında olmadığını gösterir. Daha çok pozitif duygulara sahip insanlar yeni girişimlerde daha fazla bulunurlar ve yeni işleri ile daha fazla ilgilidirler. Sonuç olarak, daha sağlıklıdırlar ve işlerinde daha başarılıdırlar. Aynı zamanda daha uzun yaşarlar ve sorunlarını daha iyi çözerler. Mutlu bireyler başarıyı garanti eden davranışlar ararlar. Genelde, pozitif duyguları daha yüksek insanlar iş yerlerinde daha iyi sonuçlar elde ederler (Boehm ve Lyubomirsky, 2008). Pozitif duygular tükenmişlik, iş devri ve işe gitmeme gibi istenmeyen davranışlarla negatif ilişkilidir. Tükenmişlik, iş devri ve işe gitmeme, bir organizasyon için çok masraflı olduğundan ve verimi azalttığından, bu ilişkinin son derece önemli olduğu düşünülürse, organizasyonlar mutlu insanları işe almalı ve mevcut personellerinin mutluluğunu artırmak için çaba göstermelidir (Credé, et al2005). Mutluluk yaşam kalitesini doğrudan etkiler. Araştırmaların gösterdiği üzere, mutlu insanlar aile yaşamı, arkadaşlarla ilişkiler, gelir, sağlık ve iş performansı gibi yaşamın birçok alanında daha başarılıdırlar. Sebep sadece başarının mutluluğu garanti etmesi değil, aynı zamanda mutluluğun başarı ile neden sel bir ilişkisi olmasıdır (Fisher, 2009).

Olumlu heyecanlar eskiye, geleceğe ve şu ana ait olabilirler. Geleceğe ait pozitif heyecanlar hoşgörü, ümit, inanç ve güven olarak sıralanabilir. Şu ana ait pozitif heyecanlar, mutluluk, huzur, coşku, tutku ve zevk olarak sıralanıyor ama eskiye gelince olumlu hatıralar ve onur olarak görünüyor. Ayrıca heyecan kavramı bu üç farklı zamanda (eski, gelecek ve şu an) birbirinden bağımsızdır ve yakın ilişkileri yoktur. Gerçi her üç zamandan memnun olmamız iyidir ama bu her zaman gerçekleşmemektedir. Örneğin, kişi eskideki bazı konulara iftihar ederek memnun olabilir ama şu anki durumundan mutsuz ve gelecek için de ümitsiz ve karamsar olabilir. Ama biz mutluluğun üç boyutunu anlayarak, eskiye ve geleceğe ait düşüncelere dikkat ederek ve şu anki halimizi değiştirerek heyecanlarımızı pozitif yöne taşıyabiliriz.

Mutlu olduğumuz zamanlarda negatif ve kötü hatıralarımızı hatırlamak çok zordur. Hâlbuki depresyondayken kolayca hatırlayabiliriz. Şükran duygusu bireylerin geçmişteki güzel olaylardan daha çok zevk almasını ve iyi bir şekilde anmasını arttırır. Amerika'da şükran ve affetme konusu, ilk olarak Micheal Mac ve Robert Emmons tarafından ele alınmıştır. Belirli bir anda yaşanan mutlulukla, geçmişte ve gelecekteki mutluluk boyutlarıyla arasında çok fark vardır. Belirli bir anda yaşanan mutluluğun birincisi zevkler, ikincisi memnuniyetler olarak iki alt boyuta ayrılır. Zevk, direk duygulardan ortaya çıkar, güçlü ve net duyguları içerir, duygulara bağlıdır, çabuk geçerler, düşünme süreleri kısa veya yoktur (dokunmak, seks, duymak, tatmak gibi); ama memnuniyetler yapılmasından hoşnut olduğumuz şeyleri içerir, uzun süre bizim ilgimizi üzerine çeker (kitap okumak, dans etmek, yüzmek gibi) (Seligman, 2013).

### **2.3.1. Mutluluk ve Kültür**

Mutluluk genel bir anlamı yoktur ve herkese has bir duygudur (Kerimi Motehheri, 2004). Böyle olsa bile, geçmişteki toplumların mutluluktan ziyade acıya değer verme eğiliminde olduklarına dair en az üç işaret vardır. Örneğin, mutluluk eski şehir toplumlarında yaygın bir konuydu. Fakat karanlık orta çağlarda insanların cennetten atıldığı ve mutluluğun sadece ölümden sonra mümkün olabileceği görüşünün egemen olması ile birlikte ortadan kaybolmuştur. Dünyevi yaşamda mutluluk fikri 17. yyda yine ortaya çıkmıştır. Kültürlerin neden mutluluğa önem vermediklerine dair sebepler düşünülebilir. Yaşam acıması olduğunda, mutluluğun iyi olmadığına inanmak rahatlatıcı olabilir. Mutluluğu reddetmek insanları savaş gibi ortak sebeplere itmek için işlevsel olabilir. Bu çeşit makro-toplumsal işlevlerin yanı sıra, toplumdaki gruplar arasında kültürel ayırım gibi içsel faktörler de işin içine girebilir. Bu orta çağlarda, dini kişilerin seksten vazgeçmelerinin sebeplerinden biri olabilir. Mutluluk karşıtı kampanyaları da entelektüel ayırım gibi benzer bir anlayışa yerleştirilebilir (Veenhoven, 2012a).

Son zamanlara kadar mutluluk kelimesi Çin dilinde yoktu. "Fu" veya "fu-qi" belki de eski Çin yazılarındaki mutluluğa en yakın eş değer kelimedir. Fakat pek de açık olmayan tanım genellikle "yaşamdaki pozitif veya iyi herhangi bir şey" anlamına gelmektedir. Wu (1991) uzun yaşamın, refahın, sağlığın, barışın, erdem ve rahat bir ölümün yaşamdaki en iyi değerler arasında olduğunu belirtmiştir. Bu yüzden, Çinlilerin mutluluk kavramı kabaca "maddi bolluğu, fiziksel sağlığı, erdemli

ve sakin bir hayatı ve ölüm ile ilgili endişe duymamayı" içerir. Çin'deki en eski ve en etkili felsefik eserlerden olan Değişim Kitabı'nda, kozmostan insan yaşamına kadar her şey asla bitmeyen ve döngüsel bir değişim süreci -iyi ve kötü, mutluluk ve mutsuzluk, iyi olma ve hastalık arasında- olarak görülür. Eski Yin-Yang kuramına göre, evren birbirine zıt iki temel ilke veya doğa olan Yin ve Yang'den oluşur. Bu iki güç arasındaki ilişki değişiklikleri hala sürekli değişmekte olan bütün yaradılışı oluşturmuştur. Çin iyi olma kavramının nihai amacı Yin ve Yang arasındaki uyumlu ilişkilerin neden olduğu doğa, insan toplumları ve bireysel anlamda insanlardaki dengeleşim durumudur (Lu, Gilmour ve Kao, 2001).

Bazı birey ve kültürlerin mutluluğu önleme veya azaltma eğiliminde oldukları mutluluğa karşı olma ile uyumludur. Çünkü mutluluğa karşı olan insanlar mutluluk verici durumlardan kaçınma ve içlerinde biriken mutluluğu bastırma eğilimindedir. Batılı olmayan bir toplumda kültürel mutluluğa karşı olma ile ilgili doğrudan kanıtlar "mutluluk korkusu" psikolojik yapısı üzerine iki araştırmada görülmektedir. Yapısal mutluluk ve aşırı mutluluğun olumsuz sonuçlara yol açıp açmadığına dair ifadelere katılıp katılmamayı değerlendiren beş madde vardır. Maddeler şunlardır: "Çok neşeli olmamaya çalışırım, çünkü genellikle neşeden sonra mutsuzluk gelir", "Ne kadar neşeli ve mutlu olursam, hayatımda o kadar fazla olumsuz şeyler beklemem gerektiğine inanırım", "Felaketler genellikle iyi şansları takip eder", "Çok fazla neşe ve eğlence kötü şeylerin olmasına sebep olur", ve "Aşırı neşenin bazen kötü sonuçları vardır" (Joshnloo, 2013b: 648). Mutluluğa karşı olmanın batılı olmayan kültürlerde daha yaygın olmasını beklememize rağmen batılı toplumlarda mutluluğa karşı olma, hatta mutluluktan korkma hem kişisel (Ben-Shahar, 2002) hem de klinik ortamlarda mutluluk korkusunun nasıl tedavi edileceği tartışmalarında görülebilir (Berg et al, 1998; Edmonds, 1946; Melka et al. 2011). Avrupa Birliği ve Amerika'da insanların büyük çoğunluğunun ebeveynlerinden daha fazla maddi serveti vardır; yalnız, bu nüfustaki mutlu insan yüzdesi artmamıştır. Bununla birlikte, depresyon ve anksiyete oranları dramatik şekilde yükselmiştir (Post, 2005). Eskiden mutluluğa ilişkin geleneksel anlayış, erdemli bir hayata sıkı sıkıya bağlıydı. Bugün ise, bunun tam tersi bir biçimde mutluluk, en azından batı toplumlarında, kendi kaderini tayin ve özerklik ilkelerini, mutlu yaşamın vazgeçilmez koşulları olarak görür (Marar, 2013).

Mutluluk coğrafyası kitabında Eric Weiner'in yazdığı kitapta demokrasi, mükemmeliyetçilik, servet, lüks, din, kapitalizm ve insanların ruh hali ile mutluluk

düzeylerinin ilişkisini incelenmiştir. Bu kitapta, beklenti düzeyinin mutluluğun en önemli etkenlerinden birisi olduğunu öne sürmektedir. Weiner, bu kitapta, "insanların hayatlarında beklenti düzeyi düştükçe küçük başarılar ve adımlarla mutluluk ve memnuniyeti hissederler" görüşünü ileri sürmektedir. Kuzey Avrupa ülkelerinden Danimarka ve Hollandalı insanların beklenti düzeyleri düşük olduğu için dünyanın en mutlu insanları arasındadır. Oysa Amerikan insanları yüksek beklentiye sahip oldukları için mutluluk düzeylerin düşük olduğu görülmektedir. Gerçi amaçlarımıza ulaşmak için hırslı olmak gerekir ama amaçlarımızı belirlediğimizde gerçekçi olmayıp hayalde yaşıyorsak amaçlarımıza ulaşamayınca hayal kırıklığı ve mutsuzlukla karşı karşıya kalabiliriz (Musevi, 2010).

### **2.3.2. Mutluluk ve Din**

Mutluluk insanın ruhunun ihtiyaçlarından birisidir. İslam, insanın ruhu ve cisminin ihtiyaçlarına dikkat ederek bu konuya da önem vermiştir. Çeşitli ayetler, hadisler bu konunun değerliliğini göstermektedir. Kuran'da, 25 kez mutluluk kelimesi kullanılmıştır (Merdaninokende, 2012: 36-39).

Kuran'da mutluluk, ağlamak ve gülmek, Tanrının verdiği bir özellik olarak tanımlanmaktadır. Bu ayette (Veennahu ezheke ve ebki) (Necm, 43) "O'dur sizi ağlatan ve güldüren çünkü bütün gülmek ve ağlamak durumları onun elindedir". Bu duyguları yaratan Allah, Kuran'da imanlı kişilerin cennetteki mutluluklarına işaret eder (gol befezlellah ve berahmete febezalek feliforhu hove kheyre mema yecmeun).

Freud'den sonra sosyal bilimler yarım yüzyıl boyunca, günah ve cinsel dürtüleri saklamak gibi durumlardan dolayı dine şüpheyle yaklaştılar, ancak son yirmi yıldır psikolojide inanmanın pozitif etkisi anlaşılmış ve dikkatleri daha çok üzerine çekmeye başlamıştır. Engelli çocukları olan dindar anneler, depresyonlarını daha kolay atlattığı ve inançlı olan kişilerin boşanma, hastalık, ölüm ve işsizlik durumlarında daha kolay baş edebildikleri görülmektedir. Araştırmaları incelediğimizde dindar kişilerin, dindar olmayanlara göre memnuniyet düzeylerinin daha yüksek olan ve daha mutlu insanlar oldukları görülmektedir (Seligman, 2013).

### **2.3.3. Mutluluk ve Sağlık**

Literatürde birçok olası mekanizmalardan bahsedilir. En yaygın bahsedilen doğrudan etki, kronik mutsuzluğun yüksek tansiyon ve düşük bağışıklık sistemi gibi uzun vadede zararlı etkileridir. Negatif zihinsel durumların etkisi psikosomatik tıpta

iyi belgelenmiştir. Aynı zamanda pozitif ruh durumunun iyi ruh halinde iken daha iyi bağışıklık tepkisi gibi hastalıklara karşı koruduğuna dair de çalışmalar vardır (Veenhoven, 2008). Başka bir sıklıkla bahsedilen mekanizma ise, daha iyi sağlık alışkanlıklarıdır. Mutlu insanlar kilolarına daha fazla dikkat etme eğilimindedirler (Schulz 1985: 52), hastalık semptomlarına karşı algısı daha yüksektirler (Ormel, 1980: 350) ve tehdit edici bilgilerle daha iyi başa çıkabilirler (Veenhoven, 2008). Mutlu insanlar daha sağlıklı yaşar, daha fazla spor yaparlar (Schulz, 1985) ve sigara ile içki konusunda daha ılımlıdır (Ventegodt, 1997:180-4). Mutluluk aynı zamanda vücudu dirençli tutan daha geniş aktivite yapan etkileri ile kişinin sağlığını daha iyi koşullarda devam ettirmesine yardımcı olur. Bunu zıttı işleyişi yavaşlatan depresyon olarak görülür (Veenhoven, 2008).

Mutluluk insan varlığının temel bir nesnesidir. Özellikle Dünya Sağlık Örgütü, mutluluğu sağlığın bir bileşimi olarak gittikçe daha fazla vurgulamaktadır. Mutluluk, bir dizi gönüllü ve gönülsüz faktör tarafından belirlenir. Tıp, ekonomi, psikoloji, nöroloji ve evrimsel biyoloji araştırmacıları içlerinde piyango kazanma, seçimler, gelir, iş kaybı, sosyal ekonomik eşitsizlik, boşanma, hastalık, kaygı ve genlerin de bulunduğu bir dizi faktör belirlemiştir (Nicholas, 2008). Psikolojik sağlığın fiziksel sağlığı pozitif etkileyeceği birçok kişi tarafından bilinmektedir. Bu fikir sadece holistik tıp destekçileri arasında görülmez, aynı zamanda akademik psikolojide de sağlam bir temeli vardır. Zihinsel sıkıntıların, depresyon, anksiyete ve kin gibi fiziksel sağlığa negatif etkileri üzerine kanıtlar vardır ve aynı zamanda pozitif zihinsel durumların da pozitif duygulanım gibi faydalı etkilerine dair bulgular vardır (Veenhoven, 2008). Bu bağlamda, mutluluğun fiziksel sağlığa yol açtığı bilinir. Mutluluğun hastaların tedavisine yardımcı olduğu ve insanları hastalıktan koruyup hastalanmalarını önlediğine inanılır. Bu görüşe göre, sağlık sadece hastalıkla değil, aynı zamanda daha geniş yaşam kalitesi ile ilişkili olmalıdır. Bu görüş, Dünya Sağlık Örgütü'nün sağlıkla ilgili sadece hastalık veya kusur olmaması değil, aynı zamanda genel fiziksel, zihinsel ve sosyal iyi olma durumu tanımlamasındaki gibi daha geniş tanımlara yansımıştır (Veenhoven, 2008). Bununla birlikte, bu durumla ilgili farklı görüşler de vardır. Örneğin, VaDam (1989), pozitif tutumların ciddi hastalıkları durduramayacağını ve mutluluk ile “kansere savaşma” fikrinin sadece kurbanı suçlayan bir illüzyon olduğunu ileri sürer. Aslında birçok araştırma mutlu kanser hastaları arasında daha uzun hayatta kalma süreleri



bulamamıştır; hatta bazı araştırmalar daha kısa hayatta kalma süreleri bildirirler (Derogatis, Abeloff ve Melisaratos, 1979). Bununla birlikte, mutluluğun koruyucu etkisi ile ilgili şüpheler ve hatta daha riskli yaşam tarzları sonucunda neşeli insanlar arasında daha fazla ölüm raporları da vardır (Veenhoven, 2012b).

#### **2.3.4. Gülümseme ve Mutluluk**

Gülümsemek, mutluluk ve sağlıkla çok yakın ilişkisinin olduğunu söyleyerek psikoterapinin gülümsemeyi sağlayarak insanların sağlıklı ve mutlu olmasına katkı sağladığı iddia edilmektedir. Gülümseme konusu hakkında farklı bakış açılarının olduğunu görüyoruz. Bazı bakış açıları, gülümsemeyi hayatın farklı aşamalarını eğlenceli hale getirdiğini; bazılarını ise, gülmek ve kahkaha atarak bütün sorumlulardan uzak durduğunu ortaya koymaktadır. Çok gülen insanlar sorumsuz insanlar olarak düşünülüyor ve çok ciddi, çalışkan insanlar ise, gülümsemelerine hasret duyulan insanlar olarak düşünülüyor. Üçüncü bakış açısı ise, "Hayat sadece hayal ederek komedi bir kitap veya sadece kaş çatarak devam etmek değildir belki her anında uyanıklık ve bilgimizi artırarak farklı sınavları yenerek bunun yanı sıra gülmek ve şakalarla mutlu günler yaratmak gerekir" biçiminde ilerlemelidir (Merdani nokende, 2012: 42-44).

Seligman, gülümsemeyi açıklayan kişilerden farklı olarak iki tür gülümsemenin olduğunu düşünüyor. Birincisi "daçenne" (Guillaume duchenne kişinin adını almışlar) sadık ve içten gelen bir gülümseme olarak tanımlamaktadır. Bu gülümsemede dudakların kenarları üste gelir ve göz çevresinin cildi kırışır. İkinci gülümse "pan" olarak adlandırılıyor, içten ve sadık olmayan bir gülümsemedir ve "daçenne" gülümsemenin ilk mimikleri olarak görünür. Bu bilgiye dayanarak Dacher Keltner ve Lee Anne Harker, Kaliforniya Üniversitesi'nden, Miliz Üniversitesi'ndeki 1960 yılında 141 öğrencinin resmini incelemiştir. Bu resimlerde 3 kişi hariç herkesin yüzünde gülücükler vardı ve bu gülümsemelerin yarısında "daçenne" gülümsemesi tespit edilmiştir. Daha sonra, bu kişiler yeniden seçilerek 1990 yılında yani 30 sene sonra mutluluklarını yeniden ölçülmüştür. Bu araştırmanın sonunda "daçenne" gülümseyen kişilerin ilerleyen zamanlarda daha çok mutlu oldukları görülmüştür (Seligman, 2013).

Başkalarının mutluluğu ve duygusal durumlar doğrudan olarak bir insandan diğerine "mimikler" ve "duygusal bulaşma" ya da başkalarında görülen duygular

olarak ilgili vücut hareketleri ve özellikle de yüz ifadeleri yoluyla transfer edilebilir. İnsanlar başkalarında gözlemedikleri duygusal durumları saniyelerden haftalara kadar değişen zaman aralıklarında “yakalayabilir”. Örneğin orta derecede depresyonlu bir oda arkadaşına rastgele sahip olan öğrenciler, üç ay içerisinde gittikçe depresyonlu olmuştur ve yabancılar arasında, çok kısa süre iletişim kuranlarda bile duygusal bulaşıcılık olasılığı “gülümseme ile servis”in müşteri memnuniyeti ve bahşiş üzerindeki etkileri ile kanıtlamıştır (Fowler ve Christakis, 2008).

### **2.3.5. Aşk ve Mutluluk**

Aşk ve mutluluk, evrimin en önemli ve devamlılığı olan konularından biridir ve farklı dönemlerde araştırmacılar ve yazarlar tarafından farklı şekillerde incelenmiştir. Avrupa ve Rusya'da sosyal, politika ve ekonomik nedenlerden dolayı aile sistemi dağılarak, evlenme şekli, aile ve aşkta da değişiklikler ortaya çıkmıştır. Bu değişiklikler, demokrasi ve liberal devriminden sonra batı ve Rusya'da ortaya çıkmıştır. Kadınlar eskiye göre daha çok sosyal ortamda bulunarak kendi ayakları üzerine durmaya başlamıştır ve bunun yanı sıra aşk ve ailede de erkeklerle beraber olmayı istemişlerdir (Kerimi Motehheri, 2004: 164). Serbest seçim, 100 yıl önce Rusya'da oluşan kurallarla çelişki içindedir. Örneğin eskiden gelin ve damat seçimi, anne ve baba kararıyla gerçekleşirken bu devrimden sonra bu hak gençlere verildi ve onların seçimlerinde maddiyata değer vermek yerine aşk ve duygulara daha çok önem verilmeye başlamıştır. Ancak, Chokhov'un dikkat ettiği konu onun hikâyelerinin kahramanlarının serbest seçimlerinin olmasına rağmen mutlu olmamalarıdır. Hikâyelerindeki kahramanları mutlu olmak için hey şey müsaitken mutluluğun tadını alamıyorlardır. Yani, seçim ve duygularda serbest olmak mutlu olmayı garanti etmiştir (166-168). Chokhov'un eserlerinde, her zaman âşık kahramanlar sıkıntı yaşayarak mutluluğun tadını alamamakta, iç huzurları olmamakta ve âşıklık dönemindeki hissettikleri huzur kısa süreli olmaktadır (Kerimi Motehheri, 2004: 166-168).

### **2.3.6. Bizi Mutlu Edenler**

Araştırmacılar bireyleri mutlu eden etmenleri incelemişler ve bir dizi iç ve dış etken belirlemişler ve bazı önerilerde bulunmuşlardır. Mutluluğa neden olan dış etkenleri (%8, %15) inceleyerek mutluluğumuzu nasıl arttırabileceğimize ilişkin

birkaç öneri: 1. Demokrat ve zengin ülkede yaşayan diktatör ve fakir ülke insanı mutsuz eder (büyük etken). 2. Evlenme (güçlü etken). 3. Olumsuz duygulardan uzaklaşma (orta seviyede etki). 4. Sosyal hayatı oluşturma (güçlü etki). 5. İman etme (orta seviyede etki). 6. Para kazanma. 7. Sağlıklı olmak için çabalama. 8. Eğitim alma. 9. Hava durumu ve iklimi iyi olan (güneşli) yerlere taşınma (Seligman, 2013).

### **2.3.7. Mutluluk ve Beklenti**

Beklentinin farklı seviyelerinin hangi durumlara neden olabileceğini incelemek istersek öncelikle beklentinin anlamına göz atmalıyız. Rotter (1954) "beklenti" kavramını geçmiş yaşantılara ve benzer alanlardaki deneyimlere dayanarak gelecekte belli bir alandaki başarı ya da performansa ilişkin düşünceler olarak tanımlamaktadır. Üstelik teknoloji ve kültürel yaşama bağlı nedenlerle piyasaların beklentileri devamlı değişmekte, geçmişte geçerli olan bir beklentinin bu günde geçerli olabileceği söylenemez. Teknoloji ve küresel etkilerin iş yaşamındaki sürekliliği tehdit ettiği görülmektedir. Bu çaba eğitim sistemine alakalı sorunların çözülmesi, gençlerin bu yeni dönemde hayata ve işgücü piyasalarının taleplerine daha etkin bir biçimde hazırlanmalarına olanak sağlaması açısından da önem taşımaktadır. Mutluluk ve yaşam memnuniyeti kişinin kendi seçtiği kriterlere göre yaşamının niteliği hakkındaki genel değerlendirmesi olarak ele alınmaktadır. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri geleceğe ilişkin beklentileri ile de ilişkili olduğu görülmektedir. Gelecekteki hayatlarında tüm beklentilerinin gerçekleştiğinden emin olan, geleceğe daha olumlu bakan veya beklentisi olan üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri; gelecekte bazı beklentilerinin gerçekleşmeyeceğine inananlara, hiçbir beklentisinin gerçekleşmeyeceğini düşünenlere göre daha yüksektir. Dolayısıyla geleceğe iyimser bakış düzeyi arttıkça üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri artmaktadır (Tuzgöl Dost, 2007). Beklenti kişinin performansı etkileyen bir duygu durumudur. Öğrencilerin gelecek beklentilerinin olumlu veya olumsuz olması performanslarını etkilemektedir. Bu nedenle öğrencilerin beklentilerinin açığa çıkarılması ve yönlendirilmesi önem taşımaktadır. Bütün programlardaki gelecek beklenti ortalamalarının yüksek olması, gelecek beklentileri anlamında öğrencilerin iyimser olduğu şeklinde yorumlanabilir (Tuncer, 2011). Çeşitli araştırma sonuçları iyimserliğin mutlulukla olumlu bir ilişki içinde olduğuna işaret etmektedir. Doğan'ın (2006) araştırmasında iyimserlik, mutlu bireylerin kişilik özelliklerinden birisi olabileceğini göstermiştir. Aydın ve Tezer

(1991) iyimserlik arttıkça bireylerin genel sağlık durumlarının da iyileştiğini ve iyimser öğrencilerin akademik alanda da daha başarılı ve mutlu olduklarını bulmuştur. Gelecekteki meslek ya da iş yaşamına yönelik beklentilere ilişkin olarak yapılan araştırmalarda da önceki başarı ya da başarısızlıkların meslek beklentisini etkilediği göstermektedir (Greenhause ve diğerleri, 1990). Geleceğe dâhil olumsuz düşünen bireyler, ümitsizlik ve stresle yüzleşmesi muhtemeldir. Üstelik iş yaşamından doyum almayan bireyler, uzun süreli stresten sonra tükenmişliğe dönüşebilir (Tuncer, 2011).

Öğrencilerin geleceğe olumlu ve güvenle bakmalarında bir başka etken, ailelerin gelir durumu ve gençlerin sahip oldukları bilgi ve beceri düzeyidir. Bazı araştırmalarda performansı beklenti ile birlikte ele alınmıştır. Bu araştırmalara göre beklentinin yüksek olması performansı artırırken yüksek performans yüksek beklenti yaratmıştır (Tuncer, 2011). Caner (2015) araştırmasında, diğer insanların gelirlerine ve geçmişteki kendi gelirlerine kıyasla veya gelecekteki kendi geliri ile ilgili beklentilerine vurgu yaparak mutluluğun belirleyicilerini araştırmıştır.

Seker (2015) açıkladığı teoride, bir bireyin davranışlarını belirleyen motivasyonun bu davranışın sonucundaki beklentiler olduğunu iddia eder. Yani, bireyin bir beklenti ile ilgili oluşan çekicilikten dolayı motivasyona sahip olduğu ve bu motivasyonun kişinin seçimleri, davranışları, kararları gibi bir dizi davranışsal faaliyetini belirlediğini öne sürer. Bu teoride kişi geçmiş tecrübelerine dayanarak elde etmeyi beklediği performansı ve bunun için harcamayı tahmin ettiği emeği hesapladığı görülmektedir. Kişinin beklentisi ile ilgili 3 farklı parametre ortaya çıkmaktadır: (1) Bireysel yeterlilik: Kişinin beklentileri için kendini yeterli bulup bulmamasıdır; (2) Hedef zorluğu: Hedeflere varmak için noktaları zor yerlere konulması, hedeflere ulaşılacağına olan inancı ve dolayısıyla kişinin beklentilerini düşürecektir; (3) Hissedilir kontrol: Kişi süreç üzerinde ve beklentileri üzerinde en az bir seviyede kontrol sağlayabileceğini hissetmesi gerekir. Kişinin kontrolü dışı gelişen olaylar, beklentileri ve özellikle motivasyonu düşürür.

### **2.3.8. Mutluluk ve Yalnızlık**

Birçok araştırmacı, yalnızlık duygusu düşük bireylerin yalnızlık duygusu yüksek olanlara göre mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır (Tuzgöl Dost, 2007). Myers ve Diener (1995) yaptıkları çalışmada mutlu insanları,

samimi arkadaşlıklar kurabilen veya yalnız olmayan insanlar olarak tanımlamaktadır. Bazı araştırmalarda ise, güçlü sosyal ilişkilere sahip olmanın birey mutluluğunda önemli bir faktör olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Cooper, Okamura ve McNeil, 1995; Diener ve Seligman, 2002; Holder ve Coleman, 2009; Myers ve Diener, 1995). Benzer araştırmacılarda da evli, arkadaş çevresi geniş ve sosyal etkileşimleri güçlü olan bireylerin yani yalnız olmayan bireylerin daha mutlu olduğunu saptamıştır (Lyubomirsky ve diğerleri, 2005). Araştırmacılar, yalnızlığa sebep olan nedenin içten bir arkadaşın olmamasına bağlamış ve yalnızlığı tam olarak “istenmeyen bireyselleşme durumu” olarak tanımlamıştır (Demir, Özen ve Doğan, 2012). Sosyal etkileşim kaygısı yüksek olan bireylerde yalnızlık hissi (Caplan, 2006; Fernandez, Levinson ve Rodebaugh, 2012), kendini yalnız hisseden bireylerin de kendilerini mutsuz hissettiklerini (Yılmaz ve Altınok, 2009) ortaya koymaktadır (Demir ve Kutlu, 2016). Frey ve Stutzer’a (2002) göre sosyal etkileşim kaygı düzeyi düşük olan bireylerde daha az yalnızlık duygusu ve daha çok mutlu oldukları görülmektedir. Ayrıca mutlu insanların en belirgin özelliği belirgin bir sosyal ilişki ağına sahip olmalarından kaynaklanmaktadır (Diener ve Seligman, 2002). Başka bir araştırmada ise, yalnızlıktan kaynaklanan mutsuz bireylerin intihar eğilimlerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Sonuç olarak mutluluk ve yalnızlık arasında ters yönden ilişki olduğu söylenebilir. Yani, yalnız hisseden bireylerin kendilerini mutsuz hissetmeleri daha sık görülmektedir (Demir ve Kutlu, 2016).

Myers ve Diener (1995) yaptıkları çalışmada mutlu insanları, samimi arkadaşlıklar kurabilen veya yalnız olmayan insanlar olarak tanımlamaktadır. Bazı araştırmalarda güçlü sosyal ilişkilere sahip olmanın birey mutluluğunda önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Cooper, Okamura ve McNeil, 1995; Diener ve Seligman, 2002; Holder ve Coleman, 2009; Myers ve Diener, 1995).

Benzer araştırmacılarda da evli, arkadaş çevresi geniş ve sosyal etkileşimleri güçlü bireylerin yani yalnız olmayan bireylerin daha mutlu olduğunu saptanmıştır (Lyubomirsky ve diğerleri, 2005). Vaidya (2014) yaptığı çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla sosyal destek aldıkları ve daha az yalnızlık yaşadıklarını göstererek kadınların erkeklerden daha fazla mutlu olduklarını vurgulamaktadır. Diğer bir deyişle, kadınların erkeklerden daha mutlu olmasının nedeni kendilerini yalnız hissetmemesi ile ilişkilidir (Demir ve Kutlu, 2016). Bu süreç Stanford Üniversitesi'nde 8 araştırmayla incelenmiştir. Carl Thoresen 259 kişiyi iki gruba

(kontrol ve deney) yerleştirdi deney grubuna toplam 9 saatlik (6 seans, 90 dk.) eğitim verildi. Sonuç olarak, deney grubunda kontrol grubuna göre agresiflik ve stresin azaldığı ve hoşgörünün sağlıkta arttığı ortaya çıkmıştır (Seligman, 2013).

### **2.3.9. Daha Mutlu Olabilmek**

Araştırmacılar her bir bireyin mutluluk için bir referans değeri olduğunu varsayarlar ve bu referans değer daha önceden tanımlanmış bir pozisyonudur. Bu noktadan sapmalar kısa sürelidir ve birçok yaşam değiştirici değişiklikler meydana gelmiş olursa olsun, denek kısa süre sonra normuna geri döner. Mutluluk hipotezinin yazarı Jonathan Haidt, önemli yaşam değiştiren deneyimlerden sonra ortalama bir yıl içerisinde piyango kazanan kişilerin ve belden aşağı fel olanların her ikisinin de başlangıç noktalarına büyük ölçüde döndüklerini belirtmiştir (Wharton, 2010: 2-4). İnsanlar kendilerini mutlu hissetmek için farkı yolları denemektedir. Örneğin ilaçlar, ikolatalar, seks, alışveriş, tv, yemekler ve geri bu yollar geçicidir ve olumlu heyecanlara doğru ulaşmakta kısa srelidirler.

Fakir ülkelerde parasızlık hayatı devam ettirmek için büyük bir tehlike göründüğü için paranın mutluluğa yol açtığı görünüyor ama zengin ülkelerde paranın fazlalığı da mutlulukla çok az ilişkilidir. Yani fakir kişilerin mutluluk düzeyleri düşüktür ama kişiye rahat hayat sunulduğunda paranın fazlalığı mutluluk üzerinde çok az etkilidir veya hiçbir etkisi yoktur. Mutlu insanların sosyal hayatları incelenince iletişim becerileri yüksek olanlar ve yalnızlığı tercih etmeyen kişiler olarak görünüyorlar, bu beceri onların sosyal hayatlarının geniş olmasını sağlayarak evlilik şansını bu grupta daha çok yükseltmektedir.

İnsanların kendilerini neyin mutlu ettiğine dair net bir yanıt alabilmek çok zordur. Psikolog Jonathan Freedman, Happy People (Mutlu İnsanlar) adlı kitabı üzerinde çalışırken, bu soruyu insanlara sorduğu zaman yaşadığı güçlüklerden şikâyet eder. İnsanlarla grup halinde görüşmelerinde kavramı hafife aldıklarını ama bireysel görüştüğünde ise daha çok ciddileştiklerini ancak konuşmaktan kaçınmadıklarını dile getirmiştir (Marar, 2003). Mutlulukta yaş konusuna gelince Wilson çok değerli araştırmasında, son 35 yılda gençlik, kendisine devamlı olarak bir mutluluk belirtisi olarak görünüyordu; yalnız, bu çağda gençlik artık eskisi gibi nemsenmiyordu. Yaşlıların huysuzlukları da artık geçerli değildi. 40 farklı ülkede ve 60000 kişi üzerinde yapılan araştırmada, mutluluğu  boyuta (hayat

memnuniyeti, olumlu heyecan, olumsuz heyecan) ayırarak aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir: Hayat memnuniyeti yaş ilerledikçe biraz artış gösteriyor ve olumlu heyecanlarda azalma ve olumsuz heyecanlarda değişikliğin olmadığı ortaya çıkmıştır. Eğitim, mutluluk için etkili mi? diye sorulduğunda, sonuç olarak fazla etkisinin olmadığını; bazı araştırmalarda ise mutlulukta hiçbir biçimde etkisinin olmadığını ortaya çıkmıştır. Araştırmalara göre yaşadığımız yerin hava durumu mutlulukta etkisi yoktur; çünkü biz bir dönem sonra yaşadığımız iklime uyum sağlarız. Irksal durumun da mutlulukla hiç bir ilgisi olmadığı ama cinsiyetlere bakılırsa kızların erkeklere göre hem mutluluğu ve hem de üzgünlüğü daha yoğun yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır (Seligman, 2013). Seçimin insanların seçme kaynaklarına bağlı olarak farklı anlamları ve sonuçları vardır. İnsanlar seçimlere değer verdiklerinde ve seçme şansı sunan dünya yarattıklarında bu kişilerin durumlarından sorumlu oldukları ve kendileri kadar seçme şansı olmayan insanlarla bağlarının azaldığı düşünülmektedir. Bu da seçim, özgürlük, otonomi, iyi olma durumunun kaçınılmaz olarak ilişkili olmadığı fikrini ortaya çıkarır. Seçim istediğimiz hayatları yaşamamızı sağlayabilir fakat çok fazla seçimimiz olduğunda bizde karar vermekte güçlük yaratabilir ve bizimle ilişkileri kişisel mutlulukla aynı olan diğerleri ile ilişkimizi kesebilir. Bu durumda, mutluluk kontrolümüzde midir? Tamamen değil. Mutluluk kelimesi tesadüf kelimesi ile aynı etimolojik kökeni paylaşır, bu da kaderin hayatta payımıza düşeni belirlediği anlamına gelir (Wharton, 2010: 2-4).

Son zamanlardaki araştırmalar, genlerin belki de bireyin mutluluk kapasitesinin yarısını belirlediğini ileri sürmektedir. Bu durumda kontrolümüz dışındaki biyolojik faktörler çok büyük bir rol oynar. Beyin görüntüleri örneğin, sol prefrontal korteksinde daha yüksek seviyede aktivite olanların daha mutlu olma eğiliminde olduklarını gösterir. Bir araştırmada, beyin görüntüleri araştırmacıların bebeklerin beyinlerindeki prefrontal aktivite seviyelerine bağlı olarak hangi bebeklerin anneleri odayı terk ettiğinde ağlamalarının daha muhtemel olduğunu tahmin etmelerini sağlamıştır. Kişilerin mutluluğu mutluluk süresi (anlık mutluluklar ve daha kalıcı mutluluklar) ve psikolojik derinlik (sığ mutluluklar ve daha derin, daha anlamlı mutluluklar) arasındaki dengeye bağlıdır (Wharton, 2010: 2-4). Mutluluk hakkında atasözü şöyle demektedir: "Bir saatlik mutluluk için kestirin, bir günlük mutluluk için balık tutun, bir aylık için evlenin, bir sene mutlu olmak için

para kazanın ama bir ömür mutlu olmak istiyorsanız insanlara yardım edin (Seligman, 2013).

#### 2.4. Kültür

Her milletin en değerli varlığı olan kültür, Latince bir kelimedir ve toprağı tarıma hazır hale getirmek anlamına gelir. Nitekim Cumhuriyet döneminde bir süre kültürü ifade etmek için "ekin" kelimesi kullanılmıştır. Fakat bu kelime yaygın kabul görmediği için daha sonra terkedilmiştir. Kültür, insanı hayvandan ayıran, sadece insana has olan bir özelliktir. Kültür, insanlar tarafından paylaşılan ve gelecek kuşaklara intikal ettirilen bir semboller sistemidir (Erdentuğ, 1981: 35). Hayvanların kültürü yoktur, bunun için ilkçağda kuş yuvasını, arı bal ve peteğini nasıl yapıyorsa bugün de aynı şekilde yapmaktadır. Oysa insan ilkçağda mağaralarda ve ağaç kovuklarında yaşarken bugün modern ve sağlıklı meskenler yapmakta ve oralarda barınmakta ve her geçen gün bunu geliştirmektedir (Arslanoğlu, 2000). Malinowski kültürü, toplumun yarattığı teknoloji ürünleri, tüketim maddeleri, kurumlarına şekil veren ilkeleri, fikirleri, sanatı, inançları ve gelenekleri olarak tanımlar (Kültür Bakanlığı, 1983: 89). Kültür; sosyal antropoloji, sosyal psikoloji, tarih, sosyoloji ve etnoloji gibi sosyal bilimlerin ortak olarak ele aldıkları bir konudur. Bilinmelidir ki, bu bilimlerin her biri kültürü, kendilerini ilgilendiren yönleriyle ele almaktadırlar.

Kültür, insanın yaptığı ve yarattığı şeylerdir. Maddi ve manevi kültür olmak üzere iki tür kültür vardır. Manevi kültürde toplumun en başta dili, edebiyatı, sanatı, bilimi, felsefesi, ahlaki kuralları, halk inançları, örf, adetleri, normları, düşün ve yemek yeme şekilleridir. Ama maddi kültürde toplumun kullandığı, kıyafet eşyaları, teknik araçlar, alet, makineler ve fabrikaları ve senayesidir. Manevi kültürün en önemli unsuru dildir. Çünkü dil diğer kültür unsurlarını içerir ve aynı zamanda bunlar dille aktarılabilir. Dili aynı olan ülkelerde kültür benzerliği kaçınılmazdır (Arslanoğlu, 2000).

Literatüre bakıldığında kültürler arasında farklılıklarla önem veren ve en fazla çalışılan konulardan birisi bireycilik ve toplulukçuluktur (Özyer, Orhan ve Orhan, 2012). Hofstede ve McCrae göre (2004), bireycilik ve toplulukçuluk, kültürlerin birer parçasıdır. Sanayileşmiş batı ülkelerinde bireycilik, doğu ülkelerinde toplulukçuluk olduğu iddia edilmektedir. Örneğin, Amerikan ve Batı Avrupalı ülkelerin kültürlerinde bireyci kültürler ve Asya kıtasındaki ülkeler ile Doğu Avrupa, İspanya



ve Amerikan yerlilerinin kültürlerinde toplulukçu kültürler vardır. Bu yüzden benlik kavramı bu kültürlerde değişiklik göstermektedir (Trandis, 1999). Amerika’da bireyciliğe çok vurgu yapılır ve kişi kendini diğerlerinden ayırmak için kendi yeteneklerini keşfederek kullanmaya başlar. Japonya kültüründe kişi kendini sosyal ilişkilerin bir parçası olarak görür ve kendine sosyal ortamda anlam bulur. Benlik; bireyci kültürlerde bağımsızken toplulukçu kültürlerde bağımlıdır. Bireyci ülkelerde sosyal davranışlar genelde sosyal değerler ve normlar yerine kişisel tercihler ve bakışlardan etkilenir. Dolayısıyla, bu kültürlerde kişi bağımsız, ayrı ve özerk bir kişiliğe sahiptir ve bireyin kimliği, kişisel gelişmeler, yetenekler ve beceriler ile ortaya çıkar. Toplulukçu kültürlerde grubun amaçları ve ihtiyaçları kişisel amaç ve ihtiyaçlarından daha fazla önemsenir (Esmaily, 2006). Allosantrik (toplulukçu) kişiler işbirliğine, sosyal desteğe, sosyal beceri, eşitliğe ve doğruluğa eğimliyken; idiosantrik (bireyci) kişiler başarı, anomi, yabancılaşma ve yalnızlığa yatkındırlar ayrıca rahat bir yaşam, haz ve toplumca tanınma gibi değerlerin peşindedirler (Özyer ve diğerleri, 2012). Toplulukçu kültürde kişi diğer kişilere aşırı bağımlıdır (Esmaily, 2006). İnsanlar uyum sağlamak ve iletişim kurmak için kişilikleri kimliklerinin en önemli unsurudur. Bireysel psikolojide bu kültürlerin farklılıkları çok önem taşımaktadır. Bazı kültürlerde tamamen bireyci veya tamamen toplulukcu görünmemektedir. Belki bu iki kültürün ortasında bir yerdelerdir. Bu anlayış dikkate alınarak İran kültürü çoğulculuk kültürü olarak kabul görmekte; yalnız, şimdiki çağda çevre şartları ve hayatımızdaki sanayi devriminden dolayı çoğulcu kültürden bireyci kültüre doğru yer değiştirme eğilimindedirler (Esmaily, 2006). Guo ve diğerleri (2008: 3)'ne göre, bireycilik ve toplulukçuluk kültürel kimliğin iki önemli boyutu olarak görülmektedir ve karmaşık olduğu için ‘‘kültürel sendromlar’’ olarak adlandırılmaktadır. Çalışmalarda hangi ülkelerin boyutlara girdiğine ilişkin çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Örneğin, Triandis ve ark (1998) ve Singelis ve ark göre (1995), Danimarkayı yatay bireyci, Amerika dikey bireyci, Hindistan ise dikey toplulukçu ve Çin yatay toplulukçu ülkeler olarak gösterilmiştir (Özyer ve diğerleri, 2012). Bireyci/toplulukçu ülkeler analizinde Türkiye’yi hangi noktada olduğuna yönelik araştırmalarda Türkiye’yi bireyci, toplulukçu veya bireyci-toplulukçu grubun ortasında hatta Türkiye’yi bir sınıfta göstermenin olanaksız olduğu yönünde birçok alternatif söz konusudur. Nitekim Dinn ve Harris (2011: 10)’in de belirttiği üzere, Amerika ve Türkiye’de yaşayan katılımcılar duygusal ve materyal kaynaklarını

vermeyi ve almayı isteme konusunda farklılık göstermemektedir. Türkiye otuz dokuz ülke arasından Çin ve Nijerya'nın ardından toplulukçu ülke olarak da gösterilmektedir. Hofstede (1980)'nin, Türkiye'yi elli ülkelik bireycilik listesinde orta seviyede göstermektedir. Farh ve ark (2007) ile İmamoğlu ve Aygün (2004)'e göre ise bu farklılık, çeşitli göçmen ulusları barındıran kalkınmış ülkelerde olduğu gibi Türkiye gibi hızlı değişim yaşayan, geçiş sürecindeki toplumlarda da söz konusudur. Türkiye, Afrika, Ortadoğu, Güney Amerika ve Asya ülkeleri ile birlikte toplulukçu kültürün tipik bir örneği olarak değerlendirilmiştir (Hofstede, 1984). Schwartz'ın modelinde, Türkiye'nin dikey toplulukçu alanda olduğu görülmektedir. Diğer taraftan, Türkiye gibi değişim yaşayan, geçiş sürecindeki ülkelerde bireylerin kültürel eğilimlerinin birbirinden farklılaşacağı literatürde ele alınmaktadır (İmamoğlu ve Karakitapoğlu Aygün, 2004). Göregenli (1995), yaptığı araştırma bulgularına dayanarak, Türk toplumunun “bireycilik-toplulukçuluk açısından kabaca sınıflandırılmayacağı” belirtir. Örneğin bu araştırmada, “Maddi kaynakların paylaşılması konusundaki kimi ilişki alanlarında bireyci, diğer bazılarındaysa toplulukçu eğilimler” olduğu sonucunda ulaşılmıştır (Sakal ve Aytekin, 2014).

Literatürde bireycilik/toplulukçuluk ile kişisel özellikler arasındaki ilişkileri Abraham (1997) yaptığı çalışmada yatay bireycilik ile girişimcilik arasında ve dikey toplulukçuluk ile örgütsel bağlılık arasında anlamlı pozitif yönlü bir ilişkinin var olduğunu saptamıştır (Özbek, 2010: 25). Çukur ve ark.(2004:613-631) ile Triandis (1995)'in de toplulukçu kültürlerdeki kişilerin uyma davranışını daha çok gösterdiklerini ifade etmektedir. Çünkü bu kültürdeki kişiler gruptan onay almak, grubun değerlerini korumak ve grup tarafından sevilme için daha fazla çaba harcamaktadır. Sakallı (2006: 46)'nında ifade ettiği üzere, toplulukçu kültürlerde içinde yaşanılan grubun kuralları önemli olarak algılanır ve bu kurallara daha fazla gözlenebilir. Burger (2006: 33)'in de belirttiği gibi kimi toplulukçu kültürlerde başarı, işbirliği ve grup başarısı anlamına gelir çünkü bireyin şan ve şöhret kazanması, bu kültürlerde yaşayan insanlar tarafından hiç hoş karşılanmayabilir. Benlik kurgusunun başlıca iki tarzı olarak bireycilik ve toplulukçuluk olarak tanımlanmış ve bu boyutları kültürler arası psikolojik farklılıkları açıklamak için kullanılmıştır (Kağıtçıbaşı, 2012; Triandis, 1995; Hofstede, 1980; 1984). Bu boyutları “Bireycilik, bireyler arası bağların sıkı olmadığı toplumlarda geçerlidir; her birey kendisi ve ailesine bakmakla yükümlüdür. Toplulukçuluk ise, bireylerin

doğdukları andan itibaren hayatları boyunca, güçlü ve bağlı gruplara aidiyet ve sadakatin söz konusu olduğu toplumlara özgüdür” (Ton, 2008: 13). Hofstede (1980)’nin kapsamlı araştırmasında, bireyci-toplulukçu kültürlerle ilişkin saptanan özelliklerin, Sargut (1994) tarafından uyarlanan özellikler şu şekilde gösterilmektedir. Toplulukçu kültürlerdeki kişilerin özellikleri “Biz” bilinci, “Kimlik” toplumsal sisteme bağlı, bireysel örgütlere ve kurumlara duygusal açıdan bağlı, herkesin özel yaşamı ve farklı görüş hakları olan (Tolerans), dostluklar kalıcı toplumsal ilişkiler aracılığıyla önceden ve grup kararlarına inanılır biçimindedir. Bireyci kültürdeki kişilerin özellikleri “Ben” bilinci, “Kimlik” bireyin özelliklerine bağlı, birey duygusal açıdan örgüt ve kurumlardan bağımsız, özerklik, çeşitlilik, zevk almak, bireysel mali güvenlik önemlidir, özel arkadaşlıklara ihtiyaç vardır ve bireysel kararlara inanılır biçimindedir (Hofstede, 2011). Schwartz (1992) toplulukçu kültürüne ilişkili olan değerlerden biri muhafazakârlık; bireyci kültürüne ait değerleri ise entelektüel ve etkileyici özerklik olarak tanımlamaktadır. Muhafazakârlık; toplumsal düzen, aile güvenliği, geleneklere saygı, aile ve yaşlıları onurlandırma, terbiye ve güven değerlerini içermektedir. Özerklik ise meraklı ve yaratıcı olmaya içerir (Schwart, 1992). Bireycilik-toplulukçuluk perspektifinde, Türkiye, Hofstede (1980)’nin araştırmasında, bireycilik skoru 37 olarak bulgulanmıştır.

## **2.5.İlgili Araştırmalar:**

### **2.5.1.Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Messay ve diğerleri (2011) arayış ve affetmenin psikolojik stres ile ilişkisini araştırmıştır. Katılımcılar (N=242) Orta Batı Katolik Üniversitesinde öğrenim gören lisans öğrencileridir. Arayışın belirli boyutları ile affetmenin (belirsizlik, keşfetme ve ahlaki yorum) yoğun stresin (örneğin, değişiklik, dini endişe, varoluşçu güdüler) daha iyi belirleyicileri olduğunu ileri sürmektedirler. Bununla birlikte, önemli bir sonuç olarak, arayış ile stres arasında pozitif ilişki görülürken, affetme ile negatif ilişki içinde olduğu ortaya çıkmıştır. Dahası, arayış ve affetme arasındaki ilişkinin suç işleyen kişinin algılanan hoşgörü/açık görüşlülük seviyesi ile daha fazla yükseldiği görülmüştür. Çünkü arayış içerisindeki bireyler suç işleyen kişiyi daha az hoşgörülü olarak algılandıklarında daha az affedici oldukları görülmektedir (Messay,2012).

Exline ve diğeri (2004) yaptıkları araştırmada narsizmin, affediciliği olumsuz yönde ve güçlü bir şekilde yordadığını bulmuştur. Brown (2004)'un yaptığı araştırmada da affetme eğilimi düşük ancak narsizmi yüksek olan bireylerin daha çok öç alma isteğinde olduklarını bulmuştur (Brown, 2004).

Zendi Pur (2011) ise, affetmek ve psikolojik sağlıklılık arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırmada, psikolojik yardım merkezine müracaat eden 150 çiftten tesadüfi bir biçimde örneklem oluşturulmuştur. Bu araştırmada veri toplamak için üç farklı ölçek (Affetmek ölçeği, 5 Faktörlü Kişilik Ölçeği ve Kohlberg Genel Sağlık Ölçeği) kullanarak veriler toplanmıştır. Araştırma sonucunda, affediciliğin nevrozlu ve tik bozukluğu olan bireylerde ters yönde bir ilişkisi olduğu belirlenirken, kendini bilen, dışa dönük kişiliklerde pozitif yönde bir ilişkisi olduğu saptanmıştır. Bunun yanı sıra benzer kişiliğe sahip olan çiftler farklı kişiliklere sahip olan çiftlere göre daha çok affetme özellikleri taşımaktadırlar (Zendi Pur, 2011).

Hamama-Raz, Solomon, Cohen ve Laufer (2008) İsrail'de lise öğrencilerinde düşük affetme eğiliminin yüksek seviyede pozitif yönde travma sonrası stres bozukluğu semptomları ile ilişkili olduğunu bulmuştur (Hamama-Raz, 2008).

Hebl ve Enright (1993)'ın çalışmasında, bireylerin affedicilik düzeyleri arttıka benlik saygısında arttığı, depresyon ve anksiyete düzeylerinin azalmasıyla bulgulanmıştır. Bu bulgulara göre, suça özgü affetme ve affedicilik eğilimi yüksek olan grupta, depresyon ve anksiyete özeliği azalarak psikolojik düzelme de saptanmıştır. Bunun yanı sıra Brown ve Phillips (2005) affetme eğiliminin, düşük depresif duygulanımı da yordadığını bulmuştur (Hebl ve ark, 1993)

Hui ve diğeri (2006) yaptıkları araştırmada, dindarlığın affetmeyi erdem, merhamet, koşulsuz sevgi olarak görmede etkili olduğunu ortaya çıkarmıştır (Hui ve ark, 2006). Diğer yandan, affetme için dini/sosyal baskıları takip etmek (dindarlığa karşı daha dogmatik veya dışsal yaklaşım) yerine daha kişisel/içsel bir ahlaki mantığa ve kökten dinci olmayan dini tutumlara (arayış özellikleri) sahip bireylerin affetme olasılıkları daha fazladır (Brown ve diğeri, 2007; Gordon ve diğeri, 2008; Gorsuch & Hao, 1993; McCullough ve Worthington, 1999). Dini arayış yönelimi ile birlikte artan mantık ve düşünce karmaşası, kişilerin suçları affetmelerinde ve bir suçlunun davranışları için alternatif açıklamalar oluşturmalarında daha açık olmalarına sebep olabilirler (Massay, 2012).

Balliet (2010)'in yaptığı bir araştırmada, vicdanlı olma ile affedicilik arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir. Aynı araştırmada, dışa dönüklük ile affedicilik arasında da bir ilişki olduğu görülmüştür (Balliet, 2010).

Dini yaklaşım açısından, Brown ve diğerleri (2007) biçimlenme ihtiyacındaki kişisel tarz ile birlikte daha yüksek içsel dindarlığın affetmeğe karşı daha pozitif tutumlarla ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır (Brown ve ark, 2007).

Macaskill (2007) 'ın yaptığı araştırmada, dindarlık ile kendini, başkalarını ve olayları affetme arasında pozitif ilişki olduğu tespit edilmiştir (Macaskill, 2007).

Neff & Pommier (2013) ile Mistler (2010)'in yapmış olduğu çalışmalarda, affedicilik ile öz-anlayış arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Yani öz-anlayış arttıkça affedicilik davranışı da artmaktadır. Mistler (2010)'in yapmış olduğu çalışmalarda, affedicilik ile öz-anlayış arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Durumsal bir iyimserlik kuramı geliştiren araştırmada Scheier ve Carver (1985), bir kişinin gelecek hakkındaki tipik düşünceleri, bu kişinin mutluluğunu etkilediğini ortaya koymuşlardır. Bu kurama göre iyimserlik, geleceğe dahil olumlu bakmayı ve olumlu sonuçlar beklemeyi sağlayan bir eğilimdir (Cha, 2003). Chow (2005)'un yaptığı araştırmada, üniversite öğrencilerinin öğrenim yıllarında akademik başarılarının düşük olması, mezun olamama korkusu veya öğrenim olanağını kaybetme kaygısını yaşamalarına neden olmaktadır. Fleeson ve Baltes (1999)'ın çalışmasında algılanan ekonomik durumun üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleriyle ilişkili bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır.

Amerika'da yapılan bir araştırmada, ibadetlerini yerine getirmede daha hasas olan ve içsel dini inanca sahip bireylerin başkalarını affetme ve olayları tolere etme kabiliyetinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Webb, Chickering, Colburn, Heisler ve Call, 2005).

Chow (2005) Kanadalı üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, sosyo-ekonomik düzeyi ve not ortalaması yüksek olanlar ile özsaygısı yüksek olan öğrencilerin ve geçmişteki akademik yaşantıları, ilişkileri ve yaşam koşullarından daha fazla doyum sağlayanların daha yüksek bir mutluluk düzeyleri olduğu ortaya çıkmıştır.

İwata ve diğerleri (2000) toleransı etkileyen etkenleri 6 temel gruba ayırmaktadır. Her grubu da alt grupları olarak değerlendirmektedir. Birincisi fiziksel engeller (yorgunluk, uyku, organ eksikliği), ikincisi psiko-sosyal etkenler (işsizlik, savaş, deprem, boşanma, fakirlik ve uyuşturucu), üçüncüsü eğitici etkenler (ailenin yetiştirme tutumu, aşırı koruyucu aileler, aile ilişki kopukluğu, dördüncü etken problemlili aileler (anti sosyal), beşinci etken teknolojinin getirdiği problemler (sağlıksız rekabetler, zor yaşantı, iş ve okuma sıkıntıları), altıncı etken ise genlerden gelen (kişiliksel farklılıklar) durumlar olarak ayrılmaktadır (İwata ve ark, 2000).

Paolini, Yanez ve Kelly (2006) çalışmalarında, üniversite öğrencilerinde maddi durumlarla ilgili endişenin kaygı ile pozitif ve mutluluk ile negatif yönde anlamlı bir ilişki gösterdiğini bulmuştur (Paolini, 2006).

Moller (1996), Güney Afrikalı üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada mutluluğun gelir düzeyi ile anlamlı ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur (Moller, 1996). McKnight (2005), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada maneviyatla ilgili çelişkileri yoğun olanların daha düşük mutluluk düzeyinde olduklarını ortaya koymuştur.

Sadati (2015)'in yaptığı araştırmada, Estehban ilçesinde, ilkokul ve ortaokul öğretmenlerinden oluşan 300 erkek üzerinde, Evlilik Hoşnutsuzluk Ölçeği (MDS), Beş Faktörlü Kişilik Ölçeği (NEO-FFI), Affetmek Ölçeği (FS), Evlilik Çatışmalar Ölçeği (MCQ-R) ve Öz-Farklılaşma Ölçeği (DSI-R)'ni uygulamıştır. Sonuç olarak, evlilik hoşnutsuzluğu, affetme, evlilik çatışmaları ve nevrotik kişilikler arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır (Sadati ve ark, 2015).

McCullough, Bono ve Root (2007) ciddi bir kişilerarası incinmişlik yaşamış katılımcılarla bir çalışma gerçekleştirmiştir. Katılımcılar ruminasyonla ilgili bir ölçek ve intikam alt ölçeği içeren suçla ilişkili kişilerarası motivasyonlar ölçeği (TRIM) uygulanmıştır. Daha sonra araştırmacılarla sekiz hafta boyunca iki haftada bir intikamın zamanla nasıl değiştiğini görmek için tekrar görüşülmüştür. Sonuç olarak, suç ile ilgili ruminatif düşüncelerde artışın intikam güdülerindeki artışlarla ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna ek olarak, bir suçla ilişkili ruminasyonu azaltmanın “trend bağışlama” olarak tanımladıkları zaman içerisinde intikamdaki azalma ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte, kişilerin zaman içerisinde ruminasyon seviyelerini azaltma dereceleri zaman içerisinde bağışlama yetenekleri

ile son derece ilişkilidir. Bunun sebebi ise muhtemelen düşüncedeki değişikliklerin duygulardaki değişikliklere yol açmasıdır (McCullough ve ark, 2007).

Başka bir araştırmada, iki farklı ülkeden insanların intikam ve affetme ölçütlerini karşılaştıran araştırmalardan bir meta analiz çalışması yapılmıştır. Kültürel özelliklerin intikam isteğini azaltıp azaltmadığını test etmek için Geert Hofstede'nin ulusal kültür boyutlarına bakılmıştır. Son örneklem, 16 ülkeden toplam 9416 katılımcıya ait veri içeren 16 araştırmadan oluşturulmuştur. İntikam ve bağışlamada en büyük kültürel farklılıklar aynı zamanda belirsizliğin önlenmesi ve güç mesafesinde en büyük farklılıkları gösteren ülkeler arasında bulunmuştur. Belirsizliğin önlenmesi ve güç mesafesi açısından daha yüksek olan ülkelere katılımcıların istatistiki açıdan anlamlı olmasa da, daha fazla intikam arayışında oldukları ve daha az bağışladıkları bulunmuştur. Bu sonuçlar, uzlaşma arayışında farklı ülkeler ve kültürler için o kültürler içerisindeki belirsizliğin önlenmesi ve güç mesafesi seviyelerine bağlı farklı stratejilerin olması gerektiğini göstermektedir. İntikamın bir eylem olarak görülmesine rağmen insanlar intikam alma kararı ile ilişkili birçok düşünce ve duygu yaşarlar (Gollwitzer, Meder ve Schmitt, 2011).

Vaidya (2014)'ın yaptığı çalışmada, kadınların erkeklerden daha fazla sosyal destek aldıkları ve daha az yalnızlık yaşadıklarını göstererek kadınların erkeklerden daha fazla mutlu olduklarını vurgulamaktadır.

Azar ve Mullet (2002) affetmenin kültürlerarası farkını açıklamak için bir araştırma yürütmüşlerdir ve bu karşılaştırma için Kongolular ile Fransızları karşılaştırmıştır. Bu çalışmada, Kongoluların affetmeye daha çok ve intikam almaya ise daha az istekli oldukları hipotezi doğrulanmıştır. Bulgulara göre affetmenin toplulukçu kültürlerde bireyci kültürlere göre daha karakteristik bir özellik olabileceği düşünülebilir.

Fordyce (1989)'ın yaptığı bir araştırmada, insanlara hayatlarındaki en önemli şeyin ne olduğu sorulduğunda, sorulan kişilerin yarısına yakın bir bölümünün "mutluluk" cevabını verdiği görülmüştür. Mutluluk tanımı kişiden kişiye değişmekle birlikte, çoğu kişi mutluluğu kişinin pozitif duygular içinde olması ve kendi hayatından memnun olması şeklinde tanımlamaktadır. William James mutluluğu aşağıda yer alan formül ile tanımlamaktadır. Ona göre, kişiler istedikleri amaçlara ulaştıkça daha mutlu hissedeceklerdir (Loftus, Marshall, Wortman, 1992).

Mutluluk birçok toplumda değerlidir, fakat hepsinde değildir. Mutluluk bütün uluslarda olumlu olarak değer görür. En azından bu durum, 1990'larda 47 ülkede üniversite öğrencilerine yapılan bir araştırmada öne sürülen bir bulgudur (Scollon, Diener, Oishi ve Biswas-Diener, 2004). Bu araştırmada, öğrencilere mutluluk, zenginlik, sağlık ve sevgi gibi birçok değerın önemini dokuzlu bir dereceleme ölçeğinde değerlendirmeleri söylenmiştir. Değerlendirmeler sonucunda, mutluluğun 7.3 ile 8.7 arasında değerler aldığı görülmüştür. Bütün insanların mutluluğun peşinden koşma gibi doğal bir eğilimi olmasına rağmen bazı kültürlerin doğal seks güdüsüne karşı çıktığı gibi kültürler bu eğilime de karşı çıkabilir (Veenhoven, 2012a).

Bütün bu araştırmalarının yanı sıra hala alanyazında ele alacağımız sorunlar mevcuttur. Önceki araştırmaların çok azında geçiş dönemindeki Doğu Avrupa ülkeleri incelenmiştir. Örneğin, Easterlin (2001) 1990'larda Doğu Avrupa'daki yaşam memnuniyetini incelemiştir ve geçiş dönemindeki toplumlarda kimin yaşam memnuniyetini kaybettiğini ve kimin kazandığını analiz etmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular, geçiş döneminde cinsiyete bakılmaksızın 30 yaş üzeri daha az eğitilmiş insanların çok fazla zarar gördüklerini ortaya çıkarmıştır. İnsan hakları ihlali (bir aile üyesinin öldürülmesi, kaçırılma, işkence vb.) yaşamış olan Güney Afrikalıları ile yapılmış bir araştırmada, bağışlamaya daha az eğilimli olan bireylerin daha yüksek depresyon seviyeleri, travma sonrası stressemptomları ve diğer anksiyete bozuklukları belirtilerini gösterdikleri belirlenmiştir (Kaminer, Stein, Mbanga, & Zungu-Dirwayi, 2001).

Kiyani (2012) İran'da mutluluk üzerine, aile sosyal sermayesinin etkileri incelemiştir. Bu araştırma İran'da İsfahanlı ailelerde sosyal sermaye ve mutluluğu araştırmak için yürütülmüş kesitsel bir çalışmadır. Veriler 2011-2012 yılında anketlerle 350 kişiden toplanmıştır. Çoklu regresyon analizinin sonuçları eşitlikteki sosyal sermaye, yaş, iş türü ve geliri oluşturan değişkenlerin diğer değişkenlere kıyasla mutluluk üzerine sırasıyla en fazla etkiye sahip olduklarını göstermektedir. Bununla birlikte, cinsiyet ve sosyal sermaye arasında önemli bir fark bulunmuştur (Kiyani, 2012).

Mutluluğun belirleyicilerinin ne olduğu ve elde edilebilir olup olmadığı ile ilgili de pek çok araştırma yapılmıştır. Lyubomirsky ve diğerleri (2005) konuyla ilgili araştırmalardan yola çıkarak yaptıkları bir metaanaliz çalışmasında, mutluluğu belirleyen faktörleri üç grupta toplamışlardır: Bunlardan ilki yaş, cinsiyet, eğitim



düzeyi, yaşanılan yer gibi demografik değişkenlerden oluşan yaşam şartlarıdır. Yaşam şartlarının mutluluğu %10 oranında etkilediği belirtilmiştir. İkinci grup ise genetik özelliklerdir. Genetik özelliklerin mutluluğu %50 oranında etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Üçüncü grubu ise amaçlı etkinlikler oluşturmaktadır. Amaçlı etkinliklerin mutluluğa etkisi %40 olarak belirtilmiştir. Amaçlı etkinlikler kapsamında, iyilik yapmak (özgecilik), mutlu olmaya yönelik doğrudan faaliyetler, dini inancın gereğini yerine getirmek, sosyal ilişkileri geliştirmek, egzersiz yapmak, olumlu düşünmek gibi etkinlikler bulunmaktadır. Bu etkinliklerin ortak özellikleri, öğrenilebilir ve geliştirilebilir olmalarıdır (Lyubomirsky ve ark, 2005).

Naseri ve diğerleri (2013), öğrencilerin mutluluk duygusu ile beş faktörlü kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu araştırmanın çalışma grubunu, Bijar Payame Noor Üniversitene devam etmekte olan 100 öğrenci oluşturmuştur. Öğrenciler, Beş Faktörlü Kişilik Testine 29 maddelik Oxford Mutluluk Anketini cevaplamıştır. Bulgular mutluluk ve dışa dönüklük, açıklık, uzlaşmacılık ve vicdanlılık arasında pozitif bir ilişki olduğu görülürken mutluluk ve nevrotilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Naseri, 2013).

Haring ve diğerleri (1984), 146 çalışmanın metaanalizini yapmış ve cinsiyet farklılığının mutluluğun %1'inden daha azını açıkladığını ayrıca erkeklerin kadınlardan biraz daha mutlu olduğunu ancak bu farkın büyüklüğünün çok küçük (0,04) olduğunu bulmuştur. Diğer bir metaanaliz çalışmasında, Wood ve diğerleri (1989), 93 çalışmayı incelenmiş ve kadınların erkeklere göre daha yüksek mutluluk düzeyine sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır. Cinsiyet farklılığının mutluluk üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların neticesinde kadın ve erkeklerin mutluluk düzeyinde anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı, kadın ya da erkek olmanın mutluluğun önemli bir belirleyicisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Wood, 1989).

Stock ve diğerleri (1983) yaş ve mutluluk ilişkisinde 221 çalışmanın meta analizini yapmış ve diğer değişkenler kontrol edildiğinde, yaşın mutluluğun %1'inden daha fazla bir bölümünü açıkladığı sonucuna ulaşmıştır. Ayyash-Abdo ve Alamuddin (2007) 689 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmada, iyimserlik ile mutluluk arasında pozitif yönde 0.39 düzeyinde korelasyon bulmuştur. Mutluluk ile sürekli ilişkisi bulunan bir diğer kişilik özelliği ise özsaygıdır. Campbell (1981) çalışmasında özsaygı ile yaşam doyumu arasında 0.55 korelasyon bulmuştur.

McKnight (2005), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada maneviyatla ilgili çelişkileri yoğun olanların daha düşük yaşam doyumuna sahip olduklarını bulmuştur. Paolini, Yanez ve Kelly (2006) ise maddi olanaklarla ilgili endişenin üniversite öğrencilerinde kaygı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide varyansın anlamlı bir bölümünü açıkladığını bulmuştur.

Moller (1996), Güney Afrikalı üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada mutluluk, gelir düzeyi ile anlamlı ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur.

McKnight (2005), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada maneviyatla ilgili çelişkileri yoğun olanların daha düşük düzeyde mutlu olduklarını bulmuştur.

Kim, Woo ve Uysal (2015) tarafından Güney Kore’de 65 yaş ve üzerindeki bireylerin seyahat deneyimlerinin yaşam kalitelerini nasıl etkilediğine ilişkin bir araştırma yapılmıştır. Çalışmada bağlılık, algılanan değer, seyahat deneyimi, eğlence yaşam doyumunu, genel yaşam kalitesi ve tekrar ziyaret etme eğilimi şeklinde altı temel kavram belirlenmiş ve test edilmiştir. Araştırmada, seyahat deneyiminin eğlence yaşam memnuniyeti ve yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, algılanan değer, yaşlı turistler arasında seyahat deneyimi memnuniyetini de etkileyen belirleyiciler arasında yer almaktadır. Bunun yanında, eğlence yaşam memnuniyeti ve yaşam kalitesinin tekrar ziyaret etme eğiliminin belirleyicileri olabileceğini ifade etmek mümkündür (Kim ve değerleri, 2015).

Diener ve Suh (1997) yaptıkları bir çalışmada 40 farklı ülkeden, yaklaşık 60.000 yetişkin 20 ile 80 yaşları aralarında ölçülen üç mutlu olma bileşeninden sadece olumlu duygunun yaşla birlikte azalma gösterdiğini bulmuştur. Olumsuz duygunun tüm yaş grupları arasında çok az bir değişim sergilediğini ve yaşam doyumunun ise 20’li yaşlardan 80’li yaşlara doğru az bir artış eğilimi gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Witter ve diğerleri (1984) mesleki statü kontrol altına alındığında eğitim ve mutluluk ilişkisinin anlamlı düzeyde daha düşük korelasyon gösterdiğini bulmuştur. Dolayısıyla eğitim ile mutluluk arasında zayıf bir ilişki vardır.

Shek (1999) genel ana-baba tutumu ve belirli ana-baba davranışlarının ergenlerdeki yaşam doyumunu ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Bu çalışmada, ebeveyn

özelliklerinin ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını hem kesitsel olarak hem de boylamsal olarak yordadığı görülmüştür (Shek, 1999).

Vitale (2001) bir araştırmada, dindarlığın üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu saptamıştır (Vitale, 2001).

Lu (2001)'nin mutluluğun çeşitli kültürlerde nasıl tanımlandığını incelemek için 30 sözlük tanımını ele alarak analiz etmiştir. Doğu Asya mutluluk tanımının şans ve iyi talih üzerine yoğunlaştığını, Kore ve Japon kültürleri üzerine Çinin tarihi etkisi göz önünde bulundurulduğunda, Kore ve Japon mutluluk tanımının da şans ve iyi talih üzerine yoğunlaşması olasıdır. Bu duruma bir istisna olarak Pflug (2009)'un yaptığı araştırma görülebilir. Araştırmada “Sizin için mutluluk nedir?” sorusunu sorduğunda birçok Alman “sürpriz olaylar” cevabını verirken, çok az sayıda Güney Afrikalı bu cevabı vermiştir. Bu sonuç, Alman mutluluk tanımının şans ve iyi talih öğeleri içerdiğini göstermektedir (Oishi, Graham, Kesebir ve Galinha, 2013).

Ergenlerle yapılan bir araştırmada Shek (1999), genel ana-baba tutumu ve belirli ana-baba davranışlarının yaşam doyumu ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Bu çalışmada ebeveyn özelliklerinin ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını hem kesitsel hem de boylamsal olarak yordadığı görülmüştür (Shek, 1999).

Diener ve diğerleri (1999)'ne göre, geçmişteki yaşam memnuniyeti, hâlihazırdaki yaşam memnuniyeti, yaşamı değiştirme isteği, geleceğe dair beklenti ve memnuniyeti o kişinin yaşamı hakkındaki görüşlerini kapsamaktadır.

Liz Eckerman (2006) Avustralya'da yaptığı araştırmada, Deakin Üniversitesi'nde 2001'den bu yana 23000 kişi üzerinde çalışarak, zengin semtte oturanların yoksul semtlerde oturanlardan daha mutsuz olduğuna yönelik sonuçlara ulaşmıştır (Eckerman, 2006).

Chow (2005) Kanadalı üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, sosyo-ekonomik düzeyi ve not ortalaması yüksek olanlar ile özsaygısı yüksek olanlar, geçmişteki akademik yaşantıları, ilişkileri ve yaşam koşullarından daha fazla doyum sağlayanlardan daha yüksek bir mutluluk düzeyine sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Wierzbicka (2004) İngilizce tanımlarla karşılaştırıldığında Almanca, Fransızca, Polonyaca ve Rusça “mutluluk” ve “mutlu”nun karşılıklarının nadir bir

durum çağrıştırdığını gözlemlemiştir. Aynı zamanda Alman, Fransız, Polonya ve Rus kültürel bağlamlarında birinin mutlu olabilmesi için birçok nadir durumun ortaya çıkması (yani kişinin şanslı olması) gerektiğini gösterir. Daha önceki kültürel ve kültürler arası araştırmalar toplumlar arası farklılıkların bireysellik-kolektivizm (Triandis, 1995), ülkelerin refahı (Oishi, 2012) ve ekvatora olan uzaklık (Pennebaker, Rime, & Blankenship, 1996) ile ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Dahası, yabancı doğumlu göçmenlerin sayısı mutluluk kavramı ile ilişkili olabilir, çünkü göçmenler aktif olarak mutluluk peşinde koşmak için güçlü bir motivasyon getirme eğilimindedirler (Oishi ve diğerleri, 2013).

Bradburn (1969) mutluluğun iki farklı bileşenden, olumlu duygu ve olumsuz duygudan ibaret olduğunu, mutluluğun bireylerin olumsuz duygularıyla olumlu duygularını karşılaştırarak elde ettikleri genel bir yargı olduğunu ortaya koymuştur. Öznel iyi oluş yapısının üçüncü boyutu yaşam doyumdur. Bu bileşen kişinin yaşamıyla ilgili bilişsel yargıları içermektedir. Genel yaşam doyumu kişinin işi, evliliği, sağlığı gibi yaşam alanları tarafından belirlenmektedir (Akt. Diener, 1984: 547).

Diener ve diğerleri (1991) yaptıkları çalışmada öznel iyi olmanın temel olarak olumlu duygunun sıklığına bağlı olduğunu ve duygu yoğunluğu ile daha az ilişkili olduğunu bulmuştur (Diener ve diğerleri, 1991).

David Lykken (1996) Minnesota Üniversitesi'nden bireylerin yaşamdan memnuniyet duymasında genlerin rolünü incelemiştir. 1936-1955 yılları arasında Minnesota'da doğan 4000 ikizle ilgili bilgileri toplayan Lykken yaptığı analiz sonucunda yaşamdan memnuniyet duyma üzerine genlerin yüzde 50'lik bir etkiye sahip olduğunu ortaya bulmuştur (Lykken, 1991).

Chen, Huang ve Cheng (2009) seyahat odaklı aileler üzerinde yaptıkları bir araştırma sonucunda aile üyeleri ile yapılan seyahatlerin mutluluğu artırdığı sonucuna ulaşmıştır. Nawijn ve diğerleri (2010) bir araştırmada tatilcilerin mutlu olduğunu ifade ederek sadece bu durumun tatilden sonra değişip değişmediğini araştırmıştır. Hollandalı bireylere üzerinde çalıştıkları bu uygulamada tatilcilerin tatil öncesinde tatile çıkmayanlara göre daha fazla mutlu oldukları ancak aradaki bu farkın önemli olmadığını belirtmişlerdir. Bu duruma karşılık tatil sonrasında ise tatilciler ile tatile çıkmayanlar arasında mutluluk faktöründe farklılık

görülmemektedir. Tatil gezileri insanların sabırsızlıkla beklediği deneyimler olarak ifade edilebilir. Hatta çoğu için tatilden aylar önce başlayan keyif ve mutluluktur (Nawijn ve diğerleri, 2010).

Diener, Diener ve Diener (1995) Doğu-Batı ilişkisine ya da ilişkisizliğine alternatif bir yaklaşım olarak farklı ülkelerdeki kültürel değerler ve mutluluk arasındaki ilişkileri araştırmıştır. Var olan kültürlerarası karşılaştırmalar diğer değişkenler kontrol edildiğinde bireyselliğin SWB'nin tek ısrarcı korelasyonu olduğunu ileri sürmektedir. Bununla birlikte, bir kez daha hem kültürel değerler hem de SWB ölçümlerinin kültüre bağlı olduğu görülmüştür. Bu yüzden de doğal olarak batı mutluluğunun batı bireysellik değeriyle ısrarlı bir şekilde ilişkisi vardır. Bu kültürel önyargıya karşı çıkmak için kültürlerarası araştırmalarda batı görüşlerine olduğu kadar doğu görüşlerine de yer verilmelidir.

Michalos (2008) ise birçok çalışmadan derlediği bilgilerle mutlu insanın psikolojik profilini çıkarmıştır. Mutlu insan düşük düzeyde korku, kin, gerilim, suçluluk ve öfke duyan, yüksek düzeyde enerjisi ve canlılığı olan, özgüven sahibi, duygusal olarak istikrarlı, yüksek sosyal oryantasyonu olan sağlıklı, tatminkâr, sıcak bir sevgiye ve sosyal ilişkiye sahip, aktif bir yaşam tarzı ve anlamlı bir işi olan, göreceli olarak iyimser, kaygısız olan ve şimdiki zaman oryantasyonu olan kimselerdir (Michalos, 2008).

Veenhoven (2008) Hollanda'daki yaptığı araştırmaya göre mutluluk sıralamasında ilk sırayı Malta, son sıraları ise Tanzanya, Ermenistan, Zimbabve, Moldova ve Ukrayna almaktadır. Mutluluk Araştırmaları Dergisi (The Journal Happiness Studies)'nde yayımlanan bu araştırma, içinde Türkiye'nin yer almadığı 90 ülkede toplam 100 bini aşkın denekle gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmada da paranın mutluluk için bir kriter olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Dünyanın en zengin ülkelerinden ABD, mutluluk sıralamasında Guatemala ve Uruguay'ın altında yer alırken, İngiltere ve Almanya ancak son sıralarda gelmektedir.

Kültür ve duygu üzerine araştırmalar, duygularda kültürel farklılıkların tutarlı ve etkili bir şekilde anlaşılması ve tahmin edilmesine olanak sağlayan kültüre özgü sistematik yaklaşımlar benimsenmesiyle daha ileri taşınmıştır (Kitayama, Matsumoto, Markus, ve Norasakkunkit, 1997;). Bu sistematik yaklaşımlar özellikle öz ve ilişkiler alanında neyin iyi olduğuna dair kültürel modellerden başlamaktadır.

Kültürel modeller neyin ahlaki, zorunlu ve istenir olduğunu karşılayan sosyal uygulamaların yanı sıra inanışları da içerir (Mesquita ve Walker, 2003). Örneğin yaygın olan bir orta sınıf Amerikan kültür modeli kişinin kendi katkıları ile başarı sağlamasını vurgularken yaygın bir orta sınıf Japon kültürel modeli ise kişinin sosyal çevreye uymasını vurgular. Bu kültürel modellerin duygu uygulamasının önemli bileşenleri olduğu varsayılır. Duygusal uygulamalar bazı çıktıların seçilmesi olasılığı gibi kültürel farklılıklar olduğunda kültürler arasında farklılık gösterir (Mesquita ve Walker, 2003).

İzediTamme (2010) tolerans eğitimin agresiflik üzerinde etkisini üniversite öğrenciler üzerinde araştırmıştır. Bu araştırmada, 60 kişi rastgele seçilerek 2 grup içinde deney ve kontrol olarak atanmıştır. Daha sonra, 2 ölçek her iki gruba uygulanmış ve deney grubuna haftada bir oturum olarak toplam 9 oturum verilmiştir. Eğitimden bir süre sonra deney ve kontrol grubu tekrar ölçülerek, araştırma sonucunda tolerans eğitiminin agresifliği azalttığı görülmüştür (İzediTamme, 2010).

Engelen ve diğerleri (2008)'in çalışmasında, insanların ne zaman daha fazla tolerans göstermelerine veya neden yanlışlıklara bile bile göz yumduklarına yönelik bir araştırma yapmışlardır ve sonuçlarda tolerans göstermek için çok fazla durum bulmuşlardır.

Nikukar (2012) toleranssızlığın, kaygı ve ruminasyonla ilişkisini incelemiştir ve rastgele olarak 152 üniversite öğrencisi araştırmaya seçilerek, "Feriston Toleranssızlık Ölçeği, Pensilvanya Kaygı ve Nolen-Hoeksema Ruminasyon Ölçekleri"ni uygulamıştır. Bu araştırmanın sonucunda toleranssızlığın, ruminasyon ve kaygı ile anlamlı bir ilişki gösterdiği ortaya çıkmıştır.

Khormaie (2014) üniversite öğrencilerin tolerans düzeyleri ve umut düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Bu araştırmada 390 kişi Şiraz Üniversitesi'nde rastgele olarak seçilmiştir. Bu araştırmada tolerans ve umut ölçeklerinden yararlanılmıştır. Sonuç olarak, öğrencilerin tolerans düzeylerini ile umut düzeyleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu ve öğrencilerin tolerans düzeylerinin artırılmasının umut düzeylerinin artmasına ve neticede onların daha başarılı olmalarına yardımcı olacağını belirtmiştir (Khormaie, 2014).

## 2.5.2.Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Kaleli (2013) üniversite öğrencilerinin kendine saygı düzeyleri ile tolerans düzeyleri arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olup olmadığını araştırmıştır. Bu amaçla Gazi Üniversitesi Fen ve Edebiyat Fakülteleri ile Hacettepe Üniversitesi Fen ve Edebiyat Fakültelerinin Edebiyat ve Kimya bölümlerinde öğrenim gören 384 öğrenciye "Kendine Saygı Ölçeği, Tolerans Ölçeği ve Kişisel Bilgi Anketi" uygulanmıştır. Analiz sonuçları, Kendine Saygı Ölçeği puanları ile Tolerans Ölçeği puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya çıkarmıştır. Araştırma sonuçlarına göre araştırmaya katılan öğrencilerin kendine saygı düzeyleri ile tolerans düzeyleri arasında pozitif yönde, düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre ayrı bir şekilde analiz edildiğinde ise, kendine güven ve tolerans düzeyleri arasında pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin verilerinde herhangi bir ilişki yoktur. Araştırmaya katılan öğrencilerin takip ettiği programlar açısından incelendiğinde, sosyal programa devam eden öğrencilerin kendine güven ve tolerans düzeyi arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Fen programını takip eden öğrencilerin verilerinde ise anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Ayrıca araştırmaya katılan öğrencilerin kendine saygı düzeyi ve tolerans düzeyi ile öğrenim gördükleri üniversite ve ailelerindeki kardeş sayıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

Yüksekbilgili ve Akduman (2016)'in araştırmasında, çalışanların bireysel mutluluk düzeyleri ve işkoliklik eğilimi arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemek istemiştir. Bu amaçla araştırmada işkolikliğin ölçülmesi için DUWAS İşkoliklik Ölçeği, bireysel mutluluğun ölçülmesi için Oxford Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Toplam 218 kişiye uygulanmış ve sonuçlara ulaşmak için korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, bireysel mutluluk düzeyleriyle işkoliklik arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir.

Ayten (2009) Türkiye'de 321 kişi üzerinde yürüttüğü araştırmada dindarlığın, affedicilik ile pozitif ve intikam duygularıyla negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayten (2012) tarafından gerçekleştirilen başka bir araştırma da ise affedicilik, alçak gönüllülük ile pozitif ancak gururla negatif ilişkisinin olduğu görülmüştür.

Demirtürk (2005) vatani görevini yapan erler üzerine yaptığı araştırmada, aldıkları askeri eğitimin tolerans düzeyindeki gelişme üzerine etkisini incelemiştir. Askerlere temel eğitim öncesi ve sonrası uygulanan "Tolerans Ölçeği" sonrasında alınan tolerans puanları incelendiğinde, verilen askeri eğitimin erlerin tolerans düzeyinde belirgin bir artışa sebep olduğu saptanmıştır.

Tüzgöl Dost (2007)'un çalışmasında, üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerini cinsiyet, algılanan akademik başarı, algılanan ekonomik durum, algılanan anne-baba tutumu, gelecekte beklenen beklenti, dini inanç ve yalnızlık değişkenlerine göre incelemiştir. Araştırmanın örneklemini, 2005-2006 öğretim yılında Hacettepe Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerine devam etmekte olan 403 üniversite öğrencisinden oluşturmuştur. Öğrencilerin yaşam doyumu düzeyini belirlemek amacıyla "Yaşam Doyumu Ölçeği"; yalnızlık düzeylerini belirlemek amacıyla "UCLA Yalnızlık Ölçeği" kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri cinsiyet, algılanan akademik başarı, algılanan ekonomik durum, gelecekte beklenen beklenti, dini inanç ve yalnızlık değişkenlerine göre farklılaşmakta olduğunu bulmuştur.

Yazgan (2007) 135 Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, 215 Rehberlik ve Psikolojik Danışma Anabilim Dalında toplam 350 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada, tolerans düzeyi ve öfke kontrolü arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulguları, öğrencilerin tolerans düzeyleri ile öfke kontrol düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin varlığını ortaya koymuştur. Buna göre tolerans düzeyi yüksek olan öğrenciler, tolerans düzeyleri düşük olan öğrencilere göre, yaşadıkları olay veya karşılaştıkları farklı durumlarda daha az öfke duygusu yaşamamakta, çevrelerine karşı daha az öfkeli tepkiler vermekte ve öfkelerini daha fazla kontrol edebilmektedir. Öte yandan araştırma bulguları, tolerans düzeyi yüksek bireylerin öfkelerini daha fazla bastırabilecekleri yönündeki denenciyi desteklememiştir. Buna göre, öfke duygusunu daha fazla içine atan veya bastıran bireylerin, daha toleranslı olduklarını söyleyemez.

Kalkan (2012) Antalya'da dağcılık, doğa yürüyüşü ve kaya tırmanışı aktivitelerine katılan kişilerin çevreleriyle olan etkileşimini, neden bu aktivitelere katıldıklarını ve elde ettikleri faydaları belirlemeye yönelik bir araştırma gerçekleştirmiştir. Bu araştırma sonunda 420 katılımcının kendilerini daha mutlu, daha sağlıklı ve daha güçlü, rahatlamış ve tazelenmiş hissettiği, kendilerine



güvenlerinin arttığını, yeni şeyler öğrenme, yeni kişilerle tanışma gibi yararlar sağlaması nedeniyle bu tür aktivitelere yöneldiklerini tespit edilmiştir.

Şimşek Bekir, Şahin ve Tekindal (2012) tarafından konaklama tesislerinde kalan ailelerin mutluluk düzeyleri ve mutluluk düzeylerini etkileyen faktörlerin belirleyebilmek amacıyla gerçekleştirdiği bir çalışmada, yaşam kalitesi genelde, yaşı genç olanlarda, öğrenim düzeyi yüksek ve mesleği özel sektörde doktor, avukat vb. olanlarda, gelir düzeyi fazla olanlarda daha yüksek bulunmuştur. Dinlenme ve eğlenme faaliyetleri ailede eşler ve çocuklar arasında sağlıklı ilişkilerin kurulması açısından son derece önemlidir. Bu faaliyetlerden biri olan tatile çıkma faaliyetinin aile üyeleri ile birlikte yürütülmesi ile yaşam kalitesi ile pozitif ilişkilidir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar çerçevesinde ailelerin yaşam kalitelerinin artırılması için; aile üyelerinin birbirlerine yeterince zaman ayırması, serbest zaman faaliyetlerinde aile üyeleri ile birlikte tatile çıkma faaliyetlerinin düzenli olarak gerçekleştirilmesi ve bu faaliyetlere katılımın birlikte yapılması önerilerinde bulunulmuştur.

Öztaşkın ve İçen (2015) ortaokul öğrencilerinin “hoşgörü eğilimleri” ile “demokrasi algıları” arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını incelemiştir. Seçilen örneklem grubunun 56'sı (%48,7) erkek, 59'u (%51,3) kız toplam 115 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Çalışkan ve Sağlam (2012) tarafından geliştirilen “Hoşgörü Eğilim Ölçeği” ve Duruhan ve Ersöz (2013) tarafından geliştirilen “Ortaokulda Demokrasi Algıları Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda cinsiyet açısından öğrencilerin “hoşgörü eğilimleri” arasında ve “demokrasi algıları” arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda, “hoşgörü eğilimleri” ile “demokrasi algıları” arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Devrim (2014) yaptığı çalışmada iş yaşamında affetme eğilimi ve intikam niyeti düzeylerinin ölçülmesi ve sonuçlarının çalışanların saldırgan davranış algılarına göre nasıl değişebileceğini incelemiştir. Bu araştırma İzmir’de beş yıldızlı bir otelde görev yapmakta olan 187 çalışan ile gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak, katılımcıların neredeyse yarısının işyerinde saldırgan davranışlara uğradığı ve bu çalışanların çoğunluğunun kadın ve daha az iş deneyimine sahip çalışanlar olduğu belirlenmiştir. Özellikle sonuçlarda mağduriyet algısındaki artışın affetme eğilimini olumsuz yönde, intikam niyetini ise olumlu yönde etkilediği görülmüştür.

Araştırmanın diğer bir sonucu ise çalışanların uzun süre saldırgan davranışlara maruz kalmaları durumunda kolaylıkla intikam almayı seçebilecekleri yönündedir (Devrim, 2014).

Sarıçam ve Biçer (2015) ahlaki değer ve öz-anlayışın affedicilik üzerindeki açıklayıcı rolünü incelemiştir. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde okuyan 412 öğretmen adayı üzerinde gerçekleştirilen bu çalışmada, Ahlaki Değer Ölçeği, Öz-anlayış Ölçeği ve Affedicilik Ölçeği kullanılmıştır. Bulgulara göre ahlaki değer, öz-anlayış ve affedicilik arasında pozitif yönlü ilişkiler vardır. Ahlaki değer ve öz-anlayış, affediciliğin önemli yordayıcıları arasında olmasının yanında affedicilik puanlarındaki toplam varyansının %56'sını açıklamaktadır.

Güdü-Demirbulat ve Avcıkurt (2015) mutluluk kavramı ile turizm arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma kapsamında, mutluluk kavramı ile ilintili yazın taraması yapılarak, mutluluğu belirleyen faktörler ve mutluluğun ölçülmesi detaylandırılarak mutluluk ve turizm arasındaki ilişki yazındaki çalışmalar ışığında incelenmiştir. Yazında mutluluğa yönelik olarak yapılan çalışmaların nesnel yaklaşımlardan ziyade öznel bir yaklaşıma sahip olduğu görülmüştür. Nesnel yaklaşımların mutluluğu tam olarak açıklama hususunda yetersiz kalması, bu durumun en temel sebebidir. Çalışmalar, turizm ile mutluluk arasında olumlu bir ilişkinin varlığı üzerinde odaklanmaktadır. Tatiller, iş ve stresten uzak, rahatlatıcı zamanlar olarak ifade edilmelerinin yanında seyahat ile ilgili deneyimlerin turistlerin mutluluğunu artırdığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tüzgöl Dost (2007) mutluluk düzeyinin cinsiyete göre incelendiğinde araştırmasında, kadınların mutluluk düzeyleri erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Bakioğlu (2013) üniversite öğrencilerinin kültürlerarası tolerans düzeyleri ile ahlaki olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkisini incelemiştir. Ayrıca, üniversite öğrencilerinin kültürlerarası tolerans düzeyleri ile ahlaki olgunluk düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu Orta Karadeniz Bölgesi'nde bir devlet üniversitesinde öğrenim gören 1153 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak “Kültürlerarası Tolerans Ölçeği”, ve “Ahlaki Olgunluk Ölçeği” kullanılmıştır. Sonuç olarak,

üniversite öğrencilerinin kültürlerarası tolerans düzeyleri ile ahlaki olgunluk düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin kültürlerarası tolerans düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Üniversite öğrencilerinin ahlaki olgunluk düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gözlenmiştir (Bakioğlu,2013). Doğan (2006) üniversite öğrencilerinin mutlulukla ilişkili faktörleri incelediklerinde, geleceklerine ilişkin olumlu düşüncelere sahip olan üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğunu saptamıştır.

Bolat (2013) engelli çocuğu olan anne babaların tolerans düzeylerine göre tükenmişlik durumlarını araştırdığı çalışmada, ‘‘Kişisel Bilgi Formu’’, ‘‘Maslack Tüketilmiş Ölçeği’’ ve Ersanlı tarafından geliştirilen ‘‘Tolerans Ölçeği’’ uygulamıştır. Sonuç olarak, ebeveynlerin tolerans puanları yükseldikçe tükenmişlik puanlarının azaldığı saptanmıştır. Aynı zamanda, engelli çocuklarıyla ilgili eğitim alan velilerin tolerans puanlarının eğitim almayan velilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Çabuk (1986) ebeveyn yoksunluğu yaşayan ergenlerde, fröstrasyon toleransında (hayal kırıklığına dayanıklılık) etkisi ve kişisel tepki tarzları incelemiştir. Araştırma sonucunda, ebeveyn yoksunu ergenlerde toplumsallaşma düzeylerinin daha alt seviyede olduğu, tepki tarzlarının daha çocuksu olduğu ve tepki tarzlarının düşük fröstrasyon toleransının bir işareti olabileceği bulunmuştur.

Ayten (2009) affetme eğilimi ve bu eğilimin demografik değişkenler (cinsiyet, yaş vb), ve dindarlık ile ilişkisini ele almıştır. Araştırma örneklemini, İstanbul'un farklı semtlerinde oturan ve yaşları 17 ile 70 arasında değişen 321 kişiden oluşmuştur. Örneklem grubuna "Affetme Eğilimi Ölçeği" ve "Dindarlık Ölçeği" uygulanarak elde edilen bulgulara da affetme eğilimi ile cinsiyet, yaş, medeni durum ve sosyal çevre değişkenleri arasında istatistikî bakımdan anlamlı ilişki tespit edilememiştir. Dindarlık ile genel affetme eğilimi ve affetme eğilimini oluşturan "iyimserlik" alt boyutu arasında olumlu, "kaçma" ve "öç alma" alt boyutları arasında olumsuz ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmada affetme eğilimi ile "gurur" arasında olumsuz, "alçak gönüllülük" arasında olumlu ilişki olduğu anlaşılmıştır (Ayten, 2009).

Pehlivan-Aydın (2001)'in yaptıkları araştırmanın sonuçlarına göre, müfettişler, lise müdürlerinin başkalarının görüşlerine değer verme, eleştirilere açık olma, farklılıklara karşı hoşgörülü olma, başkalarını dinlerken kendini onların yerine koyma ve anlamaya çalışma ilkelerine uygun davranma düzeylerini yetersiz bulmuşlardır. Lise müdürleri ise, hoşgörü ile ilgili tüm ilkelere her zaman uygun davrandıklarını belirtmişlerdir.

Toplulukçu kültürlerde bireyler, güçlü bir şekilde yasaklanan normlara uygun davranma eğiliminde olmalarına rağmen affedicilik için geliştirilen bireysel modeller, bu erdemi bireysel bir karar ya da tercih olarak yorumlama eğilimindedirler. Modern batı psikoloji literatüründe başkalarını affetme üzerine vurgu yapılmıştır (Ayten, 2012).

Üstün ve diğerleri (2014) üniversite öğrencilerinin gelecek beklentilerini etkileyen nedenlerden biri iş bulma konusunda ümitsiz olduklarını dile getirmiştir. Araştırma sonuçları incelendiğinde baba eğitim durumu lisansüstü olan çocukların daha yüksek gelecek beklentilerine sahip olduğu saptanmıştır. Bu sonuç eğitimle ilişkilendirilebilir. Eğitim düzeyi daha yüksek ailelerin çocuklarıyla daha sağlıklı bir iletişim kurmaları beklenir. Üstelik ebeveynlerin belli ölçülerde bir başarı öyküsünün olmasının çocukların başarıya olan inançlarını arttıracığı düşünülmektedir. Neticede çocuklarıyla sağlıklı iletişim kuran, yaşam ve mesleki tecrübelerini aktaran ailelerin çocuklarının geleceğe yönelik daha olumlu bir bakış açısına sahip olması beklenir (Üstün ve diğerleri, 2014).

Öğrencilerin geleceğe olumlu ve güvenle bakmalarına ailelerinin gelir durumu ve gençlerin sahip oldukları bilgi ve beceri düzeyi etkilidir. Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek ailelerin çocuklarında başarı güdüsünün daha yüksek olduğu tam tersi sosyo-ekonomik düzeyi düşük olan ailelerin çocuklarının gelecek beklentileri daha kadereci oldukları, daha düşük benlik algısı ve karamsarlık gibi özelliklerinin daha çok görüldüğü söylenebilir. Bazı araştırmalarda performans, beklenti ile birlikte ele alınmıştır. Bu araştırmalara göre, beklentinin yüksek olması performansı artırırken yüksek performans yüksek beklenti yaratır (Tuncer, 2011).

Demir ve Kutlu (2016) üniversite öğrencilerin sosyal etkileşim kaygısı ile mutluluk arasındaki ilişkide yalnızlığın aracı rolünün incelemek için 324 kadın, 270 erkek olmak üzere toplam 594 üniversite öğrencisi üzerinde çalışmıştır. Araştırmada

"Etkileşim Kaygısı Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ile Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu" ölçekleri kullanılarak, sosyal etkileşim kaygısının yalnızlığı ve mutluluğu yordadığı, yalnızlığın mutluluğu yordadığı ve sosyal etkileşim kaygısı ile mutluluk arasındaki ilişkide yalnızlığın kısmi aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmacılar yalnızlık duygusu düşük bireylerin, yalnızlık duygusu yüksek olanlara göre mutluluk düzeyleri daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.



## BÖLÜM III

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırma Modeli

Türkiye ve İran üniversite öğrencilerinin mutluluk, affetme ve tolerans düzeyleriyle ilişkili sosyodemografik değişkenlerin incelendiği kültürlerarası kesitsel bir araştırmadır. Kesitsel araştırmalar, belirli bir zamanda belirli bir popülasyonda benzerlikleri ve farklılıkları betimlemeyi amaçlayan araştırma desenidir (Cohen, Manion ve Morrison, 2007). Bu araştırmada benzer şekilde, Türkiye ve İran'da üniversite eğitimlerine devam etmekte olan öğrencilerin araştırma kapsamında ele alınan bağımsız değişkenler açısından benzerlikler ve farklılıklar incelenmiştir.

#### 3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Tahran ve Tebriz üniversitelerinde 2015-2016 öğretim yılındaki 692 öğrenci, Ondokuz Mayıs ve Hacettepe üniversitelerine devam eden 714 öğrenci olmak üzere toplam 1407 öğrenciden oluşturmuştur. Çalışmaya seçilen şehirler iki ülkenin başkenti ve iki ülkenin iki büyük şehri olacak şekilde seçilmiştir. Ancak veri toplama araçlarının incelenmesi sonucunda ölçek maddelerinin tamamına yakınına cevap vermeyen, ölçek maddelerini rastgele doldurduğu düşünülen öğrenciler veri analizine dahil edilmemiştir. Bu nedenle, Türkiye'den 679 öğrenci ve İran'dan 555 öğrenci olmak üzere toplam 1234 öğrenci analize dahil edilmiştir. Analize dahil edilen öğrencilerin, % 64.6' sını kadın ve % 35.4' ü erkektir. Öğrencilerin yaş aralığı 18 ila 23 arasında değişmektedir. Öğrencilerin % 10.3' ü evliken, % 89.7' si bekârdır. Öğrencilerin % 10.5' i önlisans eğitimlerine devam etmekte iken, % 89.5' i lisans eğitimlerine devam etmektedir. Öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin daha ayrıntılı bilgiler Tablo 1 de yer almaktadır.

#### 3.3. Veri toplama araçları

Türk ve İran üniversite öğrencilerinin affedicilik, mutluluk ve tolerans düzeylerini belirleyebilmek amacıyla her iki ülkede geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları gerçekleştirilen, Heartland Affetme Ölçeği, Tolerans Ölçeği ve Oxford

Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Aşağıda ölçeğin psikometrik özelliklerine ilişkin bilgiler yer almaktadır.

### **3.3.1.Heartland Affedicilik Ölçeği (HAÖ)**

HAÖ, Thompson ve diğerleri (2005) tarafından bireylerin affedicilik düzeylerin belirlenebilmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin, kendini, başkaları ve durumu affetme alt boyutlarından oluşmakta, araştırmacının amacına göre alt boyutlar ya da toplam puanlar alınarak kullanılabilir. Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin genel affedicilik düzeylerinin belirlenmesi amaçlandığından ölçek toplam puanları kullanılmıştır. HAÖ 18 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar her bir ölçek maddesine katılma derecelerini gösteren 7'li likert tipi bir ölçekte değerlendirmektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puanlar 18 ile 126 arasında değişmektedir. Ölçeğin, Türk kültüründe uyarlama çalışmaları, Bugay ve Demir (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırmacılar tarafından gerçekleştirilen yapı geçerliliği çalışmasında, orijinal ölçekle tutarlı olarak üç faktörlü bir yapıdan oluştuğu bildirilmiştir. Aynı zamanda, ölçeğin iç tutarlılık katsayıları kendini affetme için .64; başkalarını affetme için .79 ve durumu affetmek için .76, ölçeğin tamamı için .81 olarak bulunmuştur. Ölçeğin, İran kültüründe Farsçaya uyarlama çalışmaları Askeri ve Rosheni (2013) gerçekleştirilmiştir. Ayrıca, bu ölçeği Dehghan, Kordtamini ve Arap (2014), tekrar uyarlama çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin, bu araştırmacılar tarafından bildirilen Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .76 ve .83' dür.

### **3.3.2.Tolerans Ölçeği (TÖ)**

TÖ, Ersanlı (2014) tarafından geliştirilmiştir. TÖ, 11 maddeden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçekte on madde tersten kodlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 11 ila 55 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların artması kişinin tolerans düzeyinin arttığına işaret etmektedir. Ölçeğin, yapı geçerliliği Ersanlı (2014) tarafından hem açımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizi aracılığıyla incelenmiş ve ölçeğin tek faktörlü yapısını destekler sonuçlara ulaşılmıştır. Daha ayrıntılı ifade edilirse, Ersanlı (2014) açımlayıcı faktör analizi sonucunda, ölçeğin toplam varyansın %39.37'sini açıklayan tek bir faktörden oluştuğunu ve ölçeğin madde faktör yük değerlerinin .46 ve .75 arasında değiştiğini bulmuştur. Farklı bir örneklem grubunda, gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör

analizleri de ölçeğin tek faktörlü yapısını yeni bir örnekleme doğrulamıştır. Güvenirliliğine ilişkin bulgular ise ölçeğin madde-toplam korelasyonlarının .37 ve .64 arasında değiştiğini ve ölçeğin yeterli düzeyde Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısına ( $\alpha=.79$ ) sahip olduğunu göstermiştir. Ölçeğin İran kültüründe geçerliliği ve güvenirliliği, Ersanlı ve Mameghani (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ancak bu çalışmada ölçeğin, İran kültürüne göre altı maddenin iyi düzeyde ayırt ediciliğe sahip olmadığı görülmüştür. Bu maddeler çıkarıldıktan sonra (toplam çıkarılan madde sayısı 6) gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin, orijinal ölçekteki gibi tek faktörlü bir yapıdan oluştuğu görülmüştür. Doğrulamalı faktör analizleri bu faktör yapısını yeni bir örnekleme doğrulamıştır ( $\chi^2$  (df =5) = 6.746,  $p>.05$ ; RMSEA= .036 90% CI [ .000-.096],  $p>.05$ ; CFI= .994; TLI: .987; WRMR: .467). Bu bulgular tolerans düzeylerin ölçülmesinde bazı kültürel faktörlerin rolü olabileceğini göstermektedir. Ancak, orijinal ölçekteki gibi ölçeğin tek faktörlü bir yapı da olması da tolerans kavramının tek boyutlu olarak ele alınabilecek bir psikolojik özellik olabileceğini göstermektedir. İran kültüründe ve Türk kültüründe, farklı sayılarda maddelerin işlevsel olmasından dolayı sonuçlar doğrudan karşılaştırılabilir değildir. Ersanlı ve Mameghani (2016) bu durumun üstesinden gelenebilmesi için her iki kültürde işlevsel olan maddelerin İran kültüründe işlevsel olan maddelere dayalı olarak öğrencilerin ortalama puanlarının karşılaştırılmasını önermiştir. Bu öneriler doğrultusunda her iki kültürde işlevsel olan maddeler üzerinden başka bir ifadeyle İran kültüründe geçerli olan maddeler üzerinden karşılaştırmalar yapılmıştır.

### 3.3.3.Oxford Mutluluk Ölçeği (OMÖ)

Hills ve Argyle (2002) tarafından bireylerin mutluluk düzeylerini belirleyebilmek amacıyla geliştirilen OMÖ, 29 maddelik ve 6'lı likert tipi bir ölçme aracıdır. Katılımcıların toplam puanları 29 ila 172 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların artması kişinin mutluluk düzeylerinin arttığına işaret etmektedir. Hills ve Argyle, ölçeğin iç tutarlılık katsayısını (Cronbach alfa) 0.91 olarak bulmuşlardır. Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek üzere yapılan faktör analizi sonucu, özdeğeri 1'in üzerinde olan 8 faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ancak, söz konusu faktörlerin yorumlanması ve adlandırılmasındaki problemler nedeniyle, ölçeğin tek faktörlü olarak kullanılmasının uygun olacağı sonucuna varmışlardır. Ölçeğin eşdeğer ve aykırı ölçekler geçerliliği çalışmasında, ölçeğin yaşam doyumu,



mutluluk ve depresyon, yaşam yönelimi, benlik saygısı, yaşam ilgisi ve kişilik özellikleriyle ilişkisi incelenmiş ve OMÖ ile söz konusu psikolojik nitelikler arasında, sırasıyla  $r=0.77$ ,  $r=0.90$ ,  $r=0.79$ ,  $r=0.81$ ,  $r=0.77$  ilişki bulunmuştur. OMÖ ile Eysenck Dışa Dönüklük Ölçeği arasında ( $r=0.61$ ), “nevrotiklik” arasında ( $r=-0.59$ ) ve “psikotizim” arasında ( $r=-0.17$ ) ilişki bulunmuştur. Ölçeğin ilk formu olan Oxford Mutluluk Envanteri ile arasında ise 0.80 korelasyon bulunmuştur. ÖlçeğinTürkçe dilindeki geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Doğan ve Sapmaz (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, özdeğeri 8.3 olan ve toplam varyansın %29.84’ünü açıklayan bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğe ilişkin faktör yüklerinin ise 0.32 ile 0.77 arasında değiştiği görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen değerler ise, ölçeğin tek faktörlü yapısının Türk üniversite öğrencilerinden oluşan örnekleme korunduğunu göstermiştir. Ölçüt bağıntılı geçerlilik için yapılan analiz sonucunda da, OMÖ ile mutluluğu ve iyimserliği değerlendiren diğer ölçme araçları arasında anlamlı düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Yapılan güvenilirlik analizlerinde ise, OMÖ’nün Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.91, test yarılama yöntemiyle elde edilen güvenilirlik katsayısı 0.86 olarak bulunmuştur. OMÖ’nün İran’daki güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları Alipoor ve Noorbala (1999) ve Liaghatdar, Jafari, Abedi ve Samiee (2008) tarafından gerçekleştirmiş ve ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısının .92 olduğu ve başka bir mutluluk ölçeğiyle  $r= .73$  düzeyinde ilişki gösterdiği ve kapsam geçerliliğinin yüksek olduğu bulunmuştur.

### **3.3.4.Süreç**

Araştırmaya konu olan veriler 2015-2016 eğitim öğretim yılı birinci döneminde toplanmıştır. Veriler toplanmadan önce ilgili kurumlardan gerekli izinler ve etik kurulu onayı alınmıştır. Öğrencilerin araştırmaya katılmanın gönüllülük ilkesine göre olduğu, verdikleri cevapların gizli kalacağı, araştırmanın başlangıcında, ortasında ya da sonunda herhangi bir yaptırıma uğramadan çekilebilecekleri hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmacı Kişisel bilgi formunu, Tolerans Ölçeğini, Heartland Affetme Ölçeğini ve Oxford Mutluluk Ölçeğini yaklaşık olarak 25-50 kişilik gruplar halinde normal ders saatlerinde uygulamıştır. Araştırmaya katılmayı reddeden bir öğrenci olmamıştır. Öğrencilere herhangi bir teşvik verilmemiştir. Uygulamalar yaklaşık olarak 30 dakika sürmüştür.

### 3.3.5.Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 23 istatistik programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizleri gerçekleştirilmeden önce kayıp, aykırı değerler ve istatistiksel analizlerin varsayımları incelenmiştir. İlk olarak, ölçeklerin büyük bir kısmını cevaplamayan veya rastgele doldurduğu düşünülen sınırlı sayıda katılımcı veri setinden çıkarılmıştır. Verisetindeki aykırı değerleri tespit etmek amacıyla Tolerans Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği toplam puanları standardize edilmiş, z-puanlarına dönüştürülmüş ve Hair, Black, Babin ve Anderson (2014)'un büyük örneklem için önerdiği değerler doğrultusunda Heartland Affetme Ölçeğinde yer alan dört tek değişkenli aykırı değer veri setinden çıkarılmıştır. Oxford Mutluluk Ölçeği ve Tolerans Ölçeğinde aykırı değere rastlanmamıştır. Çalışma grubunu oluşturan bireylerin demografik özellikleri hakkında bilgi vermek amacıyla frekans ve yüzdelerden yararlanılmıştır. Araştırma hipotezlerinin test edilmesinde ise çift yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Çift yönlü varyans analizi (ANOVA) bağımlı değişken bir bağımsız değişken iki olduğunda kullanılan bir istatistiksel analiz tekniğidir (Field, 2013; Ho, 2013). Literatürde faktöriyel ANOVA olarak bilinmektedir. Bu analiz yönteminin en önemli avantajlardan biri araştırmacıların bağımsız değişkenlerdeki temel etkileri analizi edebilmenin yanı sıra, bir bütün olarak bağımsız değişkenlerin kendi aralarında bir etkileşim etkisi olup olmadığını test edebilmesidir (Field, 2013; Ho, 2013). Çift yönlü varyans analizinin üç varsayımı bulunmaktadır (Field, 2013; Ho, 2013). Bu varsayımlardan ilki örneklem kaynak evrenlerden bağımsız bir şekilde seçilmiş olmasıdır. Bu varsayım araştırma tasarımıyla ilgilidir ve istatistiksel olarak test edilemez. Ancak araştırmada Türkiye'deki üniversite öğrencileri ve İran'daki üniversite öğrencilerini temsil eden bir çalışma grubu bulunduğundan bu varsayım karşılanmıştır. İkinci varsayım bağımlı değişkeninin normal dağılım göstermesidir. Bu varsayım örneklem büyüklüğü dikkate alınarak ölçme ve değerlendirme uzmanlarının önerileri doğrultusunda (Field, 2013; Hair ve diğerleri, 2014; Ho, 2013) çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilerek incelenmiştir. Genel bir kural olarak, çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 ila +2 değerleri arasında olması çarpıklık ve basıklık değerlerinin normalden belirgin bir sapma göstermediğine işaret etmektedir (Field, 2013; George ve Mallery, 2016; Pituch ve Stevens, 2016). Verisetinde Heartland Affetme Ölçeği puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerinin sırasıyla .890

ve .543, Oxford Mutluluk Ölçeği puanlarının .649 ve .109, Tolerans Ölçeği puanlarının .280 ve 1.01 olduğu görülmüştür. Bu nedenle verilerin normale yakın bir dağılım gösterdiğine karar verilmiştir. Son varsayım, varyansların homojenliği varsayıdır. Bu varsayım Levene testi ile kontrol edildiğinde bazı analizlerde ihlal edildiği görülmüştür. Ancak Hartley  $F_{max}$  (Field, 2013) testi örneklem grupları arasındaki en büyük grup varyans oranının en küçük grubun varyansına oranının anlamlı olmadığını ve örneklem varyanslarının belirgin bir şekilde farklılaşmadığını göstermiştir. Benzer şekilde, Howell (2013, s. 234) gruplar arasındaki en büyük varyansın en küçük varyansa oranı dört ve altında olduğunda varyans analizi sonuçlarının geçerli olacağını belirtmiştir. Bu nedenle bu varsayımın da karşılandığı kabul edilmiştir. Çift Yönlü varyans analizi sonrası farklılıkların hangi grup ya da gruplar arasındaki puan farkından kaynaklandığını belirlemek amacıyla Scheffe testi kullanılmıştır. Hipotezlerin test edilmesinde .05 hata payı üst sınır olarak kabul edilmiştir.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Tablo 1'de araştırma kapsamında ele alınan değişkenlere ait frekans ve yüzdeler Türkiye, İran ve tüm örneklem için görülmektedir. Tablo 1'de görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan öğrencilerin %35.4'ü erkek, %64.6'sı kadındır. Öğrencilerin %13.5'i 18 yaşındayken %15.2'si 19, %23.9'u 20, %19.9'u 21, %15.6'sı 22, %11.9'u 23 yaşındadır. Öğrencilerin %10.3'ü evliyken, %89.7'si bekârdır. Son olarak öğrencilerin %10.5'i önlisans öğrencisiyken % 89.5'i lisans öğrencisidir.

**Tablo1.** Türkiye ve İran Örneklemine İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken	Türkiye		İran		Toplam	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>N</i>	%
<b>Cinsiyet</b>						
Kadın	450	66.3	347	62.5	797	64.6
Erkek	229	33.7	208	37.5	437	35.4
<b>Yaş</b>						
18	119	17.5	47	8.5	166	13.5
19	123	18.1	65	11.7	188	15.2
20	167	24.6	128	23.1	295	23.9
21	129	19.0	117	21.1	246	19.9
22	93	13.7	99	17.8	192	15.6
23	48	7.1	99	17.8	147	11.9
<b>Medeni Durum</b>						
Evli	31	4.6	96	17.3	127	10.3
Bekar	648	95.4	459	82.7	1107	89.7
<b>Okul Türü</b>						
Önlisans	71	10.5		58	10.5	129
Lisans	608	89.5		497	89.5	1105

**Hipotez 1:** Üniversite öğrencilerin affetme düzeyleri yaşadıkları kültür ve cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Araştırmanın birinci hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 2'de, katılımcıların yaşadıkları ülke ve cinsiyetlerine göre ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 3'te ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 2.**Kültür ve Cinsiyete Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Cinsiyet	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Kadın	48.49	5.69	47.98	8.31	48.27	6.95
Erkek	48.58	5.57	48.09	7.66	48.35	6.64

**Tablo3.**Kültür ve Cinsiyete Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	Sd	KO	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	70.54	1.51	.220	.001
Cinsiyet (B)	1	2.92	.06	.803	.000
A × B	1	.04	.00	.976	.000
Hata	1230	46.86			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü.

Tablo 3'te görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = 1.51, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .001$ ), cinsiyet ( $F(1, 1230) = .06, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .000$ ) temel etkisi ve kültür ve cinsiyet ( $F(1, 1230) = .00, p < .05$ , kısmi  $\eta^2 = .000$ ) etkileşimi anlamsızdır. Birinci hipotez reddedilmiştir.

**Hipotez 2:** Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Araştırmanın ikinci hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 4'te, katılımcıların yaşadıkları ülke ve yaşlarına göre ortalama puanlar ve standart sapma puanları, Tablo 5'te ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 4.** Kültür ve Yaşa Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Yaş	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
18	48.14	5.47	47.64	6.31	48.00	5.71
19	48.29	5.66	49.34	8.65	48.65	6.84
20	48.75	6.02	48.65	8.68	48.71	7.28
21	48.91	6.07	46.80	8.29	47.89	7.28
22	48.49	5.07	48.48	7.18	48.49	6.23
23	48.23	4.70	47.54	8.08	47.76	7.14

**Tablo 5.** Kültür ve Yaşa Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	sd	KO	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	43.14	.92	.337	.001
Yaş (B)	5	39.03	.83	.525	.003
A × B	5	58.27	1.25	.286	.005
Hata	1222	46.80			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü.

Tablo 5'te görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1222) = .92, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .001$ ), yaş ( $F(5, 1222) = .83, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .003$ )

temel etkisinin ve kültür yaş etkileşiminin ( $F(5, 1222) = 1.25, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .003$ ) anlamsız olduğu görülmüştür. İkinci hipotez reddedilmiştir.

**Hipotez 3:** *Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.*

Araştırmanın üçüncü hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 6'da katılımcıların yaşadıkları ülke ve medeni durumlarına göre ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 7'de ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 6.** Kültür ve Medeni Duruma Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Medeni Durum	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Evli	47.81	6.00	46.79	9.26	47.04	8.57
Bekar	48.56	5.63	48.28	7.77	48.44	6.60

**Tablo 7.** Kültür ve Medeni Duruma Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	sd	KO	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	36.07	.77	.380	.001
Medeni Durum (B)	1	107.58	2.30	.129	.002
A × B	1	11.67	.250	.617	.000
Hata	1230	46.70			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü.

Tablo 7'de görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = .77, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .001$ ), medeni durum ( $F(1, 1230) = 2.30, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .002$ ) temel etkisi ve kültür ve medeni durum ( $F(1, 1230) = 3.45, p < .05$ , kısmi  $\eta^2 = .000$ ) etkileşimi anlamsızdır. Üçüncü hipotez reddedilmiştir.

**Hipotez 4:** Üniversite öğrencilerinin, affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü (önlisans öğrencisi, lisans öğrencisi) açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Araştırmanın dördüncü hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 8'de katılımcıların yaşadıkları ülke ve okul türüne göre ortalama puanları ve standart sapmaları, tablo 9' da ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 8.** Kültür ve Okul Türüne Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Okul Türü	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Önlisans	48.11	5.42	47.09	8.81	47.65	7.14
Lisans	48.57	5.68	48.13	7.97	48.37	6.81

**Tablo 9.** Kültür ve Okul Türüne Göre Affedicilik Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	Sd	KO	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	61.50	1.31	.252	.001
Okul Türü (B)	1	64.23	1.37	.242	.001
A $\times$ B	1	9.82	.21	.647	.000
Hata	1230	46.80			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü.

Tablo 9'da görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = 1.31, p > .05, \text{kısmi } \eta^2 = .001$ ), okul türü ( $F(1, 1230) = 1.30, p > .05, \text{kısmi } \eta^2 = .001$ ), temel etkisi, kültür ve okul türü ( $F(1, 1230) = .21, p < .05, \text{kısmi } \eta^2 = .000$ ) etkileşimi anlamsızdır. Dördüncü hipotez reddedilmiştir.

**Hipotez 5:** Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.



Araştırmanın beşinci hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 10'da katılımcıların yaşadıkları ülke ve cinsiyetlerine göre mutluluk puanlarının ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 11'de ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 10.** Kültür ve Cinsiyete Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Cinsiyet	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Kız	108.69	12.79	113.93	16.06	110.97	14.53
Erkek	110.47	14.46	110.64	18.18	110.55	16.32

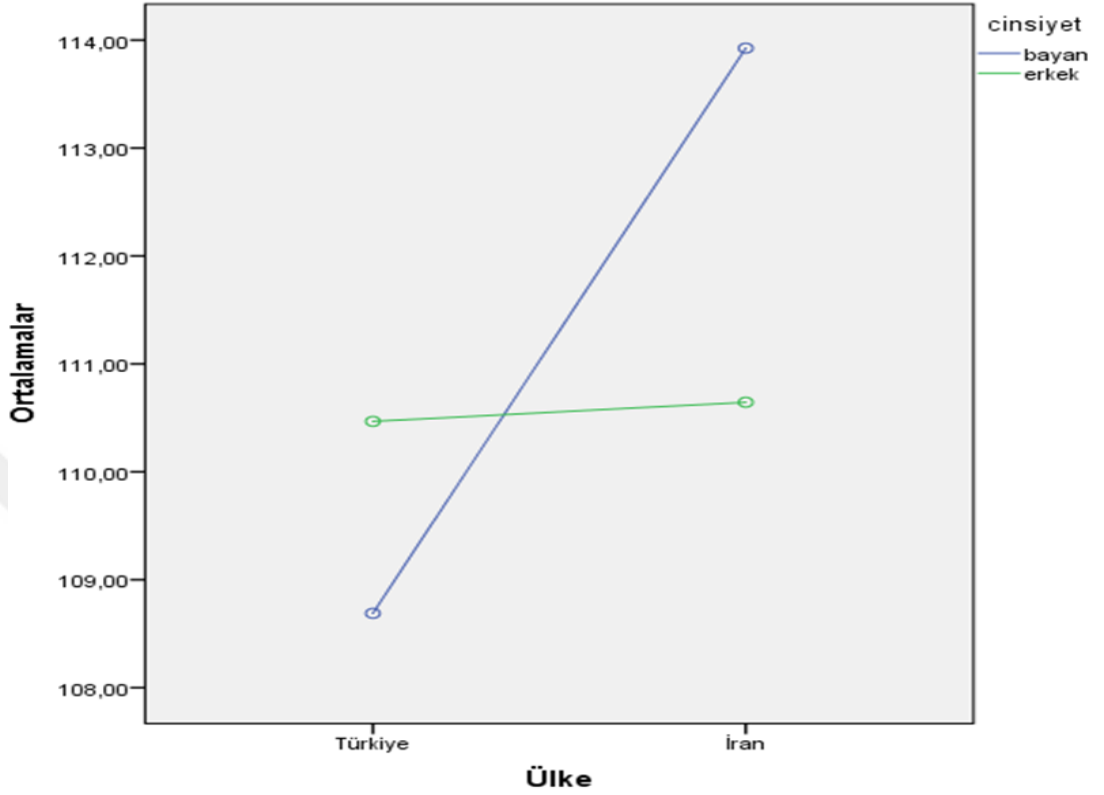
**Tablo 11.** Kültür ve Cinsiyete Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	sd	K.O	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	2052.19	9.05	.003*	.007
Cinsiyet (B)	1	158.10	.70	.404	.001
A $\times$ B	1	1792.58	7.91	.005*	.006
Hata	1230				

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü.\* $p < .01$ .

Tablo 11'de görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = 9.05, p < .01, \text{kısmi } \eta^2 = .007$ ), temel etkisi, kültür ve cinsiyet ( $F(1, 1230) = 7.91, p < .05, \text{kısmi } \eta^2 = .006$ ) etkileşimi anlamlıdır. Ancak cinsiyet ( $F(1, 1230) = .70, p > .05, \text{kısmi } \eta^2 = .001$ ) temel etkisi anlamsızdır. Tablo 10'da görüldüğü gibi, İran'daki üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri (Ort:112.70) Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden (Ort:109.29) anlamlı şekilde yüksektir. Etkileşimin kaynağını belirlemek için gerçekleştirilen Scheffe testi sonucunda ise, İran'daki kadın üniversite öğrencilerinin (Ort:113.93), Türkiye'deki kadın üniversite öğrencilerinden (Ort:108.69) anlamlı bir şekilde mutluluk puanlarının yüksek olduğu

görülmüştür. Beşinci hipotez kabul edilmiştir. Şekil 1'de bu etkileşim görsel olarak görülmektedir.



Şekil -1

**Hipotez 6:** *Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.*

Araştırmanın altıncı hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 12'de katılımcıların yaşadıkları ülke ve yaşlarına göre ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 13'de ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 12.** Kültür ve Yaşa Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Yaş	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
18	108.08	12.31	114.38	16.05	109.86	13.72
19	110.56	13.80	109.95	17.16	110.35	15.00
20	109.65	13.29	113.54	15.30	111.34	14.30
21	110.33	13.82	113.95	16.41	112.05	15.19
22	107.77	13.77	110.25	18.84	109.05	16.59
23	107.94	13.43	113.57	17.80	111.73	16.67

**Tablo 13.** Kültür ve Yaşa Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	sd	K.O	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	3365.63	14.78	.001*	.012
Yaş (B)	5	256.45	1.13	.345	.005
A × B	5	237.88	1.04	.390	.004
Hata	1222	227.750			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü, \* $p < .001$ .

Tablo 13'te görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1222) = 14.78, p < .001$ , kısmi  $\eta^2 = .012$ ) temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak yaş ( $F(5, 1222) = 1.13, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .005$ ) temel etkisi, kültür ve yaş etkileşimi ( $F(5, 1222) = 1.04, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .004$ ) anlamsız olduğu görülmüştür. Tablo 12'de görüldüğü gibi, İran'daki üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri ( $Ort: 112.70$ ) Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden ( $Ort: 109.29$ ) anlamlı şekilde yüksektir. Altıncı hipotez kabul edilmiştir.

**Hipotez 7:** Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Araştırmanın yedinci hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 14'te katılımcıların yaşadıkları ülke ve medeni durumlarına göre ortalama ve standart sapmaları, tablo 15'te ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 14.** Katılımcıların Yaşadıkları Ülke ve Medeni Durumlarına Göre Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Medeni Durum	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Evli	108.77	13.13	114.63	15.80	113.20	15.35
Bekar	109.31	13.41	112.29	17.16	110.55	15.15

**Tablo 15.** Kültür ve Medeni Duruma Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	sd	KO	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	1680.29	7.37	.007*	.006
Medeni Durum (B)	1	69.37	.30	.581	.000
A × B	1	177.80	.78	.337	.001
Hata	1230	227.86			

Not: KO = Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü. , \* $p < .01$ .

Tablo 15'te görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = 7.37, p < .01$ , kısmi  $\eta^2 = .006$ ) temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak, medeni durum ( $F(1, 1230) = .30, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .000$ ) temel etkisi, kültür ve medeni durum ( $F(1, 1230) = .78, p < .05$ , kısmi  $\eta^2 = .001$ ) etkileşimi anlamsızdır.

Tablo 14'te görüldüğü gibi, İran'daki üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri (*Ort*:112.70) Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden(*Ort*:109.29) anlamlı şekilde yüksektir. Yedinci hipotez kabul edilmiştir.

**Hipotez 8:** *Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.*

Araştırmanın sekizinci hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 16'da katılımcıların yaşadıkları ülke ve okul türüne göre ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 17'de ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 16.** Kültür ve Okul Türüne Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

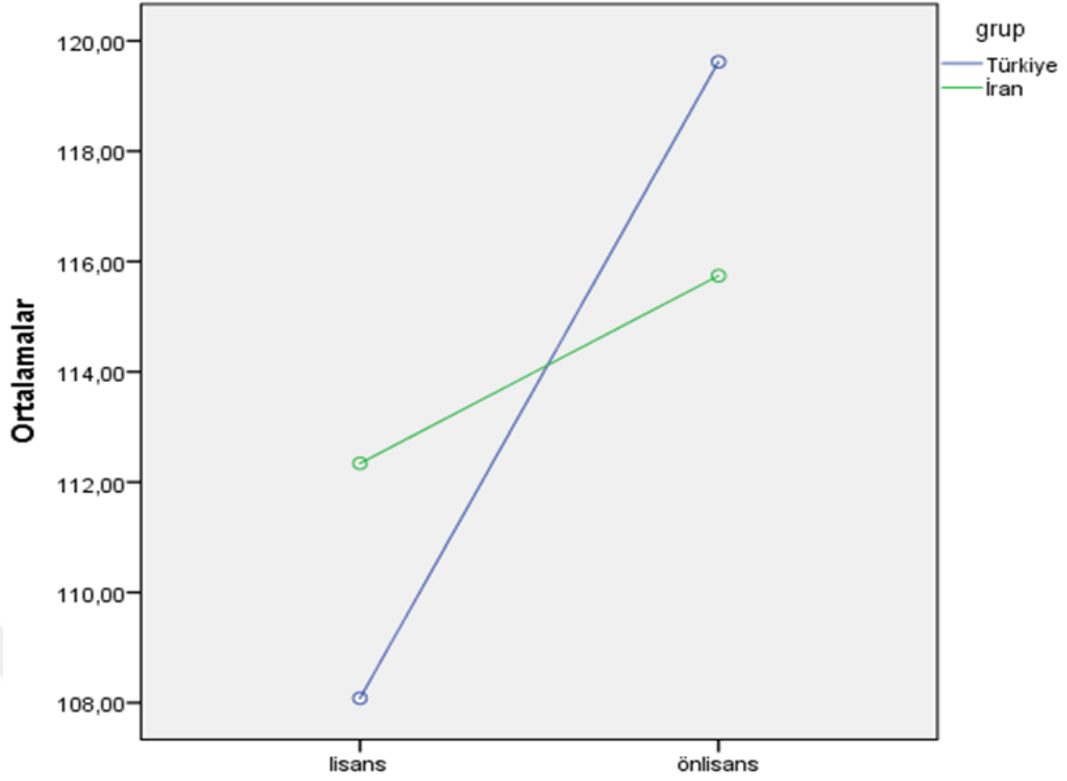
Okul Türü	Türkiye		İran		Toplam	
	<i>Ort</i>	<i>Ss</i>	<i>Ort</i>	<i>Ss</i>	<i>Ort</i>	<i>Ss</i>
Önlisans	119.62	17.48	115.74	15.58	117.88	16.70
Lisans	108.08	12.30	112.34	17.08	110.00	14.79

**Tablo 17.** Kültür ve Okul Türüne Göre Mutluluk Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	<i>sd</i>	KO	<i>F</i>	<i>P</i>	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	4.12	.02	.891	.000
Okul Türü (B)	1	6379.39	28.89	.001**	.023
A × B	1	1892.27	8.57	.003*	.007
Hata	1230	220.85			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü., \* $p < .01$ , \*\* $p < .001$ .

Tablo 17'de görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda okul türü ( $F(1, 1230) = 28.89, p < .001, \text{kısmi } \eta^2 = .023$ ) temel etkisi, kültür ve okul türü ( $F(1, 1230) = 8.57, p < .01, \text{kısmi } \eta^2 = .007$ ) etkileşimi anlamlıdır. Ancak kültür temel etkisi ( $F(1, 1230) = .02, p > .05, \text{kısmi } \eta^2 = .000$ ) anlamlı değildir. Tablo 16'da görüldüğü gibi, önlisans eğitime devam etmekte olan öğrencilerin ( $Ort: 117.88$ ) mutluluk düzeyleri lisans öğrencilerinden ( $Ort: 110.00$ ) anlamlı bir şekilde daha yüksektir. İşlem sonrası Scheffe testiyle gerçekleştirilen etkileşim analizleri sonucunda ise, Türkiye'de lisans eğitime devam etmekte olan üniversite öğrencilerinin ( $Ort: 108.08$ ), Türkiye'de önlisans eğitime devam etmekte olan öğrencilerden ( $Ort: 119.62$ ), İranlı önlisans ( $Ort: 115.74$ ) ve lisans ( $Ort: 112.34$ ) öğrencilerinden mutluluk düzeyleri anlamlı bir şekilde daha düşüktür. Aynı zamanda, Türkiye'de önlisans eğitime devam etmekte olan öğrencilerin ( $Ort: 119.62$ ) mutluluk düzeyleri İran'daki lisans ( $Ort: 112.34$ ) öğrencilerinden anlamlı bir şekilde yüksektir. İran'daki lisans öğrencilerinin mutluluk düzeyleri ( $Ort: 112.34$ ) ise Türkiye'deki lisans öğrencilerinden ( $Ort: 108.08$ ) anlamlı bir şekilde yüksektir. Sekizinci hipotez kabul edilmiştir. Şekil 2'de bu etkileşim grafiksel olarak görülmektedir.



**Şekil 2**

**Hipotez 9:** Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve cinsiyet değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Araştırmanın dokuzuncu hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 18'de katılımcıların yaşadıkları ülke ve cinsiyetlerine göre ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 19'da ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 18.** Kültür ve Cinsiyete Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Cinsiyet	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Kız	7.47	2.06	11.47	3.44	9.21	3.39
Erkek	7.73	2.45	11.05	3.40	9.31	3.37

**Tablo 19.** Kültür ve Cinsiyete Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	<i>sd</i>	KO	<i>F</i>	<i>p</i>	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	3745.56	471.12	.001**	.277
Cinsiyet (B)	1	1.77	.22	.637	.000
A × B	1	32.78	4.12	.043*	.003
Hata	1230	7.95			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü., \* $p < .05$ , \*\* $p < .001$ .

Tablo 19'da görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = 471.12, p < .001$ , kısmi  $\eta^2 = .277$ ) temel etkisi, kültür ve cinsiyet ( $F(1, 1230) = 4.12, p < .05$ , kısmi  $\eta^2 = .003$ ) etkileşimi anlamlıdır. Ancak cinsiyet ( $F(1, 1230) = .22, p > .01$ , kısmi  $\eta^2 = .000$ ) temel etkisi anlamsızdır. İran'daki üniversite öğrencilerinin tolerans düzeyleri (*Ort*:11.31, *S.S*: 3.43), Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden (*Ort*: 7.56, *S.S*: 2.20) anlamlı bir şekilde yüksektir ve etkileşim analizi sonuçları bu durumun her iki cinsiyet için benzer olduğunu göstermiştir. Başka bir ifadeyle, İran'dakikadın ve erkek üniversite öğrencileri, Türkiye'dekikadın ve erkek üniversite öğrencilerinden anlamlı bir şekilde yüksek tolerans düzeyine sahiptir (Bakınız: Tablo 18). Dokuzuncu hipotez kabul edilmiştir.

**Hipotez 10:** *Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve yaş açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.*

Araştırmanın onuncu hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 20'de katılımcıların yaşadıkları ülke ve yaşlarına göre tolerans ölçeği ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 21'de ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.



**Tablo 20.** Kültür ve Yaşa Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Yaş	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
18	7.38	2.13	11.00	2.93	8.40	2.88
19	7.41	2.09	10.94	3.77	8.63	3.25
20	7.60	2.22	11.65	3.69	9.34	3.56
21	7.82	2.31	11.19	3.38	9.42	3.32
22	7.47	2.25	11.32	3.50	9.46	3.53
23	7.73	2.24	11.40	3.08	10.20	3.31

**Tablo 21.** Kültür ve Yaşa Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	sd	K.O	F	p	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	3613.94	452.31	.001*	.270
Yaş (B)	5	6.77	.85	.516	.003
A × B	5	3.64	.46	.810	.002
Hata	1222	7.99			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü., \* $p < .001$ .

Tablo 21'de görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1222) = 452.31, p < .001$ , kısmi  $\eta^2 = .270$ ) temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak yaş ( $F(5, 1222) = .85, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .003$ ) temel etkisinin, kültür ve yaş etkileşiminin ( $F(5, 1222) = .46, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .002$ ) anlamsız olduğu görülmüştür. İran'daki üniversite öğrencilerinin tolerans düzeyleri (Ort:11.31, S.S: 3.43), Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden (Ort: 7.56, S.S: 2.20) anlamlı bir şekilde yüksektir. Onuncu hipotez kabul edilmiştir.

**Hipotez 11:** *Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve medeni durum açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.*

Araştırmanın onbirinci hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 22'de katılımcıların yaşadıkları ülke ve medeni durumlarına göre tolerans ölçeği ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 23'te ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 22.** Kültür ve Medeni Duruma Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Medeni Durum	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Evli	7.06	1.79	11.65	3.36	10.53	3.63
Bekar	7.58	2.22	11.24	3.45	9.10	3.32

**Tablo 23.** Kültür ve Medeni Duruma Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	sd	K.O	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	1463.35	183.83	.001*	.130
Medeni Durum (B)	1	.28	.04	.850	.000
A $\times$ B	1	18.36	2.31	.129	.002
Hata	1230	7.96			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü., \* $p < .001$ .

Tablo 23'te görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = 183.83, p < .001$ , kısmi  $\eta^2 = .130$ ) temel etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak medeni durum ( $F(1, 1230) = .30, p > .05$ , kısmi  $\eta^2 = .000$ ) temel etkisi, kültür ve medeni durum ( $F(1, 1230) = 2.31, p < .05$ , kısmi  $\eta^2 = .002$ ) etkileşimi anlamsızdır. Daha önce belirtildiği gibi, İran'daki üniversite öğrencilerinin tolerans düzeyleri ( $Ort: 11.31, S.S: 3.43$ ), Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden

(Ort: 7.56, S.S: 2.20) anlamlı bir şekilde yüksektir. Onbirinci hipotez kabul edilmiştir.

**Hipotez 12:** Üniversite öğrencilerinin, tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve okul türü açısından anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Araştırmanın onikinci hipotezini test etmek amacıyla çift yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 24'te katılımcıların yaşadıkları ülke ve okul türüne göre tolerans ölçeği ortalama puanları ve standart sapma puanları, Tablo 25'te ise çift yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir.

**Tablo 24.** Kültür ve Okul Türüne Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Ortalama Puanları ve Standart Sapma Puanları

Okul Türü	Türkiye		İran		Toplam	
	Ort	Ss	Ort	Ss	Ort	Ss
Önlisans	8.35	2.71	11.59	3.37	9.81	3.42
Lisans	7.47	2.12	11.28	3.44	9.18	3.17

**Tablo 25.** Kültür ve Okul Türüne Göre Tolerans Puanlarına İlişkin Çift Yönlü Anova Sonuçları

Kaynak	Sd	K.O	F	P	Kısmi $\eta^2$
Kültür (A)	1	1419.43	178.93	.001**	.127
Okul Türü (B)	1	40.59	5.12	.024*	.004
A × B	1	9.57	1.21	.272	.001
Hata	1230	7.93			

Not: KO=Kareler Ortalaması, Kısmi  $\eta^2$  = Etki Büyüklüğü., \* $p<.01$ , \*\* $p<.001$ .

Tablo 25'te görüldüğü gibi çift yönlü varyans analizi sonucunda kültür ( $F(1, 1230) = 178.93, p < .001$ , kısmi  $\eta^2 = .127$ ) ve okul türü ( $F(1, 1230) = 5.12, p < .05$ ,

kısmi  $\eta^2 = .004$ ) temel etkisi anlamlıdır. Ancak kültür ve okul türü ( $F(1, 1230) = .21$ ,  $p < .05$ , kısmi  $\eta^2 = .001$ ) etkileşimi anlamsızdır. İran'daki üniversite öğrencilerinin tolerans düzeylerinin Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden yüksek olmasının yanı sıra her iki ülke göz önüne alındığında, Tablo 24'te görüldüğü gibi ön lisans mezunlarının tolerans düzeyleri (*Ort:* 9.81) lisans mezunlarından (*Ort:* 9.18) anlamlı bir şekilde yüksektir. Onikinci hipotez kabul edilmiştir.



## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu araştırmada Türkiye ve İran'daki üniversite öğrencilerinin affedicilik, mutluluk ve tolerans düzeyleri, araştırmada ele alınan bağımsız değişkenler açısından incelenmiş, mutluluk ve tolerans düzeylerinin cinsiyet, yaş, medeni durum ve öğrenim durum değişkenlerine göre farklılaştığı görülmüştür. Ancak affediciliğin cinsiyet, yaş, medeni durum ve öğrenim durum değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür.

Affetme ahlaki bir erdemdir ve başkalarının hatalı davranışlarına karşı yapılıp ve eğitimle kazanılabilir. Genelde intikam başkalarının hatalarına karşı doğal bir tepkidir. Affetmek sağlığın en temel bileşenidir. Affetmek, insan ilişkilerinde etkili bir özelliktir ve geniş olarak hümanistik araştırmalarda dikkati üzerine çekmiştir ve güncel olarak bu konu araştırılmaktadır (İmani Fer, 2012: 149-175). İslam'da ahlaki davranışlar önemli olduğu için Kuran'da bu konuya fazlasıyla önem verilmiş, kişinin özel ve sosyal hayatında affetmenin değeri ve önemi belirlenmiştir. Kuran ayetlerinde kişilerin hatalarını affedilmesi dikkate alınmıştır (Maide, 3ayet) ayrıca Allah'ın affetmesi ve Allah'tan af dilenmesi gibi affetmek sözcüğü defalarca değişik sözcüklerle adı alınarak (gafur, rahmet, af, fazilet, halim vb.) bu konunun ne kadar önemli olduğu vurgulanmıştır (İmani Fer, 2012: 149-175).

İran ve Türkiye, eski tarihleriyle, yakın ve komşu ülke olduklarından dolayı bazı boyutlarıyla, kültür, din ve dil açısından bazı benzerlikler göstermektedir. Bu araştırmada kıyaslanan değişkenlerden birisi olan affetme, dünyada bütün kültürlerde ve psikolojide önemli olarak görünmektedir fakat affetmenin İslam'da ve Türk kültüründeki yeri ve değeri daha belirgin bir biçimde göze çarpmaktadır. Kıyaslanan bu iki ülkenin dini benzerlikleri olması affetme açısından da benzerlikler gösterebilir. Çok sayıda araştırma sonuçları itibariyle dinin affetme tutumu üzerinde etkisinin önemli olduğu görüşünü desteklediği görülmektedir. Örneğin, Hui ve diğerleri (2006) yaptıkları araştırmada, dindarlığın (kişiye katılım ve üyelik özelliği) affetmeyi erdem, merhamet, koşulsuz sevgi olarak görmede etkili olduğunu sonucuna ulaşmıştır. Aynı zamanda araştırmalar, kişinin affetme eğiliminde dini/sosyal baskıların (dindarlığa karşı daha dogmatik veya dışsal yaklaşım) yerine daha kişisel/içsel bir ahlaki mantığın ve kökten dinci olmayan dini tutumlara (arayış

özellikleri) sahip bireylerin affetme olasılıkları daha fazla olduğunu görüşünü desteklemektedir. Dini arayış yönelimi ile birlikte artan mantık ve düşünce karmaşası kişilerin suçlara kendi bağlamlarında bakma ve bir suçlunun davranışları için alternatif açıklamalar düşünmeye daha açık olmalarına sebep olabilir (Messay, Dixon ve Rye, 2012). Balliet (2010)'in yaptığı bir araştırmada, vicdanlı olma ile affedicilik arasında pozitif ilişkiler olduğu görülmektedir (Balliet, 2010). Macaskill (2007) dindarlık ile kendini, başkalarını ve olayları affetme arasında pozitif ilişki olduğunu tespit etmiştir. Bununla birlikte, güncel araştırmalar kişinin dini yaklaşımıyla gelecekte affetme olasılığı veya projektif affetmeve belirli bir suçu affetme olasılığı (durumsal affetme) ile ilişkili olduğunu ileri sürmektedir (Messay ve diğerleri, 2012). Amerika'da yapılan bir diğer araştırmada, ibadetleri yerine getirmede daha hassas olan ve içsel dini inanca sahip bireylerin başkalarını affetme ve olayları tahammül etme yeteneğinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Webb ve diğerleri, 2005). Ayten (2009) Türkiye'de 321 kişi üzerinde yürüttüğü araştırmada dindarlığın, affedicilik ile pozitif ve intikam duygularıyla negatif ilişkisi olduğunu göstermiştir. Dahası, Ayten (2012) Türkiye'de yaptığı bir başka araştırmada affedicilik, alçakgönüllülük ile pozitif ancak gururla negatif ilişkisinin olduğunu ortaya çıkarmıştır. Mullet ve Azar (2009), affetmede kültürlerarası farkı açıklamak için Kongolular ile Fransızları karşılaştırmışlardır. Bu çalışmada Kongoluların affetmeye daha çok ve intikam almaya ise daha az istekli oldukları hipotezi doğrulanmıştır (Mullet ve Azar, 2009).

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve bazı değişkenler açısından (cinsiyetler, yaş, medeni durum ve takip ettikleri programa) anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği analiz edilerek cinsiyete göre İran'daki üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeylerinin Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Aynı zamanda, evli üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri bekâr öğrencilere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrencilerin devam ettikleri programa göre ise, önlisans eğitimine devam etmekte olan öğrencilerin mutluluk düzeyleri lisans öğrencilerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Ancak yaş açısından üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri birbirine benzerdir.

Araştırmanın bu dört denencesinin analiz sonuçlarını incelendiğinde ve İran'daki üniversite öğrencilerinin neden İranlı kadın üniversite öğrencileri ve ön lisans üniversite öğrencilerin mutluluk düzeylerinin Türkiye'deki üniversite

öğrencilerinin mutluluk düzeylerinden daha yüksek olmasını ise; İran'daki öğrencilerin geleceğe ilişkin kaygı ve beklentileri, ekonomik durumları gibi farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir. Yükseköğretim yıllarını kapsayan, 18-25 yaşları arası yetişkinliği, "geçiş dönemimi gençlik çağı" olarak adlandırılmaktadır. Bu dönemde gençler meslek sahip olmak için çaba göstermeye başlar ve ailesinden ayrılarak bağımsızlığa adım atarak yeni arkadaşlıklar ve farklı sosyal ortamları deneme durumuyla karşılaşır. Bu dönemde gençler, önceden karşılaşmadığı ve üstesinden gelmesi gereken farklı sorunlarla yüzleşmek zorundadırlar. Ayrıca bu çağda bazı gençlerin gelecek için planı varken bazılarının da belirgin bir planı olmayabilir. Geleceğe yönelik herhangi bir planı olsun veya olmasın, her gencin gelecekte yaşam tarzına dair bazı beklentilerinin olması ise doğaldır (Akman, 1992). Üniversite yaşantısının sadece mesleki beklentileri değil, geleceğe yönelik diğer alanlardaki beklentileri de etkilediği bir gerçektir. Bu süreç içinde yaşanan başarılar veya başarısızlıklar, alınan pekiştirenler, eğitim ortamının niteliği gibi faktörler öğrencileri etkileyip beklentilerinde değişikliklere yol açabilir. Doğan (2006) üniversite öğrencilerinin mutlulukla ilişkili faktörleri incelediğinde; geleceklere ilişkin olumlu düşüncelere sahip olan üniversite öğrencilerinin, mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğunu saptamıştır. Diener, Suh, Lucas ve Smith (1999)'a göre, geçmişteki yaşam memnuniyeti, şu anki yaşam memnuniyeti, yaşamı değiştirme isteği, geleceğe dair beklenti ve memnuniyet o kişinin yaşamı hakkındaki görüşlerini kapsamaktadır. Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri geleceğe ilişkin beklentileri ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Gelecekteki hayatlarında tüm beklentilerinin gerçekleştiğinden emin olan, geleceğe daha olumlu bakan veya beklentisi olan üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri, gelecekte bazı beklentilerinin gerçekleşmeyeceğine inanan, hiçbir beklentisinin gerçekleşmeyeceğini düşünenlere göre daha yüksektir. Dolayısıyla geleceğe iyimser bakış düzeyi arttıkça üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yükselmektedir (Tuzgöl, Dost, 2007). Bu bulgu bazı araştırmalarla da paralellik göstermektedir. Çeşitli araştırma sonuçları iyimserliğin mutlulukla olumlu bir ilişki içinde olduğuna işaret etmektedir. Doğan (2006) yaptığı araştırmada, iyimserliğin mutlu bireylerin kişilik özelliklerinden biri olduğunu belirtmektedir. Aydın ve Tezer (1991) iyimserlik arttıkça bireylerin genel sağlık durumlarının da iyileştiğini ve iyimser öğrencilerin akademik alanda da daha başarılı ve mutlu olduklarını bulmuşlardır.

Üstün ve diğerleri (2014) Türkiye de üniversite öğrencilerinin gelecek beklentilerini etkileyen nedenlerden birisinin iş bulma konusunda ümitsizlikleri olduğunu dile getirmiştir. Zaten Türkiye'de istihdam oranı OECD ülkelerinin gerisindedir. Bu durumun nedenlerinden birisi olarak Türkiye'nin nüfusunun büyük bir kısmının gençlerden oluşması gösterilebilir. Sonuçta çalışmak için çeşitli eğitim etkinliklerine katılan buna karşın istihdam edilemeyen gençlerin gelecek beklentileri anlamında karamsarlık yaşamaları muhtemeldir (Tuncer, 2011).

Araştırmalar incelendiğinde, İran'daki ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerin mutluluk düzeylerin farklılık göstermesi, bu öğrencilerin öğrencilik sürecinde yaşadıkları sıkıntı ve problemlerin incelenmesini de gerekli kılmıştır. Özellikle bu dönemde çoğu öğrenci yaşadığı yalnızlık duygusu (ailelerinden uzaklaşma vb.) öğrencilerin mutluluk düzeylerini etkilemektedir. Yalnızlık duygusu araştırmaları da bu durumu göstermektedir. McKnight (2005), üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada maneviyatla ilgili çelişkileri yoğun olanların daha düşük mutlu olduklarını bulmuştur. Çoğu araştırmacı, yalnızlık duygusu düşük bireylerin, yalnızlık duygusu yüksek olanlara göre mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır (McKnight, 2005). Bir başka araştırmada, yalnızlıktan kaynaklanan mutsuz bireylerin intihar eğilimlerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, mutluluk ve yalnızlık arasında ters yönden ilişki olduğu söylenebilir. Ayrıca mutlu insanların en belirgin özelliği sosyal ilişkilerde bulunma becerilerine sahip olmalarıdır (Diener ve Seligman, 2002). Myers ve Diener (1995) yaptıkları çalışmada mutlu insanları, samimi arkadaşlıklar kurabilen veya yalnız olmayan insanlar olarak tanımlamaktadır. Bazı araştırmacılar da benzer şekilde evli, arkadaş çevresi geniş ve sosyal etkileşimleri güçlü bireylerin yani yalnız olmayan bireylerin daha mutlu olduğunu bulmuşlardır (Lyubomirsky ve diğerleri, 2005).

Ayrıca bu araştırmada, kadın üniversite öğrencilerin mutluluk düzeylerinin erkek öğrencilerinden yüksek olmasını destekleyen bir çalışma olarak Tüzgöl, Dost (2007) yaptığı araştırmada da cinsiyete göre kadınların mutluluk düzeylerinin erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca Köker (1991)'in ergenler üzerinde yaptığı araştırma ile Cenkseven ve Akbaş (2007)'in üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmanın sonuçları da birbirine benzerlik göstermektedir. Vaidya (2014), yaptığı çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla sosyal destek aldıkları ve daha az yalnızlık yaşadıklarını göstererek,



kadınların erkeklerden daha fazla mutlu olduklarını vurgulamaktadır. Aynı zamanda bu çalışmada önceki araştırma sonuçlarıyla tutarlı olarak, önlisans öğrencilerin mutluluk düzeylerinin lisans öğrencilerden yüksek olduğu bulunmuştur. Erden'in (1990) çalışması da bu araştırma sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Araştırmada, üniversite öğrencilerin tolerans düzeylerinin yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve bazı değişkenler açısından (cinsiyetler, yaş, medeni durum ve takip ettikleri programa) da incelenmiştir. Araştırma sonucunda, İran'daki üniversite öğrencilerinin tolerans düzeylerinin Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden yüksek olmasının yanı sıra, her iki ülke göz önüne alındığında önlisans mezunlarının tolerans düzeylerinin lisans mezunlarından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür.

Toleransta hoşlanma olmamakla birlikte aynı zamanda istenmeyen bir kabullenmedir; hoşgörüde ise, hem hoşlanma hem de isteğe bağlı bir kabullenme görülür. Toleransta tolere edenin, duruma katlanabilme gücüne sahip olması gerekir. Fakat hoşgörüde bu anlamda bir gücün olması şart değildir. Hoşgörü ise başkasının, kendi gibi olmayıp başkası olabilme hakkına saygı duyma, onun kişiliğine karışmama tutumunu içerir ve başkasının kişiliği karşısında daha bilinçli ve daha pozitifdir (Kaleli, 2013). Araştırmanın bu dört denencesinin analiz sonuçları incelendiğinde, İran'daki üniversite öğrencilerinin (cinsiyet, yaş ve medeni duruma göre) ve İran'daki önlisans ve lisans düzeyinde bulunan üniversite öğrencilerin Türkiye'deki lisans düzeyinde bulunan üniversite öğrencilerinden tolerans düzeylerinin daha yüksek oluşunu açıklayabilmek için iki toplumu yakinen tanımak gerekir. Her iki toplumun ortak yönleri olduğu kadar oldukça farklı yönleri de bulunmaktadır. Türkiye'nin süratle bir kültür değişimi yaşaması (batılılaşması ve bireyciliğe yaklaşması) ve turizmin etkin oluşuna karşın İran'da ise daha gelenekçi bir yapının olması ve kültür çeşitliliğinin (Fars, Türk, Kürt, Lor, Arap ve Afgan) yanında turizmdeki sınırlılıkları da dikkate alındığında; Türkiye'deki üniversite öğrencilerin, geleceğe ilişkin kaygı ve beklentilerinin, İran'daki üniversite öğrencilerinininkinden yüksek olmasına neden olabileceğini söylenebilir.

Öncelikle bireyci ve toplumcu kültürlerinin ne olduğuna ve bu kültürlerin nasıl bu bireyleri yetiştirdiğine bakmamız gerekir. Hofstede ve McCree (2004)'ye göre bireycilik ve toplumculuk, kültürlerin bir parçası olarak değerlendirilmektedir.

Sanayileşmiş batı ülkelerinde bireycilik, doğu ülkelerinde ise toplumculuğun daha yoğun olduğu iddia edilmektedir. Örneğin Amerikan ve Batı Avrupalı ülkelerin kültürlerinde bireyci kültürler ve Asya kıtasındaki ülkelerde, Doğu Avrupa, İspanya ve Amerikan yerlilerin kültürlerinde toplumcu kültür görünmektedir. Bu yüzden benlik kavramı bu kültürlerde değişiklik göstermektedir (Triandis, 1999). Amerika’da bireyciliğe çok vurgu yapılır. Japonya kültüründe ise kişi kendini sosyal ilişkilerin bir parçası olarak görür ve kendilerine sosyal ortamda anlam bulurlar. Benlik, bireyci kültürlerde bağımsızken toplumcu kültürlerde bağımlıdır. Bireyci ülkelerde sosyal davranışlar genelde sosyal değerler ve normlar yerine kişisel tercihler ve bakışlardan etkilenir. Dolayısıyla bu kültürlerde kişi bağımsız, ayrı ve özerk bir kişiliğe sahiptir. Bireyin kimliği, kişisel gelişmeler, yetenekler ve beceriler ile ortaya çıkarken toplumcu kültürlerde ise, grubun amaçları ve ihtiyaçları kişisel amaç ve ihtiyaçlarından daha fazla önemsenmektedir. Sosyal davranışların oluşumunda kişisel tercihlerden daha çok kültür normlarının daha etkili rol oynamaktadır (Esmaily, 2006). Toplumcu anlayışa sahip kişiler işbirliğine, sosyal desteğe, sosyal beceri, eşitliğe ve doğruluğa eğilimliyken; bireyci kişiler ise başarı, anomi, yabancılaşma ve yalnızlığa yatkındırlar. Ayrıca rahat bir yaşam, haz ve toplumca tanınma gibi değerlerin peşinde (Özyer ve diğerleri, 2012) iken toplumcu kültürde ise kişi diğer kişilere aşırı bağımlıdır (Esmaily, 2006).

Bazı kültürlerde tamamen bireyci veya tamamen toplumcu görünmeyebilir. İran kültürünü incelediğimizde toplumcu bir özelliğe sahip olduğunu söyleyebiliriz. Son zamanlarda sanayi alanında gösterdiği ilerlemeler sonucu çoğulcu kültürden bireyci kültüre doğru bir geçiş süreci içine (Esmaily, 2006) girdiği görülmektedir. Bu konuda yapılan araştırmalara genel olarak baktığımızda; Triandis ve diğerleri (1998) ve Singelis ve diğerleri (1995)' göre, Danimarka yatay bireyci, Amerika dikey bireyci, Hindistan ise dikey toplulukçu ve Çin yatay toplulukçu ülke olarak gösterilmiştir (Özyer ve diğerleri, 2012). Bireyci/toplumcu ülkeler analizinde Türkiye ise bireyci, toplulukçu veya bireyci-toplulukçu grubun ortasında nitelendirilmesine rağmen Türkiye’yi bir sınıfta göstermenin olanaksız olduğu yönünde birçok tezler ileri sürülmektedir. Dinn ve Harris (2011: 10)’in de belirttiği üzere, Amerika ve Türkiye’de yaşayan katılımcılar duygusal ve materyal kaynaklarını vermeyi ve almayı isteme konusunda farklılık göstermemektedir. Bununla birlikte, Türkiye otuz dokuz ülke arasından Çin ve Nijerya’nın ardından

toplumcu ülke olarak gösterilmektedir. Hofstede (1980) Türkiye'yi elli ülkeli bireycilik listesinde orta seviyede göstermektedir. Farh ve diğerleri (2007) ile İmamoğlu ve Aygün (2004)' göre ise bu farklılık, çeşitli göçmen ulusları barındıran kalkınmış ülkelerde olduğu gibi Türkiye gibi hızlı değişim yaşayan, geçiş sürecindeki toplumlarda da söz konusudur (Hofstede, 1984). Schwartz'ın modelinde, Türkiye'nin dikey toplumcu alanda olduğu görülmektedir. Diğer taraftan, Türkiye gibi değişim yaşayan, geçiş sürecindeki ülkelerde bireylerin kültürel eğilimlerinin birbirinden farklılaşacağı literatürde ele alınmaktadır (İmamoğlu ve Karakitapoğlu Aygün, 2004). Göregenli (1995)'nin yaptığı araştırmada, Türk toplumunun "bireycilik-toplumculuk açısından kabaca sınıflandırılmayacağı" belirtir. Örneğin bu araştırmada, "Maddi kaynakların paylaşılması konusundaki kimi ilişki alanlarında bireyci, bazılarında ise toplumcu eğilimler" gözlenmiştir (Sakal ve diğerleri, 2014: 47-52). Araştırmalar incelediğinde, Türkiye'de bireycilik kültürü İran'a göre bir adım daha ileride görünmektedir. Çukur ve diğerleri (2004: 613-631) ile Triandis (1995)'in yaptıkları araştırmada, toplumcu kültürlerdeki kişilerin uyma davranışını daha çok gösterdikleri öne sürülmüştür. Çünkü bu kültürdeki kişiler gruptan onay almak, grubun değerlerini korumak ve grup tarafından sevilme için daha fazla çaba harcayacaktır. Bir başka araştırmada Sakallı (2006: 46)'nında ifade ettiği üzere, toplumcu kültürlerde içinde yaşanılan grubun kuralları önemli olarak algılanır. Burger (2006: 33)'in de belirttiği gibi, kimi toplumcu kültürlerde başarı, işbirliği ve grup başarısı anlamına gelir. Çünkü bireyin şan ve şöhret kazanması, bu kültürlerde yaşayan insanlar tarafından hiç hoş karşılanmayabilir. Benlik kurgusunun başlıca iki tarzı olarak bireycilik ve topluluk tanımlanmış ve bu boyutlar kültürler arası psikolojik farklılıkları açıklamak için kullanılmıştır (Kağıtçıbaşı, 2012; Triandis, 1995; Hofstede, 1980; 1984). Bu boyutları "Bireycilik, bireyler arası bağların sıkı olmadığı toplumlarda geçerlidir. Toplumculuk ise, bireylerin doğdukları andan itibaren hayatları boyunca, güçlü ve bağlı gruplara aidiyet ve sadakatin söz konusu olduğu toplumlardır" (Sakal ve Aytekin, 2014). Hofstede (1980)'nin kapsamlı araştırmasında, bireyci-toplumcu kültürlerle ilişkin saptanan özelliklerin Sargut (1994) tarafından uyarlanan özelliklerde şu şekilde gösterilmektedir. Toplumcu kültürlerdeki kişilerin özellikleri "Biz" bilinci, "Kimlik" toplumsal sisteme bağlı, bireysel örgütlere ve kurumlara duygusal açıdan bağlı, herkesin özel yaşamı ve farklı görüş hakları olan (Tolerans), dostluklar kalıcı, toplumsal ilişkiler aracılığıyla

önceden ve grup kararlarına inanılır biçimindedir. Bireyci kültürdeki kişilerin özellikleri “Ben” bilinci, “Kimlik” bireyin özelliklerine bağlı, birey duygusal açıdan örgüt ve kurumlardan bağımsız, özerklik, çeşitlilik, zevk almak, bireysel mali güvenlik önemli, özel arkadaşlıklara ihtiyaç var ve bireysel kararlara inanılır biçimindedir (Sakal ve Aytekin, 2014). Schwartz’a göre, toplumcu kültürle ilişkili olan değerlerden biri muhafazakârlıktır; bireyci kültürüne ait değerleri ise entelektüel ve etkileyici özerklik olarak tanımlamaktadır. Muhafazakârlık; toplumsal düzen, aile güvenliği, geleneklere saygı, aile ve yaşlıları onurlandırma, terbiye ve güven değerlerini içermektedir. Özerklik ise meraklı, yaratıcı olmaya içerir. Bireycilik-toplumculuk perspektifinde, Türkiye, Hofstede (1980)’nin araştırmasında, bireycilik skoru 37 olarak buğulanmıştır.

Bu durumda bireycilik kültürü geliştikçe insanların sosyal adaptasyona ve sosyal beceriye sahip olmasına gerek kalmadığı için bu araştırmanın sonuçlarında bu durumdan kaynaklanabilir. Khodayari (2006) tolerans veya sosyal adaptasyonu, sosyal beceriyle eş değer anlam olarak açıklamaktadır. Sosyal beceri başkalarıyla özel sosyal alanda sosyal değerlerine göre karşılıklı iletişim kurma yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Slomowski ve Dunn (1996) tolerans ve sosyal becerinin kişinin başkalarının davranışını anlamaya imkân sağlayarak ve kişinin davranışını ve sosyal iletişimlerine düzen vererek kontrol etmesini sağladığını ifade etmektedir. Ayrıca Simons (1999) klinik çalışmalarında ailede babanın yokluğu çocukların sosyal adaptasyonlarını etkilediğini dile getirmektedir. Ayrıca Green ve Parker (1999) tarafından babanın yokluğunun çocuklardaki olumsuz etkilerini de ortaya koymaktadır. En önemli etkilendiği konu olarak çocukların sosyal adapte olduklarında göze çarpmaktadır. Khodayari (2006) bu konuyu babaları şehit olan öğrencilerde inceleyerek babası şehit olan öğrencilerin sosyal adaptasyonlarının babaları yaşayan öğrencilerden düşük olduğunu göstermektedir. Araştırma sonuçları incelendiğinde, baba eğitim durumu lisansüstü olan çocukların daha yüksek gelecek beklentilerine sahip olduğu saptanmıştır. Bu sonuç eğitimle ilişkilendirilebilir. Eğitim düzeyi daha yüksek ailelerin çocuklarıyla daha sağlıklı bir iletişim kurmaları beklenir. Üstelik ebeveynlerin belli ölçülerde bir başarı öyküsünün olmasının çocukların başarıya olan inançlarını arttıracakı düşünülmektedir. Yani onların gelecek beklentilerinde daha iyimser olmaları gerçekleştirecektir (Hong Kong Examinations and Assesment Authority, 2011). Sonuç olarak, çocuklarıyla sağlıklı

iletişim kuran, yaşam ve mesleki tecrübelerini aktaran ailelerin çocuklarının geleceğe yönelik daha olumlu bir bakış açısına sahip olması beklenir (Tuncer, 2011). Pozitif düşünceli insanlar duygu ve heyecanlarını kontrol ettikleri için tolerans seviyeleri yüksektir ve kişilik farklılıklara daha çok saygı göstermektedirler. Pozitif düşünceli kişiler her zaman bardağın dolu kısmına odaklanırlar, hayatın ve durumların olumlu yönünü görürler (Dehestani, 2014a: 19). Bunun yanında toleransın başka bir özelliği de kendini kontrol etmek ve sakinleştirme yeteneği olarak ele alınmasıdır (Khormaei, 2014: 59-60).



## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Çift yönlü varyans analizleri sonucunda üniversite öğrencilerin affetme düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve bazı değişkenler (cinsiyetler, yaş, medeni durum ve takip ettikleri programa) açısından incelenmiştir. Sonuç olarak, kültür ve her bir değişkenin (yaş, cinsiyet, medeni durum, devam ettiği program) temel etkisi veya kültür ile her bir değişkenin (yaş, cinsiyet, medeni durum, devam ettiği program) etkileşimi anlamsız görülmüştür. Yani, Türkiye'deki ve İran'daki üniversite öğrencilerinin affetme düzeylerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı anlaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve bazı değişkenler açısından (cinsiyetler, yaş, medeni durum ve takip ettikleri programa) anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Sonuç olarak cinsiyete göre İran'daki kadın üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri Türkiye'deki kadın üniversite öğrencilerinden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Yaşa göre İran'daki üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu anlaşılmıştır. Medeni duruma göre, İran'daki üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyleri Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu anlaşılmıştır. Devam ettikleri programa göre önlisans eğitime devam etmekte olan öğrencilerin mutluluk düzeyleri lisans öğrencilerinden anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Ayrıca İran'daki lisans öğrencilerinin mutluluk düzeyleri ise Türkiye'deki lisans öğrencilerinden anlamlı bir şekilde yüksektir. Üniversite öğrencilerinin tolerans düzeyleri yaşadıkları kültür (Türkiye ve İran) ve bazı değişkenler açısından (cinsiyetler, yaş, medeni durum ve takip ettikleri programa) anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Sonuç olarak, cinsiyete göre İran'daki üniversite öğrencilerinin tolerans düzeyleri, Türkiye'deki üniversite öğrencilerinden anlamlı bir şekilde yüksek olduğu; her iki kültürde de önlisans mezunlarının tolerans düzeyleri lisans mezunlarından anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada elde edilen bu sonuçlara baktığımızda; üniversite öğrencilerinin mutluluk ve tolerans düzeylerinin ve içinde buldukları kültüre, cinsiyete ve öğrenim

düzeyine göre anlamlı olarak değiştiği sonucu bulunmuştur. Bu varęıya ve araştırmada elde edilen sonuçlara dayalı olarak;

1. Araştırmada elde edilen sonuçların sağlıklı olarak genelleyebilmesi için her iki kùltürün (Türk/İran) de ayrıntılı olarak incelenmesi;
2. Sosyal bütünleşme ve toplumun mutluluğu için gerekli olan “ben olduğu kadar biz” bilincini geliştirmeye yönelik politikalar geliştirilmesi;
3. Yine toplumsal dayanışma için gerekli olan tolerans, affetme anlayışlarının yanında sorumluluk tutum ve davranışlarını geliştirmeye yönelik değerler eğitimine ağırlık verilmesi önerebiliriz.
4. Özellikle erkeklerin (araştırmada kadınlara göre daha az puan ortalamalarına sahip oldukları için)gelecek kaygılarını azaltmak,iyimser beklenti içinde olmalarını sağlamak, mutluluklarını etkileyen durumları belirlemeye yönelik araştırmalar yapmak.
5. Bu araştırmanın sonuçları eğitim programı hazırlayan ve insan davranışları üzerine çalışan araştırmacılar için kaynak olabilecektir.

## KAYNAKÇA

- Abraham, R. (1997).“The Relationship of Vertical and Horizontal Individualism and Collectivism to Intrapreneurship and Organizational Commitment”, *Leadership & Organization Development Journal*, 18 (4), 179–186.
- Akman, Y. (1992).Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin meslek, Evlilik ve Geleceğe Yönelik Beklentileri.*Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(7).<http://dergipark.ulakbim.gov.tr/hunefd/article/view/5000049194> adresinden erişildi.
- Alipoor, A, Noorbala, A A. (1999).A Preliminary Evaluation of the Validity and Reliability of the Oxford Happiness Questionnaire in Students in the Universities of Tehran. *IJPCP*. 5 (1 and 2) :55-66
- Arij, A ve Roest crolius, S.J. (1999).The Concept of Tolerance and Our View of the Other. Religions, Culturesend Tolerance Past and Present. Ankara Üniversitesi Rektörlüğü Yayınları(Edt):201
- Arslanoğlu, İ. (2000). Kültür ve Medeniyet Kavramları. *Türk Kültürü ve Hacı Bektaş Velî Araştırma Dergisi*, (15).
- Asgari, P ,. Khadijeh Roshani.(2013).Validation of Forgiveness Scale and a Survey on the Relationship of Forgiveness and Students’ Mental Health. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*. Vol., 2(2), 109-115.
- Atay, B. (2012).*Happiness in East Europe in Comparison With Turkey*. İstanbul Bılgı University, Institute of Social Sciences, Msc. In Economics. 110622016.



- Aydın, G. ve Tezer, E. (1991).İyimsizlik, Sağlık Sorunları ve Akademik Başarı İlişkisi.*Psikoloji Dergisi*, 7(26), 2–9.
- Aydın, M. S. (1999).Hoşgörünün İslami Temelleri. [Islamic Foundations of Tolerance]. In M. Armağan (Ed.), *Osmanlıda Hoşgörü Birlikte Yaşama Sanatı*. İstanbul: Gazeteciler ve Yazarlar Vakfı Yayınları.
- Ayten, A. (2009).Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi ve Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik bir Araştırma. *Marmara11 Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 37(2), 111–128.
- Ayten, A. (2012).How Religion Promotes Forgiveness: The Case of Turkish Muslims. *Archive for the Psychology of Religion*, 34(3), 411–425. doi:10.1163/15736121-12341243
- Azar, F. ve Mullet, E. (2002).Willingness to Forgive: A Study of Muslim and Christian Lebanese. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 8(1), 17–30.
- Bakioğlu, Fuad., ve Şahin, Rukiye .(2013).Kültürlerarası Tolerans ile Ahlaki Olgunluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi The Journal of International Social Research Cilt: 7 Sayı: 29 Volume: 7 Issue: 29.1307-958.
- Barber, L., Maltby, J. ve Macaskill, A. (2005).Angry Memories and Thoughts of Revenge: The Relationship BetweenForgiveness and Anger Rumination. *Personality and Individual Differences*, 39(2), 253–262.
- Batuhan, H. (2007).Semiyotik, Fanatizm ve Tolerans. 978-9944-77-196-2.
- Balliet, D. (2010).Consientiousness and Forgivingness: A Meta-Analysis. *Personality and Individual Differences*, 48, 259-263

- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. ve Vohs, K. D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest*, 4(1), 1–44. doi:10.1111/1529-1006.01431
- Bentall, R. P. (1992).A proposal to Classify Happiness as a Psychiatric Disorder.*Journal of Medical Ethics*, 18(2), 94–98.
- Ben-Shahar, T. (2002).*The Question of Happiness: On Finding Meaning, Pleasure, and the Ultimate Currency*. Writers Club Press.
- Berg, C. Z., Shapiro, N., Chambless, D. L., & Ahrens, A. H. (1998).Are Emotions Frightening? II: An Analogue Study of Fear of Emotion, İnterpersonal Conflict, and Panic Onset1. *Behaviour Research and Therapy*, 36(1), 3–15.
- Boehm, J. K. ve Lyubomirsky, S. (2008).Does Happiness Promote Career Success? *Journal of Career Assessment*, 16(1), 101–116. doi:10.1177/1069072707308140
- Bolat, M. (2013).*Engelli Çocuk Olan Anne Babaların Tolerans Düzeylerine Göre Tükenmişlik Durumları*. (Yayımlanmamış yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Bradburn N.M. (1969).The structure of psychological well-being. Chicago: Aldine.
- Brose, L. A., Rye, M. S., Lutz-Zois, C. ve Ross, S. R. (2005).Forgiveness and Personality Traits. *Personality and Individual Differences*, 39(1), 35–46.
- Brown, R. P. (2004).Vengeance İs Mine: Narcissim, Vengeance, and the Tendency to Forgive. *Journal of Research in Personality*, 38, 576-584
- Brown, R.P., Barnes, C.D., & Campbell, N.J. (2007). Fundamentalism and Forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 43, 1437–1447.

- Brush, B. L., McGee, E. M., Cavanagh, B. ve Woodward, M. (2001).Forgiveness: A Concept Analysis. *Journal of Holistic Nursing*, 19(1), 27–41. doi:10.1177/089801010101900104
- Budak, S. (2005). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Bugay, A. (2010).*Investigation of Social-Cognitive, Emotional and Behavioral Variables as Predictors of Self-Forgiveness*. (Doktora Tezi).
- Bugay, A. ve Demir, A. (2010).A Turkish version of Heartland Forgiveness Scale. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, WCPCG 2010, 5, 1927–1931. doi:10.1016/j.sbspro.2010.07.390
- Bugay, A. ve Demir, A. (2012).Affetme Arttırılabilinir mi? : Affetmeyi Geliştirme Grubu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 96–106. doi:10.17066/pdrd.60732
- Bugay, A., Demir, A. ve Delevi, R. (2012).Assessment of Reliability and Validity of The Turkish Version of Heartland Forgiveness Scale. *Psychological Reports*, 111(2), 575–584. doi:10.2466/08.21.PR0.111.5.575-584
- Bugay, A. ve Mullet, E. (2013).Conceptualizing Forgiveness, Granting Forgiveness, and Seeking Forgiveness: A Turkish-French Comparison. *Review of European Studies*, 5(5), 187–196. doi:10.5539/res.v5n5p187
- Bulaç, A. (1995). Öteki'nin Kimliği ve İmajı. [The identity and Image of the Other]. *Birikim Dergisi*, Özel Sayı, 76-79.
- Burger, J. M. (2006).“Kişilik”, Çev. İnan Deniz Erguvan Sarioğlu, Kaknüs Yayıncılık, İstanbul.
- Çalışkan, H. ve Sağlam, H.İ. (2012).Hoşgörü Eğilim Ölçeğinin Geliştirilmesi ve İlköğretim Öğrencilerinin Hoşgörü Eğilimlerinin Çeşitli Değişkenler

- Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(2), 1431-1446.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (1963). *Experimental and Quasi-Experimental Designs for Research*. Boston: Houghton Mifflin.
- Caner, A. (2015). Happiness, Comparison Effects and Expectations in Turkey. *Journal of Happiness Studies*, 16(5), 1323–1345. doi:10.1007/s10902-014-9562-z
- Caplan, S. E. (2006). Relations among Loneliness, Social Anxiety, and Problematic Internet Use. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 234-242.
- Carver, C. S., ve Scheier, M. F. (1990). Origins and Functions of Positive and Negative Affect: A Control-Process View. *Psychological Review*, 97, 19–35.
- Cenkseven, F. ve Akbaş, T. (2007). Examining the Predictors of Subjective and Psychological Well-Being of University Students. *Turkish Psychological Counselling and Guidance Journal*, 3(27), 43–65.
- Credé, M., Chernyshenko, O. S., Stark, S., Dalal, R. S., & Bashshur, M. (2005). The Relationship of Job Satisfaction to Personological and Environmental Antecedents and Volitional Workplace Behavior. Manuscript Submitted for Publication.
- Cha, K. (2003). Subjective Well-Being Among College Student. *Social Indicators Research*, 62 (63), 455-477.
- Chen, J. S., Huang, Y. ve Cheng, J. (2009). Vacation Lifestyle and Travel Behaviors. *Journal of Travel ve Tourism Marketing*, 26, 494-506.

- Chow, H. P. (2005).Life Satisfaction AmongUniversity Students in a Canadian Prairie City: A Multivariate Analysis. *Social Indicators Research*, 70(2), 139–150.
- Clark, A. E., Diener, E., Georgellis, Y. ve Lucas, R. E. (2008).Lags and Leads in Life Satisfaction: A Test of the Baseline Hypothesis. *The Economic Journal*, 118(529), F222–F243. doi:10.1111/j.1468-0297.2008.02150.x
- Cohen, A. B., Malka, A., Rozin, P. ve Cherfas, L. (2006).Religion and Unforgivable Offenses. *Journal of Personality*, 74(1), 85–118.
- Cohen, L., Manion, L. ve Morrison, K. (2007).*Research Methods in Education* (Sixth edition.). London: Routledge.
- Cooper, H., Okamura, L. ve McNeil, P. (1995).Situation and Personality Correlates of Psychological Well-Being: Social Activity and Personal Control. *Journal of Research in Personality*, 29(4), 395–417.
- Coyle, C. T. ve Enright, R. D. (1997). *Forgiveness İntervention with Postabortion Men*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65, 1042-1046.
- Çabuk, T. (1986).*Ergenlerde Ana Baba Yoksunluğunun Früstrasyon Toleransında Etkisi*. (Yayımlanmamış yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Çobanoğlu, Ö. (2004).*Türk Dünyası Ortak Atasözleri Sözlüğü*, AKM yay.: Ankara.
- Çankaya, İ.H. (2010).İlköğretim Okul Yöneticilerinin Demokrasiye İlişkin Tutumlarını Etkileyen Bazı Etkenler Üzerine Bir Araştırma. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(2), 945 -960.
- Çukur, C. S., Guzman, M. R. ve Carlo, G. (2004).“Religiosity, Values, and Horizontal and Vertical İndividualism-Collectivism: A study of Turkey, the

- United States, and the Philippines”, *Journal of Social Psychology*, 144(6), 613-634.
- Dehestani, M. (2014a).*360'Attitude*. 978-600-7575-01-7. Asemannilgoun Yayın Evi.İran. Tahran. [in Persian].
- Dehghan, S ., Kord Tamini, B ve Arab, A. (2014).Compare the Forgiveness, Psychological Well Being and Affective Control Between Recovering Drug-Addicted and Healthy Subjects. *Journal of Social Issues & Humanities*, Volume 2, Issue 4.
- Demir, M., Özen, A. ve Doğan, A. (2012).Friendship, Perceived Mattering and Happiness: A Study of American and Turkish College Students. *The Journal of Social Psychology*, 152(5), 659–664. doi:10.1080/00224545.2011.650237
- Demir, Y. ve Kutlu, M. (2016).Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Etkileşim Kaygısı İle Mutluluk Arasındaki İlişki: Yalnızlığın Aracı Rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36(1), 195–210.
- Derogatis, L. R., Abeloff, M. D. ve Melisaratos, N. (1979). Psychological Coping Mechanisms and Survival Time in Metastatic Breast Cancer.*Jama*, 242(14), 1504–1508.
- Devrim Yılmaz, Ö.( 2014).Algılanan Mağduriyetin Affetme Eğilimi ve İntikam Niyeti Üzerindeki Etkisi: Konaklama İşletmeleri Çalışanlarına Yönelik Bir Araştırma, *Journal of Economics and Administrative Sciences- Volume: XVI Issue:1 Year: June 2014 DOI NO: 10.5578/jeas.7489*
- Diener, E. (1984).Subjective Well-Being.*Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575.
- Diener, E., Sandvik, E.. ve Pavot, W. (1991).“Happiness is the Frequency, not the Intensity,of Positive versus Negative Affect”. F. Strack, M. Argyle ve N. Schwarz, (Edt.),

- Diener, E., Diener, M. ve Diener, C. (1995).Factors Predicting the Subjective Well-Being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 851–864. doi:10.1037/0022-3514.69.5.851
- Diener, E. ve Suh, M. E. (1997).Focus on Emotion and Adult Development. K.Warner Schaie ve Powell Lawton (Edt.), Subjective Well-Being and Age: An International Analysis, *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, (17: 304-324).
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999).Subjective Well-Being: Three Decades of Progress.*Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302.
- Diener, E. ve Seligman, M. E. (2002).Very Happy People.*Psychological Science*, 13(1), 81–84.
- Dinn, A. A. ve Harris, C. L. C. (2011).“Individualism–Collectivism Among Americans, Turks and Turkish Immigrants to The U.S”. *International Journal of Intercultural Relations*, 35, 2011, 9–16.
- Doğan, T. (2006).Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30, 120-129.
- Doğan, T. ve Sapmaz, F. (2012).Oxford Mutluluk Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özelliklerinin Üniversite Öğrencilerinde İncelenmesi.*Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 297–304.
- Dolan, P., Peasgood, T. ve White, M. (2008).Do We Really Know What Makes Us Happy? A Review of The Economic Literature on the Factors Associated with Subjective Well-Being. *Journal of Economic Psychology*, 29(1), 94–122. doi:10.1016/j.joep.2007.09.001

Durbilmez, Bayram.(2008).Türk Halk Kültüründe Hoşgörü, 2. Baskı, Bizim Gençlik Yay: Kayseri.

Dyke, C. J. V. ve Elias, M. J. (2007).How Forgiveness, Purpose, and Religiosity Are Related to the Mental Health and Well-Being of Youth: A Review of the Literature. *Mental Health, Religion & Culture*, 10(4), 395–415. doi:10.1080/13674670600841793.

Easterlin, R.A. (2001).İncoming and Happiness: To Wards a Unified Theory.The Economic Journal, 111 (July), 465-484.

Edmonds, E. P. (1946). Treatment of a Severe Chronic Phobic Neurosis in General Practice. *British Journal of Medical Psychology*, 20(4), 393–411.

Eckerman, L.; (2006) Money Really doesn't Buy Happiness, Study Finds, <http://psychcentral.com/blog/archives/2006/02/17/money-really-doesnt-buy-happiness-study-finds/>.

Engelen, B., ve Nys, T. (2008).Tolerance: A Virtue? Towards a Broad and Descriptive Definition of Tolerance, Katholieke Universiteit Leuven and Universiteit van Amsterdam, *Philosophy in the Contemporary World* 15:1 (Spring 2008).

Enright, R. D. ve İnsan Gelişimi Çalışma Grubu (last). (1991).The Moral Development of Forgiveness. W. M. Kurtines ve J. L. Gewirtz (Ed.), *Handbook of Moral Behavior and Development, Vol. 1: Theory; Vol. 2: Research; Vol. 3: Application* içinde (ss. 123–152). Hillsdale, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.



- Enright, R. D. (1996). Counseling Within the Forgiveness Triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Self-Forgiveness. *Counseling and Values, 40*(2), 107–126. doi:10.1002/j.2161-007X.1996.tb00844.x
- Enright, R. D. ve Coyle, C. T. (1998). Researching the Process Model of Forgiveness Within Psychological Interventions. *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Perspectives, 139–161*.
- Enright, R. D. ve Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping Clients Forgive: An Empirical Guide for Resolving Anger and Restoring Hope*. American Psychological Association. <http://psycnet.apa.org/psycinfo/2000-08797-000/> adresinden erişildi.
- Erden, M. (1990). "Hacettepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Bölümü Öğrencilerinin Meslekleri ile İlgili Beklentileri". H. Ü. Eğitim Fakültesi. Dergisi. Sayı 4-5. (93- 107), (245-257).
- Erdentuğ, A. (1986). "Kültür Alanı yaklaşımı", *Belleten, 196, 4, 1986, 230*.
- Erdentuğ, N. (1981). "Kültür Nedir?", *Milli Kültür Dergisi, 3(6), 11, 1981, 35*.
- Ersanlı, E. (2014). The Validity and Reliability Study of Tolerance Scale. *Journal of Basic and Applied Scientific Research, 4(1), 85–89*.
- Ersanlı, E. ve Mameghani, S. S. (2016). Construct Validity and Reliability of the Tolerance Scale among Iranian College Students. *Journal of Education and Practice, 7(34), 85–89*.
- Esmaily, A., Ebrahimi, B ve Shayesteh, S. (2006). Social Psychology. 964\_7962\_46\_0. Shelak. Tahran. [in Persian].
- Exline, J. J. ve Baumeister, B. J. (2000). Expressing Forgiveness and Repentance: Benefits and Damages. In M. E. McCullough, K. I. Pargament ve C. E. Thoresen

(Eds.), *Forgiveness : Theory, Reserch and Practice* (S. 1-14). New York: Guilford

Exline, J. J. ve Geyer, A. L. (2004). Perceptions of humility: A preliminary investigation. *Self and Identity*, 3, 95–114.

Farh, J., Hackett, R. D., ve Liang, J. (2007).“Individual-Level Cultural Values as Moderators of Perceived Organizational Support-Employee Outcome Relationships in China: Comparing The Effects of Power Distance and Traditionality”. *Academy of Management Journal*, 50 (3), 715-729.

Fernandez, K. C., Levinson, C. A. ve Rodebaugh, T. L. (2012).Profiling Predicting Social Anxiety from Facebook Profiles. *Social Psychological and Personality Science*, 3(6), 706-713.

Field, A. P. (2013).*Discovering Statistics Using IBM SPSS Statistics: and Sex and Drugs and Rock “n” Roll* (4. bs.). Los Angeles: Sage.

Fincham, F.D. (2000).*The Kiss of the Porcupines: From Attributing Responsibility to Forgiving*, *Journal of Personal Relationships* 7, pp. 1–23.

Fincham FD, Hall J, Beach SRH. Forgiveness in marriage. (2006).*Current Status and Future Directions. Family Relations*.; 55:415–27. doi: 10.1111/j.1741-3729.2005.callf.x-i1

Fisher, C. D. (2009).Happiness at Work, *International Journal of Management Reviews*. doi: 10.1111/j.1468-2370.00270.x

Fordyce, M.W. (1983).A Program to İncrease Happiness; Further Studies. *Journal of Counseling Psychology*. , 30 (\*), 483-^98.

- Forst, R.,(2004). "The LimitsOf Toleration", *Constellations*, Cilt:11,Sayı: 3, s.312-325.
- Fowler, J. H. ve Christakis, N. A. (2008).Dynamic Spread of Happiness in a Large Social Network: Longitudinal Analysis Over 20 Years in the Framingham Heart Study. *Bmj*, 337, a2338.
- Frey, B. S. ve Stutzer, A. (2002). *Happiness and Economics: How the Economy and Institutions Affect Human Well-Being*. Princeton: Princeton University Press.
- Freedman, S. R.,ve Enright, R. D. (1996). *Forgiveness as an İntervention Goal with İncest Survivors*. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(5), 983-992. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-006X.64.5.983>
- Frey, B. S. ve Stutzer, A. (2002).What Can Economists Learn FromHappiness Research? *Journal of Economic Literature*, 40(2), 402–435. doi:10.1257/002205102320161320
- Frijda, N. H. (1999).Emotions and Hedonic Experience. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-Being: The Foundations of HedonicPsychology* (pp. 190–210). New York: Russell Sage Foundation.
- George, D. ve Mallery, P. (2016).*IBM SPSS Statistics 23 Step by Step: A Simple Guide and Reference*. New York: Routledge.
- Gollwitzer, P.M.,ve Sheeran, P. (2006).Implementation İntentions and Goal Achievement: A Meta-Analysis of Effects and Processes. *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 69-119.

- Gollwitzer, M., Meder, M. and Schmitt, M. (2011).What Gives Victims Satisfaction When They Seek Revenge? *European Journal of Social Psychology*, doi: 10.1002/ejsp.782
- Gordon, K., Frousakis, N., Dixon, L., Willett, J., Christman, J., & Furr, R. (2008).Intrinsic/ Extrinsic Religious Orientation, Forgiveness, and the Role of Social Pressure. *Journal of Psychology & Christianity*, 27, 311–319.
- Gorsuch, R. L. ve Hao, J. Y. (1993).Forgiveness: An Exploratory Factor Analysis and Its Relationships to Religious Variables. *Review of Religious Research*, 333–347.
- Göregenli, M. (1995).“ Kültürümüz Açısından Bireycilik-Toplulukçuluk Eğilimleri: Bir Başlangıç Çalışması”, *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(35), 1-14.
- Green, L.B.,& Parker, H.J.(1999). Parental Influence Upon Adolescents Occupational Choice. *Journal of Counseling Psychology*, 12, 28-39.
- Greenhaus, J. H., Parasuraman, S., and Wormley, W. M. (1990).Effects of Race on Organizational Experiences, Job Performance Evaluations, and Career Outcomes, *Academy of Management Journal*, 33(1), ss. 64–86.
- Guo, X., Schwartz, S. J., ve McCabe, B. E. (2008).“Aging, Gender, and Self: Dimensionality and Measurement Invariance Analysis on Self-Construal”. *Self and Identity*, 7 (1), 1-24.
- Güdü-Demirbulat, Ö. G. ve Avcıkurt, C. (2015).Turizm ve Mutluluk Arasındaki İlişki Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(34), 79–97.

- Gürsoy, K. (1999).“Batıda Tolerans Fikri ve Osmanlı Hoşgörüsü”.Osmanlıda Hoşgörü Birlikte Yaşama Sanatı. İstanbul: Gazeteciler ve Yazarlar Vakfı Yayınları.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J. ve Anderson, R. E. (2014).*Multivariate Data Analysis* (7. bs.). Harlow: Pearson Education Limited.
- Hall, J. H. ve Fincham, F. D. (2005).Self–Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(5), 621–637.
- Hamama-Raz, Y., Solomon, Z., Cohen, A., & Laufer, A. (2008).PTSD Symptoms, Forgiveness, and Revenge Among Israeli-Palestinian and Jewish Adolescents. *Journal of Traumatic Stress*, 21, 521–529. doi:10.1002/jts.20376
- Haring-Hidore, M., Stock, A. W. ve Okun, A. M. (1984).“A Research Synthesis of Gender and Social Class as Correlates of Subjective Well-Being”, *Human Relations*, 37 (8): 645-657.
- Hayo, B. , Seifert, W. (2003).Subjective Economic Well-Being in Eastern Europe, *Journal of Economic Psychology*, Elsevier, vol. 24(3), 329-348, June.
- Hebl, J. H. ve Enraight, R.D. (1993).Forgivness as Psychotherapeutic Goal with Elderly Females. *Psychothrepy*, 30, 658-667
- Hills, P. ve Argyle, M. (2002).The Oxford Happiness Questionnaire: A Compact Scale for the Measurement of Psychological Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082. doi:10.1016/S0191-8869(01)00213-6
- Ho, R. (2013).*Handbook of Univariate and Multivariate Data Analysis with IBM SPSS* (Second edition.). Boca Raton ; New York: Chapman and Hall/CRC.

- Hofstede, G. (1980).“Culture’s Consequences: International Differences in Workrelated Values”, CA: Sage, Beverly Hills.
- Hofstede, G. (1984).“Cultural Differences in Management and Planning”, Asia Pacific Journal of Management, 1, 81-99.
- Hofstede, G. (2001), “Culture’s Consequences, Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations”, 2. Baskı, Thousand Oaks, California.
- Hofstede, G.ve McCrae, R. R. (2004).“Personality and Culture Revisited: Linking Traits and Dimensions of Culture”, *Cross-Cultural Research*, 38 (1), 52-88.
- Hofstede, G. (2011), “Dimensionalizing Cultures: The Hofstede Model in Context”, *OnlineReadings in Psychology and Culture*, 2(1).
- Holder, M. D. ve Coleman, B. (2009).The Contribution of Social Relationships to Children’s Happiness..*Journal of Happiness Studies*, 10(3), 329–349.
- Howell, D. C. (2013).*Statistical Methods for Psychology*. Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Hui, E. k. P., Watkins, D., Wong, T. k. M. ve Sun, R.C.F.(2006).Religion and Forgiveness form A hong chinese perspective. *Pastoral Psychology*, 55(2),183-196
- Huntington, S.P.,(2003).“MedeniyetlerÇatışması Değilse Nedir?”, “Soğuk Savaş Sonrası Dünyanın Paradigmaları” Medeniyetler Çatışması,M.Yıldız (der.), Ankara: Vadi Yayınları.
- İmamoğlu, E.O. ve Karakitapoğlu Aygün, Z. (2004), “Self-Construals and Values in Different Cultural and Socioeconomic Contexts”, *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 130(4), 277-306.[35] Kağıtçıbaşı

- İmani Fer, H. Fatemi ve J. Emini, F. (2012). *Affetmek Kuran' e Kerim ve Psikoloji Açısından*. İnsan Dinleri Arayışı Derneği. 149-175, Yıl 9, 27 no. [in Persian].
- Iwata.J.N., Noboru,K., Higuchi, M., ve Hiana, R.J. (2000). Response of Japanese and American Students to The Anxiety and Social Skills Question Air. *Journal of Personality Assessment*, 74(1), 48-62.
- İzedi Tame, A. (2010). *Tolerans ve Problem Çözme Eğitimi Öğrencilerin Agresifliği Azaltmada Etkisi*. [in Persian].
- Jangsmā, E. (2007). *The Ccomplete Women' Psychotherapy*. Treatment Planner.
- Saeighi Mameghani, S.(Çev ).(2013).Tahran, İnan.978-964-236-492-3.
- Jasarevvic, A. (2014). *Bosnalı Gençlerde Din ve Mutluluk İlişkisi Üzerine Araştırma / A study on Relationship Between Happiness and Religion on Bosnian Adolescents* ve Uludağ Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü / Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim.
- Joshanloo, M. (2013b).The Influence of Fear of Happiness Beliefs on Responses to the Satisfaction with Life Scale. *Personality and Individual Differences*, 54(5), 647–651.
- Joshanloo, M., ve Weijers, D. (2014). *Aversion To Happiness Across Cultures: A review of Where and Why People Are Averse to Happiness*, Victoria University of Wellington.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2012). “Benlik Aile ve İnsan Gelişimi (Kültürel Psikoloji)”, Koç Üniversitesi Yayınları, İstanbul.
- Kalantari S. The Comparison of Facets of Mindfulness and Patience Among Patients with Major Depression, Generalized Anxiety Disorder and Normal Individuals [dissertation]. Shiraz (Iran). Shiraz University; 2012. [in Persian].

- Kaleli, A. (2013). *Kendine Saygı ve Tolerans Düzeyi Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Kalkan, A. (2012). *Açık Alan Rekreasyonu, Doğa Sporları Yapan Bireylerin Bu Sporları Yapma Nedenleri: Antalya Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Kaminer, D., Stein, D., Mbanga, I., & Zungu-Dirwayi, N. (2000). Forgiveness: Toward an Integration of Theoretical Models. *Psychiatry*, 63, 344–357.
- Kaminer, D., Stein, D. J., Mbanga, I., & Zungu-Dirwayi, N. (2001). The Truth and Reconciliation Commission in South Africa: Relation to Psychiatric Status and Forgiveness Among Survivors of Human Rights Abuses. *British Journal of Psychiatry*, 178, 373–377.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme ve Türk Hanehalkı İçin Bazı Sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(44), 214–233.
- Kanz, J. E. (2000). How Do People Conceptualize and Use Forgiveness? The Forgiveness Attitudes Questionnaire. *Counseling and Values*, 44(3), 174.
- Kepenekçi, Y. K. (2004). Sınıf Öğretmenlerine Göre Hoşgörü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 10(2), 250–265.
- Kerimi motehheri, C. (2004). *Mutluluk, Aşk ve Aile Kavramlarını Anton Chekhov Eserlerinde İncelenmesi*. Dr. Canallah Kerimi Motehher. 2004. On Üçüncü Yıl, no 48, 49. Elzehra Üniversitesi. 363/1468. [in Persian].
- Khodayariferd, M. (2006). Babası Şehit olan ve olmayan öğrencilerin sosyal adaptasyon düzeylerini etkileyen etkenler. Tahran üniversitesi. [in Persian].



- Khormaie, F., Farmani, A. ve Soltani, E. (2014). Investigating the Prediction Role of Patience as a Moral Construct and Personality Characteristics in the Hopelessness of University Students. *Medical Ethics Journal*, 8(28), 167–199.
- Kiani, M. (2012). Happiness and Social Capital in Iranian Families Department of Social Science, Payame Noor university, P.O. Box 19395-3697. Tehran, Iran. [in Persian].
- Kim, H., Woo, E. ve Uysal, M. (2015). Tourism Experience and Quality of Life Among Elderly Tourists. *Tourism Management*, 46, 465-476.
- Kirkpatrick LA. 2005. Attachment, Evolution, and the Psychology of Religion. The Guilford Press, New York Koenig HG, Cohen H. 2002. The Link Between Religion and Mental Health. Oxford, Oxford University Press.
- Kitayama, S., Markus, H. R., Matsumoto, H., & Norasakkunkit, V. (1997). Individual and collective Processes in the Construction of the Self: Self-Enhancement in the United States and Self-Criticism in Japan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 1245–1267.
- Krause, N. ve Ellison, C. G. (2003). Forgiveness by God, forgiveness of Others, and Psychological Well-Being in Late life. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 42(1), 77–93.
- Koutsos, P., Wertheim, E. H. ve Kornblum, J. (2008). Paths to Interpersonal Forgiveness: The Roles of Personality, Disposition to Forgive and Contextual Factors in Predicting Forgiveness Following a Specific Offence. *Personality and Individual Differences*, 44(2), 337–348. doi:10.1016/j.paid.2007.08.011

- Köker, S. (1991). *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeylerinin Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kültür ve Turizm Bakanlığı, !. Milli Kültür Şurası. (1983). "Genelde Kültür ve Temel Değerler Komisyonu Raporu", Kültür ve Turizm Bakanlığı Yayını, 1983.
- Larsen, R. J., & Fredrickson, B. L. (1999). Measurement issues in Emotion Research. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology* (pp. 40–60). New York: Russell Sage Foundation.
- Law, K. C. ve Chapman, A. L. (2015). Borderline Personality Features as a Potential Moderator of the Effect of Anger and Depressive Rumination on Shame, Self-Blame, and Self-Forgiveness. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 46, 27–34. doi:10.1016/j.jbtep.2014.07.008
- Lawler, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., Jobe, R. L., Edmondson, K. A. ve Jones, W. H. (2005). The Unique Effects of Forgiveness on Health: An Exploration of Pathways. *Journal of Behavioral Medicine*, 28(2), 157–167. doi:10.1007/s10865-005-3665-2
- Leo, K. M. (2011). *The Experience of Forgiving in the Marital Relationship*. Dissertation for Doctor of Philosophy, Nursing Seton Hall University.
- Lelkes, O. (2006). *Tasting Freedom: Happiness, Religion and Economic Transition*, *Journal of Economic Behavior and Organization*, 59, pp. 173–194
- Liaghatdar, M. J., Jafari, E., Abedi, M. R. ve Samiee, F. (2008). Reliability and Validity of the Oxford Happiness Inventory Among University Students in Iran. *The Spanish journal of Psychology*, 11(1), 310.

- Lichtenfeld, S., Buechner, V. L., Maier, M. A. ve Fernández-Capo, M. (2015).Forgive and Forget: Differences Between Decisional and Emotional Forgiveness. *PLOS ONE*, 10(5), e0125561. doi:10.1371/Journal.Pone.0125561
- Lin, W.-F., Mack, D., Enright, R. D., Krahn, D. ve Baskin, T. W. (2004).Effects of Forgiveness Therapy on Anger, Mood, and Vulnerability to Substance Use Among Inpatient Substance-Dependent Clients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(6), 1114.
- Lu, L., Gilmour, R. ve Kao, S.-F. (2001).Cultural Values and Happiness: An East-West Dialogue. *The Journal of Social Psychology*, 141(4), 477–493. doi:10.1080/00224540109600566
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M. ve Schkade, D. (2005).Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111–131. doi:10.1037/1089-2680.9.2.111
- Lykken, D.T.; (1999) Happiness: What Studies on Twins Show Us About Nature, Nurture, and the Happiness Set Point, Published Golden Books.
- Macaskill, A., Maltby, J. ve Day, L. (2002).Forgiveness of Self and Others and Emotional Empathy.*The Journal of Social Psychology*, 142(5), 663–665. doi:10.1080/00224540209603925
- Macaskill, A. (2007).Exploring Religious Involvement, Forgiveness, Trust and Cynicism. *Mental Health, Religion ve Culture*, 10(3), 203-218
- Mansouri A, Farnam AR, Bakhshipour Rodsari A, Mahmood-Aliloo M. Comparisons Between Rumination in Individual with Major Depression Disorder, Obsessive-Compulsive Disorder.General Anxiety Disorder and Normal Persons. *J Sabzevar Univ Med Sci*. 2010; 3: 26-29. [Persian].

- Marar, Z. (2003). Mutluluk Paradoksu. Özgürlük ve Onaylanma. Çağlayan, S. (çev). Kitap Yayın Evi. İstanbul.975-8704-63-x.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., Maxey, J. ve Rachal, K. C. (1997). Gender in the Context of Supportive and Challenging Religious Counseling Interventions. *Journal of Counseling Psychology*, 44(1), 80–88. doi:10.1037/0022-0167.44.1.80
- McCullough, M. E. ve Worthington, J., Everett L. (1999). Religion and the Forgiving Personality. *Journal of Personality*, 67(6), 1141–1164. doi:10.1111/1467-6494.00085
- McCullough, M. E., Pargament, K. I. ve Thoresen, C. E. (2001). *Forgiveness: Theory, Research, and Practice*. New York, NY: Guilford Press.
- McCullough, M. E., Bellah, C. G., Kilpatrick, S. D. ve Johnson, J. L. (2001). Vengefulness: Relationships with Forgiveness, Rumination, Well-Being, and the Big Five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(5), 601–610. doi:10.1177/0146167201275008
- McCullough, M.E., Bono, G., & Root, L.M. (2007). Rumination, Emotion, and Forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(3), 490-505.
- McKnight, D. (2005). *An Investigation Into the Relationship Between Spirituality and Life Satisfaction*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, California State University, California.
- Melka, S. E., Lancaster, S. L., Bryant, A. R., Rodriguez, B. F., & Weston, R. (2011). An Exploratory and Confirmatory Factor Analysis of the Affective Control Scale in an Undergraduate Sample. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 501–513.

- Menahem, S. ve Love, M. (2013). Forgiveness in Psychotherapy: The Key to Healing. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 829–835. doi:10.1002/jclp.22018
- Mercan, M. H. (2013). *Gelenek ve Aodern Arasında Bilgi ve Toplum*. İstanbul: Yedirenk.
- Merdaninokende, M.H. (2012). Kuran\_ Kerimde, Mutluluğun Gerçeği ve Özelliği, Mutlu Olmak İçin Yöntemler. Heblol Mottegin, no 1, vol 1. [in Persian].
- Messay, B., Dixon, L. J. ve Rye, M. S. (2012). The Relationship Between Quest Religious Orientation, Forgiveness, and Mental Health. *Mental Health, Religion & Culture*, 15(3), 315–333. doi:10.1080/13674676.2011.574271
- Mesquita, B. ve Walker, R. (2003). Cultural Differences in Emotions: A Context for Interpreting Emotional Experiences. *Behaviour Research and Therapy*, 41(7), 777–793.
- Meyer, M. J., (2002). “Two Forms of Toleration”. *Journal of Social Philosophy*. Cilt:33, Sayı:4, s. 548-562.
- Michalos, C. A. (2008). “Education, Happiness and Well-Being”, *Social Indicators Research*, 87 (3): 347-366.
- Mistler, B. A. (2010). Forgiveness, Perfectionism, and the Role of Self-Compassion. (Unpublished PhD Thesis). Gainesville: University of Florida.
- Mitchell, C. E. (1995). A model for Forgiveness in Family Relationships. *Family Therapy*, 22, 25–30.
- Moller, V. (1996). Life satisfaction and expectations for the future in sample of university students: A research note. *South African Journal of Sociology*, 27 (1), 109-125.

- Momeni, M., Akhavan Anveri, M.R., Kalali, N. S., Raoofi, Z ve Zarrineh, A. (2010). *The Effect of Personality on Happiness: A Study in the University of Tehran Mansoor Momeni*, JEL Codes: I31, I29, Z13, L89. [in Persian].
- Mullet, E. ve Azar, F. (2009). Apologies, Repentance, and Forgiveness: A Muslim–Christian Comparison. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 19(4), 275–285. doi:10.1080/10508610903146274.
- Mullet, E., Girard, M., & Bakhshi, P. (2004). Conceptualizations of forgiveness. *European Psychologist*, 9(2), 78-86. <http://dx.doi.org/10.1027/1016-9040.9.2.78>
- Musevi, S, H. (2010). Beklenti Düzeyini Kontrol Etmek. [www.Emdad.ir/Central/Maghalat/files/m/Tavaghoa](http://www.Emdad.ir/Central/Maghalat/files/m/Tavaghoa). [in Persian].
- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is Happy? *Psychological Science*, 6(1), 10–19.
- Naseri, E., Shoshtsri, M., Khosravani, F., Ahmadimehr, Z., Khaledian, M. ve Others. (2013). The Relationship of Five Personality Factors with the Feeling of Happiness Among Students. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 8, 43–48.
- Nawijn, J. ve Peeters, P. M. (2010). Travelling ‘Green’: is Tourists’ Happiness at Stake?. *Current Issues in Tourism*, 13 (4), 381-392.
- Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250.
- Neff, K. D., & Pommier, E. (2013). The Relationship Between self-Compassion and Other Focused Concern Among College Undergraduates, Community Adults,

and Practicing Meditators. *Self and Identity*, 12(2), 160-176.  
DOI:10.1080/15298868.2011.649546

Nikukar, M. (2012).Toleranssızlık, kaygı ve Ruminasyon la İlişisini İncelemek.  
Klinik al Psikolojisi Derneği 4.16 son bahar 2012. [in Persian].

Nolen-Hoeksema, S. ve Jackson, B. (2001).Mediators of the Gender Difference in  
Rumination. *Psychology of Women Quarterly*, 25(1), 37–47.  
doi:10.1111/1471-6402.00005

Nuri, N. (2008).The Study of Psychological Bases and Symptoms of Patience in  
Quran. *Psychol Relig* 2008; 1(4): 143- 168. [in Persian].

Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S. ve Galinha, I. C. (2013).Concepts of Happiness  
Across Time and Cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(5),  
559–577. doi:10.1177/0146167213480042

Ormel, J. (1980).*Moeite Met leven of een Moeilijk leven?* Konstapel, Groningen.

Orth, U., Berking, M. ve Burkhardt, S. (2006).Self-Conscious Emotions and  
Depression: Rumination Explains Why Shame But Not Guilt is Maladaptive.  
*Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(12), 1608–1619.  
doi:10.1177/0146167206292958.

Önger. S. (2013).Sosyal Bilgiler Eğitiminde Hoşgörü (Eskişehir Odunpazarı İlçesi  
Sosyal Bilgiler Öğretmenlerinin Tutum ve Görüşleri).Pamukkale  
Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü. Denizli.

Özbek, M. F. (2010).The Relationships Of Horizontal and Vertical Individualism ve  
Collectivism and Money Ethic: A Comparative Study Of Turkish And  
Kyrgyz University Students

- Öztaşkın, Ö. B. ve İçen, M. (2015). Ortaokul Öğrencilerinin Hoşgörü Eğilimleri ile Demokrasi Algıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2). <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/149857> adresinden erişildi.
- Özyer, K., Orhan, U. ve Orhan, D. D. (2012).Sağlık Sektöründe Çalışanların Demografik Özellikleri, Kişilik Özellikleri ve Kültürel Değerleri Üzerine Bir Çoklu Durum Çalışması. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(19).
- Paolini, L., Yanez, A. P. ve Kelly, W. E. (2006).An examination of Worry and Life Satisfaction Among College Students. *Individual Differences Research*, 4 (5), 331-339.
- Parvinzadeh, Leilan M, Kheiri, Y. Babapour, J. (2015).*Relationship Between Attachment to God and Trust with Psychological Vulnerability of Students with Mediating on Patience*,International Research Journal of Applied and Basic Sciences © 2015 Available online at [www.irjabs.com](http://www.irjabs.com) ISSN 2251-838X / Vol, 9 (9): 1568-1573. [in Persian].
- Pehlivan-Aydin, i. (2001).*Yönetmel Mesleki ve Örgütsel Etik*, 2.Baskı, PegemAYayincılık, Ankara.
- Pennebaker, J.W., Rime, B., & Blankenship, V. E. (1996).Stereotypes of emotional expressiveness of Northerners and Southerners: Across-cultural test of Montesquieu's hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 372-380.
- Peker, A. (2015).Hoşgörü. A. Akın, A. Akın ve Ü. Akın (Ed.), *Psikolojide Güncel Kavramlar-6-Değerler* içinde (ss. 29–46). Ankara: Nobel.



- Pflug, J. (2009). Folk Theories of Happiness: A Cross-Cultural Comparison of Conceptions of Happiness in Germany and South Africa. *Social Indicators Research*, 92(3), 551–563.
- Pituch, K. A. ve Stevens, J. (2016). *Applied Multivariate Statistics for the Social Sciences: Analyses with SAS and IBM's SPSS*. New York: Routledge.  
<http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=1124410> adresinden erişildi.
- Post, S. G. (2005). Altruism, Happiness, and Health: It's good to be good. *International Journal of Behavioral Medicine*, 12(2), 66–77.
- Ricoeur, P., 1996. "Tolerance, Rights and the Law", *Diogenes*, no. 176, Vol. 44/4, Winter.
- Rosenthal, M. A. (2003). Spinoza's Republican Argument for Toleration. *Journal of Political Philosophy*, 11(3), 320–337.
- Rotter, J.B. (1954). *Social Learning and Clinical Psychology*. N. 1.; Prentice Hall.
- .Reed, G. L. ve Enright, R. D. (2006). The Effects of Forgiveness Therapy on Depression, Anxiety, and Posttraumatic Stress for Women After Spousal Emotional Abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(5), 920–929. doi:10.1037/0022-006X.74.5.920
- Rotter, J. C. (2001). Letting go: Forgiveness in Counseling. *The Family Journal*, 9(2), 174–177. doi:10.1177/1066480701092012
- Pronk, T. M., Karremans, J. C., Overbeek, G., Vermulst, A. A. ve Wigboldus, D. H. (2010). What it Takes to Forgive: When and Why Executive Functioning Facilitates Forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(1), 119.

- Sadati, S, E. Mehrabizadeh Honarmand, M ve Soodani, M. (2015). *The Causal Relationship Of Differentiation, Neuroticism, And Forgiveness with Marital Disaffection Through Mediation Of Marital Conflict. University of Ahvaz. Family Psychology*, 2015, Vol.1, No. 2, 55-68. [in Persian].
- Saif, S. ve Bahari, F. (2001). *Normalization and Standardization of Family Assessment Scale for Iranian Couples. Research Report. Women's Research Center, Alzahra University. [persian]*.
- Sakal, Ö. ve Aytakin, İ. (2014).Bireycilik-Toplulukçuluk Değerlerinin Başarı Amaç Yönelimlerine Etkisi Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma. *Kafkas Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 5(8). <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/kauibf/article/view/5000091674> adresinden erişildi.
- Sakal , Ö. , Yıldız , S. (2015). *Journal of Yasar University* , 2015 , 10/40 , 6612-6623.
- Sakallı, N. (2006).*Sosyal Etkiler: Kim Kimi Nasıl Etkiler?* (2.Baskı). İmge Kitabevi. Ankara.
- Sargut, A. S. (1994),“Bireyci ve Ortaklaşa Davranış İkileminde Yönetim ve Örgüt Kuramları”, *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 49, 321–332.
- Sargut, A.S. (2010).*Kültürler Arası Farklılaşma ve Yönetim*, İmge Kitabevi, Ankara.
- Sarıçam, H. ve Biçer, B. (2015).Affedicilik Üzerinde Ahlaki Değer ve Öz-anlayışın Açıklayıcı Rolü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(1), 109–122. doi:10.17152/gefad.35086
- Sanderson, C. ve Linehan, M. M. (1999). Acceptance and Forgiveness. *Integrating Spirituality into Treatment: Resources for Practitioners* içinde (ss. 199–216).

Washington, DC, US: American Psychological Association.  
doi:10.1037/10327-010

Schevier, M. F. ve Carver, C. S. (1985). Optimism, Coping and Health: Assessment and Implications of Generalized Outcome Expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247

Schulz, W. (1985). *Lebensqualität in Österreich (Quality of Life in Austria)* Report Institut für Soziologie der Sozial- und Wirtschaftswissenschaftliche Fakultät der Universität Wien, 1985, Vienna, Austria

Schwarz, N., & Strack, F. (1999). Reports of Subjective Well-Being: Judgmental Processes and Their Methodological Implications. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of Hedonic Psychology* (pp. 61–84). New York: Russell Sage Foundation.

Schwartz, S. H. (1992). "Universals in the Content and Structure of Values: Theoretical Advances and Empirical tests in 20 Countries", *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1-65.

Scollon, C. N., Diener, E., Oishi, S. ve Biswas-Diener, R. (2004). Emotions Across Cultures and Methods. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35(3), 304–326.

Seligman, M. E. P. (2013). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press.

Seker, S. E. (2015). Motivasyon Teorisi (Motivation Theory). *YBS Ansiklopedi*, 2(1), 22–26.

- Shek, D. T. L. (1999). Parenting characteristics and adolescent psychological well-being: A longitudinal study in a Chinese context. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 125 (1), 27-55.
- Simons, L.J. (1999). *Basic Research Method In Social Science*. New York: Random House Press.
- Singelis, T.M, Triandis, H.C., Bhawuk, D.S. ve Gelfand, M.J. (1995). Horizontal and Vertical Dimensions of Individualism and Collectivism: A Theoretical and Measurement Refinement, *Cross-Cultural Research*, 29(3), ss. 240-275.
- Slomowski c, Dunn J. (1996). Young Childrens Understanding of Other Peoples Feeling and Beliefs. *Child Development*, 62:1352-1336.
- Smith, E. J. (2006). The Strength-Based Counseling Model. *The Counseling Psychologist*, 34(1), 13–79. doi:10.1177/0011000005277018
- Stock, W. A., Okun, M. A., Haring, M. J., & Witter, R. A. (1983). Age and Subjective Well-Being: A Meta-Analysis. In R. J. Light (Ed.), *Evaluation Studies: Review Annual* (Vol. 8, pp. 279-302). Beverly Hills, CA: Sage.
- Şahin, M. (2015). Affedicilik. A. Akın, A. Akın ve Ü. Akın (Ed.), *Psikolojide Güncel Kavramlar-6-Değerler içinde* (ss. 29–46). Ankara: Nobel.
- Şeker, M. (2009). Mutluluk Ekonomisi. *Sosyoloji Konferansları*, (39), 115–140.
- Şimşek Bekir, H., Şahin, H. ve Tekindal, A. (2012). Konaklama Tesislerinde Kalan Ailelerin Yaşam Kalitesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken*, 4 (2), 233- 246.
- Tan, H.H. ve Quek, B.C. (2001). An Exploratory Study on the Career Anchors of Educators in Singapore, *The Journal of Psychology*, 135(5), ss. 527-545.
- Thompson, L. Y., Snyder, C. R., Hoffman, L., Michael, S. T., Rasmussen, H. N., Billings, L. S., ... Roberts, D. E. (2005). Dispositional Forgiveness of Self,

- Others, and Situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313–360.  
doi:10.1111/j.1467-6494.2005.00311.x
- Tideman, S., Frijters, P. ve Shields, M. A. (2008). Relative İncome, Happiness, and Utility: An Explanation for the Easterlin Paradox and Other Puzzles. *Journal of Economic Literature*, 46(1), 95–144. doi:10.1257/jel.46.1.95
- Tilghman-Osborne, C., Cole, D. A., Felton, J. W. ve Ciesla, J. A. (2008).Relation of Guilt, Shame, Behavioral and Characterological Self-Blame to Depressive Symptoms in Adolescents Over Time. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(8), 809–842. doi:10.1521/jscp.2008.27.8.809
- Ton, İ.A. (2008), “Bireycilik–Toplulukçuluk ve Güvenin İşyerinde Güçlendirmeye Olan Etkileri”,  
Yayınlanmış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Beta Yayıncılık, İstanbul.
- Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A. ve Everson, S. A. (2001).Forgiveness and Health: Age Differences in a U.S. Probability Sample. *Journal of Adult Development*, 8(4), 249–257.  
doi:10.1023/A:1011394629736
- Triandis, H.C. ve Gelfand, M.J. (1998).“Converging Measurement of Horizontal and Vertical Individualism and Collectivism”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 118-128.
- Triandis, H.C. (1999). “Cross-Cultural Psychology”, *Asian Journal of Social Psychology*, 2,127-
- Triandis, H.C. (1995).Individualism and Collectivism, Westview Press.
- Tuncer, M. (2011).Yükseköğretim Gençliğinin Gelecek Beklentileri Üzerine Bir Araştırma. *Electronic Turkish Studies*, 6(2), 935–948.

- Tuzgöl Dost, M. (2006).Subjective Well-Being Among University Students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.
- Tuzgöl Dost, M. (2007).Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132–143.
- Unesco. (1995).Declaration of Principles on ToleranceProclaimed and Signed by the Member States of UNESCO. Cültür Of Pace .On 16 November 1995.
- Üstün, G., Dedekoç, Ş., Kavalalı, T., Öztürk, F., Sapcı, Y. ve Can, S. (2014).Üniversite Son Sınıf Öğrencilerinin İş Bulmaya ilişkin Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 200–221.
- Vaidya, A. (2014).Happiness Correlates of Personality Among College Students. *International Journal of Innovative Research and Development*, 3, 3, 328-334.
- VanDam, F. (1989).*Does Happiness Heal?* In: Veenhoven, R. (Ed) ‘How Harmful Is Happiness? Consequences of Enjoying Life or not’, Universitaire Pers Rotterdam, The Netherlands, pp.17-23
- Veenho
- ven, R. (2008).Healthy Happiness: Effects of Happiness on Physical Health and the Consequences for Preventive Health care. *Journal of happiness studies*, 9(3), 449–469.
- Veenhoven, R. (2012a).*Social Development and Happiness in Nations* (ISD Working Paper Series No: 2012-03). International Institute of Social Studies of Erasmus University Rotterdam (ISS), The Hague. <http://econpapers.repec.org/paper/emseurisd/50509.htm> adresinden erişildi.

- Veenhoven, R. (2012b). Does Happiness Differ Across Cultures? H. Selin ve G. Davey (Ed.), *Happiness Across Cultures* içinde , Science Across Cultures: the History of Non-Western Science (ss. 451–472). Springer Netherlands. doi:10.1007/978-94-007-2700-7\_30
- Ventegodt, S (1997). *Livskvalitet og Omsteandigheder Tidligt I Livet* Forskningscenter for Livskvalitet, Kobenhaven, Denmark.
- Vitale, M. G. (2001). *The relationship between religiosity and life satisfaction in university students as measured by social support*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, School of Professional Psychology, Chicago.
- Wade, N. G. ve Worthington, E. L., Jr. (2005). *In search of a Common Core: A Content Analysis of Interventions to Promote Forgiveness*. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 42, 160-177.
- Webb, M., Chickering, S. A., Colburn, T. A., Heisler, D. ve Call, S. (2005). Religiosity and Dispositional Forgiveness. *Review of Religious Research*, 46(4), 355–370. doi:10.2307/3512166
- Weinberg, M., Gil, S. ve Gilbar, O. (2014). Forgiveness, Coping, and Terrorism: Do Tendency to Forgive and Coping Strategies Associate with the Level of Posttraumatic Symptoms of Injured Victims of Terror Attacks? *Journal of Clinical Psychology*, 70(7), 693–703.
- Wharton, E., Keonig, F ve Kahneman, D. (2010). The Psychology Of Happiness, If only we'd Stop Trying to Be Happy We Could Gave a Pretty Good Time. Stanford Graduate School of Business, CASE: M-330.

- Wierzbicka, A. (1994). Emotion, Language, and Cultural Scripts. In S. Kitayama & H. R. Markus (Eds.), *Emotion and Culture: Empirical Studies of Mutual Influence* (pp. 133–196). Washington, DC: American Psychological Association.
- Witter, A. R., Okun, A. M., Stock, A. W. ve Haring, J. M. (1984). “Education and Subjective Well-Being: A Meta-Analysis”, *Education Evaluation and Policy Analysis*, 6 (2): 165- 173.
- Wohl, M. J., DeShea, L. ve Wahkinney, R. L. (2008). Looking within: Measuring State Self-Forgiveness and Its Relationship to Psychological Well-Being. *Canadian Journal of Behavioural Science / Revue Canadienne des Sciences du Comportement*, 40(1), 1–10. doi:10.1037/0008-400x.40.1.1.1
- Wood, W., Rhodes, N. ve Whelan, M. (1989). “Sex Differences in Positive Well-Being: A Consideration of Emotional Style and Marital Status”, *Psychological Bulletin*, 106 (2): 249-264.
- Wortman, C. B., Loftus, E., & Marshall, M. (1992). *Psychology* (4th ed.). New York: McGraw Hill.
- Worthington, E. L., Witvliet, C. V. O., Pietrini, P. ve Miller, A. J. (2007). Forgiveness, Health, and Well-Being: A Review of Evidence For Emotional Versus Decisional Forgiveness, Dispositional Forgiveness, and Reduced Unforgiveness. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(4), 291–302.
- Wu, Y. (1991). *Shang Shu xing ban* [The New Transcription of Shang Shu]. Taipei, Taiwan: Shan Min Books
- Yazgan, S. (2007). “Öfke Kontrolü İle Tolerans Düzeyi Arasındaki İlişki” (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, OMÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü.



Yılmaz, E. ve Altınok, V. (2009).Okul Yöneticilerinin Yalnızlık ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*,15(3), 451-470.

Yoshimura, S. (2007).Goals and Emotional Outcomes of Revenge Activities in İnterpersonal Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24 (1), 87-98. doi: 10.1177/0265407507072592

Yüksekbilgili, Z. ve Akduman, G. (2016).Bireysel Mutluluk ve İşkolliklik İlişkisi, 31, 95–112.

Zendi Pur,T., Azadi, S ve Nahit Pur, F. (2011). *Affetmek ve Ruh Sağlığının İlişkisinin İncelemesi*. Kadınlar Sosyoloji Derneği. yıl 2 no 2. [in Persian].



**EKLER:****Ek-1:****Tolerans ölçeği**

	<b>Toleransölçeği</b> Madeler	<b>Hiç katılmıyorum</b>	<b>Bazen katılmıyorum</b>	<b>kararsızım</b>	<b>Bazen katılıyorum</b>	<b>Kesinlikle katılıyorum</b>
1	Hakkımı yenilmesibenirahatsızeder.	( )	( )	( )	( )	( )
2	Anlamsız sorularatahammüledemem.	( )	( )	( )	( )	( )
3	Başkakültürden birisiyle evlilik yapabilirim.	( )	( )	( )	( )	( )
4	Giyim tarzımakarışmalarınatahammüledemem	( )	( )	( )	( )	( )
5	Çevremdekilerinbanagüvensizliklerinedayanamam.	( )	( )	( )	( )	( )
6	Yenitanıştığımbirisininlakayttavırlarınatahammüledemem.	( )	( )	( )	( )	( )
7	Kendini beğenenlerden nefret ederim.	( )	( )	( )	( )	( )
8	Dikkatimindağıtılmasından rahatsız olurum.	( )	( )	( )	( )	( )
9	Kaprisli insanlarakatlanamam.	( )	( )	( )	( )	( )
10	Aşırı sarcı insanları sevmem.	( )	( )	( )	( )	( )
11	İnsanların hatalarını kabuletmelerinibeklerim.					

Tolerans Ölçeği سوالات					
کاملاً موافقم	تقریباً موافقم	نظری ندارم	تقریباً مخالفم	کاملاً مخالفم	
					1 از پایمال شدن حقم ناراحت می شوم.
					2 نسبت به سوالهای بی معنی بی تحملم.
					3 با فردی با فرهنگ متفاوت می توانم اردواج کنم.
					4 نسبت به مداخله در نوع لباس پوشیدنم بی تحملم.
					5 نسبت به بی اعتمادی اطرافیان به من بی صبرم.
					6 نسبت به رفتارهای بی پروای فردی که تازه آشنا شده ام بی تحملم.
					7 از اشخاص خود پسند متنفرم.
					8 از عدم تمرکز ناراحت می شوم.
					9 انسانهای با رفتارهای متفاوت را نمی توانم تحمل کنم.
					10 انسانهای زیاد تعارفی را دوست ندارم.
					11 انتظار دارم انسانها اشتباهاتشان را بپذیرند.

## ÖZGEÇMİŞ

Araştırmacı; İran uyruklu Türk kökenli 23/08/1976 Tabriz doğumudur. Lisans eğitimini; Peyamenur üniversitesi hümanisttik fakültesi /psikoloji bölümünden 2003-2007 yıllarında almıştır. Yüksek Lisans eğitimini; aynı programda 2008-2010 Tahran azad-islami üniversitesi hümanisttik fakültesi /psikoloji bölümünde almıştır. Bu çalışmayı 2012-2017 yılların arasında görmüş olduğu doktora eğitimini tamamlanmış olmaktadır.2007- 2010 yıllarında özel okulda psikolog olarak çalışmanın yanı sıra baran klinik psikolojik ve rehberlik merkezinde danışman olarak görev yapmış. 2010-2012 yılı arasında Peyamenur üniversitesinde öğretim görevlisi olarak psikolojik bölümünün lisans öğrencilerine ders vererek görev yapmış. 2013-2017 yıllarında samsun özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde psikolog olarak görev yapmış. 2011 yılında (Mental Rehabilitation of Juvenile Girl Detaineesfor Increasing Their Self-Esteem Through the Self Knowledge Sources, Iranian Rehabilitation Journal, Vol. 9, No. 13, April 2011) çalışmayı yayınlamış. 2016 yılında (Construct Validity and Reliability of theTolerance Scale among Iranian College Students. Jurnal of education and practice.vol 7,no 34, 2016) çalışmayı yayınlamış. 4 farklı başlıklarla 2 çeviri ve iki yardım kitabı yayınlamıştır. Farklı konularda sertifika programlarına katılmıştır.