

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLAMSALCILIK VE
BİREYCİLİK İLE ÖZNEL İYİ OLMA ARASINDAKİ İLİŞKİLERDE
TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN ARACI ROLÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HATİCE ÖZTÜRK

**MERSİN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**PSİKOLOJİ
ANABİLİM DALI**

**MERSİN
OCAK- 2020**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE BAĞLAMSALCILIK VE
BİREYCİLİK İLE ÖZNEL İYİ OLMA ARASINDAKİ İLİŞKİLERDE
TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN ARACI ROLÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HATİCE ÖZTÜRK

**MERSİN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

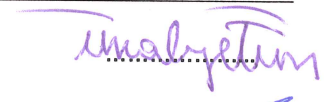
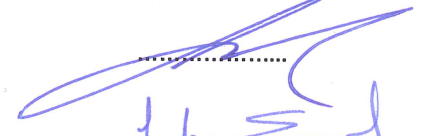
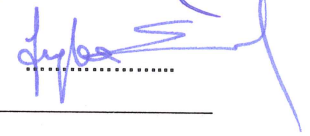
**PSİKOLOJİ
ANABİLİM DALI**

**Danışman
Prof. Dr.Ünsal Yetim**

**MERSİN
OCAK- 2020**

ONAY

Hatice ÖZTÜRK tarafından Prof. Dr. Ünsal YETİM danışmanlığında hazırlanan “Üniversite Öğrencilerinde Bağlamsalcılık ve Bireycilik ile Öznel İyi Olma Arasındaki İlişkilerde Temel Psikolojik İhtiyaçların Aracı Rolü” başlıklı çalışma aşağıda imzaları bulunan jüri üyeleri tarafından oy birliği ile Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Görevi	Ünvanı, Adı ve Soyadı	İmza
Başkan	Prof. Dr. Ünsal YETİM	
Üye	Prof. Dr. Fulya CENKSEVEN ÖNDER	
Üye	Doç. Dr. Habibe Tuğba EROL KORKMAZ	

Yukarıdaki Jüri kararı Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 23/01/2020 tarih ve 2020./5..... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Prof. Dr. Yusuf Gürhan TOPÇU
Sosyal Bilimler Enstitü Müdürü



Bu tezde kullanılan özgün bilgiler, şekil, tablo ve fotoğraflardan kaynak göstermeden alıntı yapmak 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu hükümlerine tabidir.

ETİK BEYAN

Mersin Üniversitesi Lisansüstü Eğitim-Öğretim Yönetmeliğinde belirtilen kurallara uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada,

- Tez içindeki bütün bilgi ve belgeleri akademik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
 - Görsel, işitsel ve yazılı tüm bilgi ve sonuçları bilimsel ahlâk kurallarına uygun olarak sunduğumu,
 - Başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda ilgili eserlere bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunduğumu,
 - Atıfta bulunduğum eserlerin tümünü kaynak olarak kullandığımı,
 - Kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı,
 - Bu tezin herhangi bir bölümünü Mersin Üniversitesi veya başka bir üniversitede başka bir tez çalışması olarak sunmadığımı,
 - Tezin tüm telif haklarını Mersin Üniversitesi'ne devrettiğimi
- beyan ederim.

ETHICAL DECLARATION

This thesis is prepared in accordance with the rules specified in Mersin University Graduate Education Regulation and I declare to comply with the following conditions:

- I have obtained all the information and the documents of the thesis in accordance with the academic rules.
- I presented all the visual, auditory and written informations and results in accordance with scientific ethics.
- I refer in accordance with the norms of scientific works about the case of exploitation of others' works.
- I used all of the referred works as the references.
- I did not do any tampering in the used data.
- I did not present any part of this thesis as an another thesis at Mersin University or another university.
- I transfer all copyrights of this thesis to the Mersin University.

16 Ocak 2020 / 16 January 2020

İmza / Signature

Hatice ÖZTÜRK

ÖZET

Birey-Çevre etkileşimi sosyal psikoloji disiplininin ortaya çıkış noktalarındandır. Sosyal psikoloji bireyi çevreden ve çevreyi de bireyden ayrı düşünemeyeceğimizi savunmaktadır. Bu konu üzerine yapılan araştırmalar zaman içerisinde 'Bireycilik ve Toplulukçuluk' kavramlarını ortaya çıkarmış ve bireyi, bireylerin davranışlarını içinde yaşadığı kültürde ve özellikle de içinde bulunduğu bağlamda incelememiz gerektiği sonucuna ulaşmıştır. Sözünü ettiğimiz 'bağlam' kavramı disiplinin başlangıcından bu yana merkezi kavram olmasına karşın, kültürler arası boyutta yeni çalışılmaktadır. Son araştırmalar, insanları anlamada bağlamın önemini ifade eden bağlamsalcılık yapısına odaklanmakta ve bağlamsalcılığı kültürel kolektivizmin bir parçası olarak görmektedir (Owe et al,2013). Yine kültürel bireycilik tipik olarak kuzey Avrupa ve kuzey Amerikanın temel oluşturucu eksenine olmasına karşın; küreselleşme ile tüm dünyaya yayılmıştır. Özellikle genç kuşaklarda yaygın bireyci özellikler tüm dünyada gözlenmektedir. Çalışmamız kültürel kolektivizmin bağlamsalcılık boyutu ve bireyciliğin öznel iyi olma ile ilişkilerinde temel psikolojik ihtiyaçların aracı etkisini incelemiştir. Çalışmamızın örneklemini, Mersin Üniversitesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören 362 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Çalışmada, Bağlamsalcılığı ölçmek için 'Bağlamsalcılık Ölçeği', Bireyciliği ölçmek için INDCOL Ölçeğinin bireycilik ile ilgili maddeleri, Temel Psikolojik İhtiyaçları ölçmek için 'İhtiyaç Doyumu Ölçeği', Yaşamdan alınan doyumu ölçmek için 'Yaşam Doyumu Ölçeği' ve Olumlu-Olumsuz duyguyu ölçmek için 'PANAS (Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği)' kullanılmıştır. Verilerin analizi için yapısal eşitlik modellemesi kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, bağlamsalcılık ile yaşam doyumu, olumlu duygu ve olumsuz duygu arasındaki etkinin tam olarak yeterlik tarafından aracılık edildiğine dair bir sonuç ortaya çıkmıştır. Ayrıca, bireycilik ile yaşam doyumu ve olumsuz duygu arasında özerklik ve yeterliğin kısmi aracılık etkisi; bireycilik ile olumlu duygu arasında özerklik ve yeterliğin tam aracılık etkisi bulunmuştur. Araştırmanın sonuçları ve sınırlılıkları literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bağlamsalcılık, Bireycilik, Özerklik, Yaşam doyumu, Kültür.

Danışman: Prof. Dr. Ünsal YETİM, Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin Üniversitesi, Mersin.

ABSTRACT

Individual-environment interaction is one of the emerging points of the discipline of social psychology. It is argued that we cannot think of the individual from the environment and the environment from the individual in social psychology. Research on this subject has revealed the concepts of 'Individualism and Collectivism' over time and stated that we should examine the individual's behaviors in the culture especially in the context in which they live. The concept of 'Context' we are talking about is a subject that is re-studied in the literature of social psychology. Recent research focuses on the structure of contextualism, which expresses the importance of context in understanding people and considers contextualism as part of cultural collectivism (Owe et al, 2013). Again, cultural individualism is typically the main forming axis of northern Europe and North America, but has spread throughout the world through globalization. Especially in younger generations, common individualistic characteristics are observed all over the world. Our study examined the contextualism dimension of cultural collectivism and the mediating effect of basic psychological needs in relationship of individualism's subjective well-being. The sample of this study consisted of 362 university students studying in different departments of Mersin University. In the study, 'Contextualism Scale' to measure Contextualism, Individualism related items of INDCOL Scale to measure individualism, 'Satisfaction Scale of Needs' to measure Basic Psychological Needs, 'Satisfaction Scale of Life' to measure Life Satisfaction, and PANAS (to measure Positive-Negative Emotion) Positive and Negative Emotion Scale). Structural equation modeling was used for data analysis. According to the results of the study, it is concluded that the effect between Contextualism and Satisfaction with Life, Positive Emotion and Negative Emotion is fully mediated by competence. Furthermore, the partial mediating effect of Autonomy and Competence between Individualism and Life Satisfaction and Negative Emotion; There was a full mediating effect of Autonomy and Competence between Individualism and Positive Emotion. The results and limitations of the research are discussed in the light of the literature.

Keywords: Contextualism, Individualism, Autonomy, Life Satisfaction, Culture.

Advisor: Prof. Dr. Ünsal YETİM, Department of Psychology, University of Mersin, Mersin.

TEŞEKKÜR

İlk olarak tez yolculuğumda, başaracağıma her zaman inanan, herkesten çok bu dönemde yanımda olan, pes etmememi ve yapabileceğimi sürekli vurgulayan, lisans dönemimden beri kendime rol model aldığım, danışmanım Prof. Dr. Ünsal YETİM'e özverileri için çok teşekkür ediyorum.

Yüksek lisans eğitimime ilk başladığım günden beri yanımda olup destek olan, lisansüstü eğitim için beni teşvik eden Prof.Dr. Nalan YETİM hocama teşekkür ediyorum.

Tezimi planlama ve analiz sürecimde yanımda olan, nezaketine, sabrına ve hoşgörüsüne hayran olduğum güzel hocam Doç.Dr.Habibe Tuğba EROL KORKMAZ'a teşekkürü bir borç bilirim. Analiz süresince desteğini her an hissettiren, geç tanıdığım ama iyi ki tanımışım dediğim Uzman Psikolog Sena DOĞRUYOL'a çok teşekkür ediyorum.

Lisans döneminden beri yanımda olan, tezimi bitirmem için bana güç veren arkadaşlarıma başta Çiğdem BULUÇ olmak üzere Elvan YÜKSELOĞLU, Dilan YAR, Cansu SÜNBÜL, Buket DENİZ, Ecem Sevgi TURHAN, Nazlı GÜZELKOKAR ve Sinem ALPASLAN'a yürekten teşekkür ediyorum.

Ve tabii ki kızları olduğum için kendimi her zaman şanslı hissettiğim babam Şaban ÖZTÜRK, annem Rabia ÖZTÜRK, kız kardeşim Özge ÖZTÜRK ve erkek kardeşim Yusuf ÖZTÜRK'e tüm destekleri için teşekkür ediyorum. İyi ki varsınız...

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
İÇ KAPAK	i
ONAY	ii
ETİK BEYAN	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
TEŞEKKÜR	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar DİZİNİ	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ	x
KISALTMALAR ve SİMGELER	xi
1. GİRİŞ	1
2. KAYNAK ARAŞTIRMALARI	3
2.1. Toplulukçuluk ve Bireycilik Kavramlarının Tarihsel Gelişimi	3
2.1.1. Bireycilik – Toplulukçuluk Kavramlarının Tanımı	4
2.1.2. Bağlamsalcılık	7
2.2. Öz-Belirleme Kuramı	10
2.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve İyi Olma	12
2.2.2. Öz Belirleme Kuramı ve Sosyal Bağlamların Önemi	14
2.3. Öznel İyi Oluş	15
2.3.1. Öznel İyi Olma Kuramları	17
2.3.1.1. Ereksel Kuram (Telik/Kaynak Teorileri)	17
2.3.1.2. Tabandan Tavana ve Tavandan Tabana Kuramları	18
2.3.1.3. Dinamik Denge Teorisi	19
2.3.1.4. Etkinlik Kuramı (Csikzentmihalyi'nin Akış Kuramı)	19
2.3.1.5. Bağ Kuramları	19
2.3.1.6. Yargı Kuramları	20
2.3.2. Öznel İyi Olmayı Etkileyen Faktörler	20
2.4. Yaşam Doyumu	22
2.5. Olumlu ve Olumsuz Duygu	23
2.6. Mutluluğun faydaları	24
3. YÖNTEM	28
3.1. Araştırma Modeli	28
3.2. Katılımcılar	30
3.3. Veri Toplama Araçları	30
3.3.1. Demografik Bilgi Formu	30
3.3.2. INDCOL Ölçeği (Bireycilik Boyutu)	31
3.3.3. Bağlamsalcılık Ölçeği	32
3.3.4. İhtiyaç Doyumu Ölçeği	34
3.3.5. Yaşam Doyumu Ölçeği	35
3.3.6. Olumlu - Olumsuz Duygu Ölçeği	35
3.4. İşlem	36
4. BULGULAR	37
4.1. Araştırmada Yer Alan Ölçeklerle İlgili Betimleyici İstatistikler	37
4.2. Bağlamsalcılık-Bireycilik ve Öznel İyi Olmaya İlişkin Bulgular	39
4.3. Bağlamsalcılık-Bireycilik ve Temel Psikolojik İhtiyaçlara İlişkin Bulgular	39
4.4. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Öznel İyi Olma İlişkisi	39
4.5. Bağlamsalcılık ve Bireycilik İlişkisi	40
4.6. Ölçme Modelinin Testi	40
4.6.1. Ölçme Modeli Uyum İyiliği Değerleri	40
4.6.2. Ölçme Modelinin Parametre Değerleri	43

4.6.3.Ölçme Modelinde Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler	44
4.6.4.Yapısal Modelin Testi	44
4.6.5. Yapısal Modele İlişkin Standardize Çözümleme Değerleri	45
5. TARTIŞMA	47
6. SONUÇ	52
KAYNAKLAR	54
EKLER	61
ÖZGEÇMİŞ	67



TABLÖLAR DİZİNİ

	Sayfa
Tablo 2. 1. Toplulukçu Toplumlar ve Bireyci Toplumlar	6
Tablo 2. 2. Öznel İyi Oluşun Bileşenleri	16
Tablo 3. 1. Katılımcıların Cinsiyet, Yaş ve Bölümlerinin Ortalamaları ve Standart Sapmaları	30
Tablo 3. 2. Bireycilik Ölçeğinin Faktör Analizi Bulguları	32
Tablo 3. 3. Bağlamsalcılık Ölçeğinin Faktör Analizi Bulguları	33
Tablo 4. 1. Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Değerleri	38
Tablo 4. 2. Ölçme Modelinin Uyum İyiliği Değerleri	41
Tablo 4. 3. Ölçme Modelinin Revize Edilmiş Uyum İyiliği Değerleri	41
Tablo 4. 4. Ölçme Modelinin Faktör Yükleri, Standart Hata Değerleri ve T-Değerleri	43
Tablo 4. 5. Örtük değişkenler arasındaki ilişkiler	44
Tablo 4. 6. Yapısal Modelin Uyum İyiliği Değerleri	44

ŞEKİLLER DİZİNİ

	Sayfa
Şekil 2. 1. Toplulukçuluk – Bireycilik Haritası	7
Şekil 3. 1. Yapısal Eşitlik Modeli	29
Şekil 4. 1. Ölçme Modelinin Standardize Çözümleme Değerleri	42
Şekil 4. 2. Araştırmadaki Yapısal Modelin Standardize Çözümleme Değerleri	46



KISALTMALAR ve SİMGELER

Kısaltma/Simgesi	Tanım
Akt.	Aktaran
Ark.	Arkadaşları
M	Ortalama
SD	Standart Sapma



1. GİRİŞ

1902 yılında, William James, 'İnsan yaşamının ana kaygısı nedir?' sorusuna 'Mutluluktur. Mutluluğun nasıl kazanılacağı, nasıl korunacağı, nasıl iyileştirileceği düşüncesi, aslında çoğu insan için her zaman yaptıkları ve var olmayı istedikleri her şeyin gizli nedenidir'(James, 1902/1999 : 77) cevabını vermiştir. Mutluluk arayışı sonsuz insan arayışlarından biri olsa da, psikologlar insanları neyin mutlu ettiğini anlamak için uğraşmaktadırlar. Son 20 yılda yapılan araştırmalar, insanların öznel iyi oluşlarını etkileyen faktörlerin belirlenmesinde önemli ilerlemeler kaydetmiştir (Kuppens, Realo ve Diener, 2008: 66).

Öznel iyi olma, insanların yaşamlarına ilişkin duygusal ve bilişsel değerlendirmelerini ifade eden ve konuşma diliyle ifadesinde 'mutluluk' olarak adlandırılan bir yaklaşımdır. İnsanlar, çoğunlukla hoş ve daha az nahoş duygular hissettiklerinde, ilginç ve farklı etkinliklerle ilgilendiklerinde, çok sayıda zevk ve az miktarda acı yaşadıklarında ve yaşamlarından memnun olduklarında öznel iyi olma düzeyleri daha yüksek olur. Değerli bir yaşamın ve zihinsel sağlığın elbette başka gereklilikleri de vardır fakat öznel iyi olma alanı insanların kendi yaşamlarını değerlendirmesine odaklanmaktadır (Diener, 2000: 34).

Öznel iyi olma sıklıkla olumlu duygular, daha az olumsuz duygular ve yaşamdan genel bir memnuniyet duygusundan oluşur. Yüksek öznel iyi olma, kişinin hayatı hakkındaki olumlu düşüncelerin ve olumlu duyguların üstünlüğünü yansıtır. Bilişsel düzeyde öznel iyi olma; bireylerin işi, evliliği ve diğer alanlarla ilgili belirli tatminkârlıkların olduğu yaşam doyumunu içerir. Duygusal düzeyde öznel iyi olması yüksek olan insanlar, yaşamlarındaki olayları genellikle olumlu yönde değerlendirmelerinden dolayı, öncelikle hoş duygular hissederler. Öznel iyi olma düzeyi düşük olan insanlar, yaşam koşullarını ve yaşam olaylarını istenmeyen olarak değerlendirir ve bu nedenle kaygı, depresyon ve öfke gibi rahatsız edici duygular hissederler (Myers ve Deiner, 1995: 10-11).

Sosyal psikoloji disiplini temel olarak "insan sosyal bir varlıktır." görüşünden yola çıkarak birey-çevre etkileşiminin önemini çoğu kuramında ön planda tutmuştur. Bu temelden yola çıkarak, bireycilik ve toplulukçuluk insan davranışına etkide bulunan kültürel bir eksen olarak değerlendirilmiştir. Bireyciliğin ana teması, bireyleri gruplardan özerk olarak görebilmek; toplulukçuluğun temel teması ise, bireyleri grupların veya toplulukların bir yönü olarak ele almaktır (Triandis, Chan, Bhawuk, Iwao ve Sinha, 1995: 462). Bireyci kültürlerde bireyler kendilerini merkeze alarak, yaşamını, ilişkilerini düzenlerler. Özerkliğe ve ayrıışıklığa değer verirler. Toplulukçu kültürde grupta ve topluluk yaşamı ile uyumlu olma, karşılıklı bağımlılık öne çıkmaktadır. Bireyler ilişkilerini, grup yaşamını merkeze alarak yaşamını düzenler.

Son araştırmalar ise, insanları anlamada bağlamın önemini ifade eden bağlamsalcılık yapısına odaklanmakta ve bağlamsalcılığı kültürel toplulukçuluğun bir yönü olarak görmektedir. Bağlamsalcılık, aile, sosyal gruplar ve sosyal pozisyonlar gibi sosyal ve ilişkisel bağlamları ve aynı zamanda fiziksel ortamları içerir. Bağlamlar, davranışları yargılamada farklılaşmayı sağlar. Farklı bağlamlarda aynı davranış farklı yargılanabilir. Bağlamların davranışı değerlendirmede en az kişilik özellikleri kadar önemli olduğu inancı toplulukçuluğun keşfedilmemiş önemli bir yönünü oluşturmaktadır(Owe ve ark., 2013: 27).

Bireyci kültürler, olayları kişilik gibi değişmez özelliklerle açıklarken toplulukçu kültürler olayları bağlamlara göre açıklamaktadır. Bağlama göre aynı davranışa farklı anlamların yüklenmesi, olguyu dinamik kılmaktadır.

Öte yandan tüm insanlara özgü olan, tüm insanları belirleyen psikolojik gereksinme güdülerinin olduğu öne sürülmektedir. Bu güdüler özerklik, ilişkililik ve yeterlidir (Ryan ve Deci, 2000). Çeşitli araştırmalar bu güdülerin tüm insanlar için geçerli olduğuna işaret etmiştir. Çalışmamız kültürel değişkenler olan bireycilik ve bağlamsallığın öznel iyi oluşu yordamada psikolojik gereksinme güdülerinin temel ve kısmi aracılık yapma durumlarını açıklamaya yöneliktir. Böylece tüm dünyada küreselleşme yoluyla etkili olan bireycilik ve ülkemize özgü olan bağlamsallığın öznel iyi oluşu yordayıcı etkisi üzerinde temel psikolojik gereksinme güdülerinin etkililiği açığa çıkarılmış olacaktır. Diğer bir ifade ile araştırmada öz belirleme kuramı (self-determination theory) test edilmiş olacaktır.

2. KAYNAK ARAŞTIRMALARI

Bu bölümde çalışmamızın temel değişkenleri olan bireycilik, bağlamsalcılık, öz belirleme kuramı ve öznel iyi oluş kapsamı bir şekilde incelenecektir.

2.1. Toplulukçuluk ve Bireycilik Kavramlarının Tarihsel Gelişimi

Batı dünyasında bireyciliğin kökenleri, düşünce tarihine (örneğin, Lukes, 1973), siyasi ve ekonomik tarihe (örneğin, Macfarlane, 1978), dini tarihe (örneğin, Capps ve Fenn, 1992) ve psikososyal tarihe (örneğin, Westen, 1985) dayandırılmıştır. Bireycilik / toplulukçuluk, antik Yunanlılar tarafından ele alınmıştır. Örneğin, kolektif temalar Platon'un Devleti adlı eserinde belirginleşmekte ve Sofistlerin öğretisinde bireysel değerler ortaya çıkmaktadır. Yine bireycilik, ilk Hristiyanlara dayandırılmıştır ve İngiltere'de yaklaşık 1200 yılları civarında özel mülkün ortaya çıkmasıyla ilişkilendirilmiştir (akt., Kağıtçıbaşı, 1997).

Bununla birlikte, bireysellik, özellikle erken modern dönemde (16. yüzyılın başından beri) Avrupa sosyal tarihine damga vurmuştur. Tarihsel demografik kayıtlar ve mahkeme kararları, özellikle İngiltere'deki, Batı Avrupa'daki aile etkileşimleri, evlilikler, ikametgâh düzenleri ve miras alanlarında kişisel temalara işaret etmektedir (Kağıtçıbaşı, 1997: 4).

Doğu Asyada M.Ö. 5. yüzyılda ortaya çıkan Konfüçyüs'ün öğretilerindeki toplulukçuluk temalarında ise bireyin doğasında sadakatin olduğu, insan ilişkilerinde karşılıklılık bulunduğu ve doğruluğun önemli olduğu; tüm bunları içeren yaşamın "erdem"li olduğu vurgulanmıştır (Kağıtçıbaşı, 1997: 5). Konfüçyüs öğretisinin ilkeleri; atalara saygı göstermek, ana-babaya sevgi göstermek, kendisine yapılmasını istemediği şeyi başkalarına yapmamak, insanlarla iyi geçinmektir (Hançerlioğlu, 1996: 51). Toplulukçu bir dünya görüşünün temelini oluşturan bu tür bir sosyal ahlak, Taoizm, Budizm, Hinduizm ve Şintoizm gibi diğer doğu dinlerinde ve felsefelerinde de görülmektedir. Orta Doğu'da ortaya çıkan tek tanrılı dinler (Musevilik, Hristiyanlık, İslam) kolektif sadakatleri vurgulamıştır. Ancak Hristiyanlıktaki Avrupa yaşanan reform, bu dinin daha sonra bireysel sorumluluğu öne almasına ve benimsemesine neden olmuştur (Kağıtçıbaşı, 1997). Bu gelişmeler ışığında büyük dinlerin toplulukçuluğu desteklediği ve geliştirdiği söylenebilir.

Bugün, insanlığın büyük çoğunluğu toplulukçuluğun bazı yönlerini paylaşıyor. Bireyciliğin daha yaygın olduğu Batı, insanlığın yüzde 30'undan azını oluşturuyor. Hatta Batıda etnik azınlıklar ve daha düşük sosyoekonomik statüdeki gruplar daha toplulukçu olma eğilimini sürdürmektedir (Singelis, Triandis, Bhawuk ve Gelfand, 1995: 241). Buna karşın zenginlik, güç ve egemenlik bireyci toplumlarda olduğu için, bireyci değerler tüm toplumlarda yaygınlaşmaktadır. Bireyci değerler filmler, diziler, sosyal medya, giyim kuşam, yeme içme

yoluyla tüm toplumlara, özellikle genç kuşaklara geçmekte, bu yaşantılar her yerde temsil edilmektedir.

2.1.1. Bireycilik – Toplulukçuluk Kavramlarının Tanımı

Kültürün sosyal psikolojik süreçlere etkisi, temel olarak bireycilik-toplulukçuluk boyutunda ele alınmıştır. 1980’lerde Hofstede’nin ‘Kültürün Sonuçları’ adındaki kitabında açıkladığı bu kavramlar, kültürlerdeki değer farklılaşmalarını en iyi açıklayan boyut olarak değerlendirilmiştir(Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar, 2015:322).

Bilgin’e (2003) göre, bireycilik-toplulukçuluk kavramları kültürleri birbirinden ayırt etmede kullanılan iki uçlu bir boyuttur. Bireyci kültürler, farklılaşma, bağımsızlık, kendi kendine yeterlik ve başarı gibi bireysel hedeflerin gelişmesine odaklanmaktadır. Toplulukçu kültürler ise bütünleşme, dayanışma, ortak kader, sosyal ahenk gibi toplumsal hedeflerin gelişimine vurgu yaparlar (akt. Şeker, 2005).

Literatürde toplulukçuluk ve bireycilik ile örtüşen diğer terimlerle de sıkça karşılaşmaktadır. Bunlardan biri: toplulukçuluk ve bireycilik yapılarına çok yakından karşılık gelen, Tönnies’in (1957) Gemeinschaft (topluluk) ve Gesellschaft (toplum) terimleri arasında yaptığı ayrımdır. F. Kluckhohn ve Strodtbeck (1961) soydaşlık ve bireycilik terimlerini kullanmışlardır; Weber (1947, 1957), toplumsal ve ilişkisel sosyal ilişkiler; Parsons (1949), bütünlük ve benliği vurgulama; Bakan (1966), topluluk ve özerklik; Witkin ve Berry (1975), bağımlı ve bağımsız olma ve Inkeles ve Smith (1974), geleneksellik ve modernliği kullandılar. Bu yapılar, mükemmel bir şekilde birbiriyle uyuşmamasına rağmen, büyük ölçüde örtüşen fikirleri içermektedir (akt. Triandis, 1995).

Hofstede ve arkadaşlarına göre (2010); toplulukçuluk(kolektivizm) grubun gücünü ifade eder. Hayatımızdaki ilk grup her zaman içinde doğduğumuz ailedir. Ancak aile yapıları da toplumlar arasında farklılık gösterir. Çoğu toplulukçu toplumda, çocuğun büyüdüğü “aile”, birlikte yaşayan çok sayıda insandan oluşur: ebeveynler, diğer çocuklar, büyükanne ve büyükbaba, amca, teyze gibi. Çocuklar büyüdüklerinde, kendilerini bir “biz” grubunun parçası olarak düşünmeyi öğrenirler. Burada gönüllü olmayan ancak doğası gereği verilen bir ilişki vardır: “Biz” grubu. Biz toplumda bulunan ve birçoklarının olduğu “onlar” gruplarına ait olan diğer insanlardan farklıdır. “Biz” grubu (veya iç grup), bireyin kimliğinin ana kaynağı ve yaşamın zorluklarına karşı sahip olduğu tek güvenli koruma alanıdır. Bu nedenle birey, grubun içindekilere karşı yaşam boyu sadakat borçludur ve bu sadakati kırmak bir insanın yapabileceği en kötü şeylerden biridir. Bireyde ve grubun içinde, hem pratik hem de psikolojik olan karşılıklı bir bağımlılık ilişkisi gelişir. Ayrıca, dünyamızdaki insanların büyük çoğunluğu, grubun çıkarlarının bireyin çıkarlarına egemen olduğu toplulukçu toplumlarda yaşar.

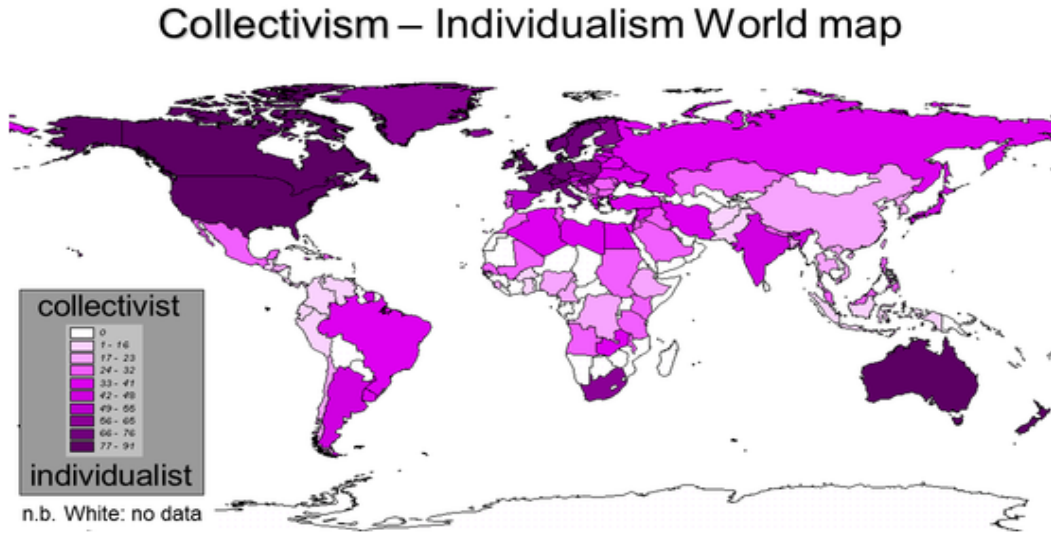
Bireyci toplumlar ise, bireyin çıkarlarının egemen olduğu toplumlardır. Bireyci toplumlarda çoğu çocuk anne, baba ve muhtemelen diğer çocuklardan oluşan ailelere doğar. Diğer akrabalar başka yerlerde yaşar ve nadiren görülürler. Bu tür ailelerden gelen çocuklar büyüdükçe kendilerini “Ben” olarak düşünmeyi öğrenirler. Bu “Ben”, kişisel özellikleri ve kimlik özdeşimleriyle diğer insanlardan farklıdır ve bu ben diğerlerine ait grup üyeliğine göre değil bireysel özelliklerine göre sınıflandırılır. Örneğin, çocukların oyun arkadaşlarını kişisel tercihleri temelinde seçmeleri öğretilir. Eğitimin amacı, çocukların kendi ayakları üzerinde durmalarını sağlamaktır. Bu eğitim tamamlandığında çocukların, ebeveynlerinin evinden ayrılmaları beklenir. Çoğu zaman, çocuklar evden ayrıldıktan sonra, ebeveynleriyle ilişkilerini en aza indirir veya tamamen ortadan kaldırır. Ne pratikte ne de psikolojik olarak, bu tür bir toplumda sağlıklı bir insanın bir gruba bağımlı olması beklenmez. Ayrıca, dünyamızdaki insanların az bir kısmı, bireyci toplumlarda yaşar(Hofstede, Hofstede ve Minkov,2010). Buna rağmen dünya toplumlarında bireyci değerlerin ağırlığı vardır.

Tablo 2. 1. Toplulukçu Toplumlarda ve Bireyci Toplumlarda

Toplulukçu Toplamlar	Bireyci Toplamlar
İnsanlar sadakat karşılığında korunan geniş ailelerveya diğer gruplar içinde doğarlar.	Herkes kendisi ve kendisinin yalnızca yakın (çekirdek) ailesi ile ilgilenerek büyür.
Çocuklar “biz” diye düşünmeyi öğrenirler.	Çocuklar “ben” diye düşünmeyi öğrenirler.
Değer standartları, grup-içinde ve grup dışında farklılık gösterir: dışlama.	Aynı değer standartlarının herkes için geçerli olması gerekir: evrenselcilik.
Uyum her zaman sağlanmalı ve doğrudan çatışmalardan kaçınılmalıdır.	Birinin fikriyle ilgili konuşmak, dürüst bir bireyin özelliğidir.
Kaynaklar akrabalarla paylaşılmalıdır.	Kaynaklar için bireysel mülkiyet vardır.
Yetişkin çocuklar, ebeveynleri ile yaşar.	Yetişkin çocuklar, ebeveynlerinin evinden ayrılır.
Yüksek bağlamda iletişim hakimdir.	Düşük bağlamda iletişim hakimdir.
Halka açık yerlerde sık sık sosyalleşme vardır.	Benim evim, benim kalem anlayışı hakimdir.
Suç işlemek birey ve birey grubu için utanç ve itibar kaybına yol açar.	Suç işleme benlik saygısının kaybına ve suçluluk hissine yol açar.
Gelinler genç, hamarat ve erdemli olmalıdır; damatların gelinlerden ileri yaşta olması gerekir.	Evlenirken kadın ve erkek için kriterler önceden belirlenmiş değildir.
Kızların güzellik idealleri üzerindeki en güçlü etki, kız arkadaşlarıdır.	Kızların güzellik idealleri üzerindeki en güçlü etki, genelde erkeklerdir.
Üzüntü göstermek teşvik edilir ve mutluluk önerilmez.	Mutluluğu göstermek teşvik edilir ve bireyin üzülmei bırakması tavsiye edilir.
Kişilik testlerinde insanlar daha içe dönük puanlar alıyorlar.	Kişilik testlerinde insanlar daha dışa dönük puanlar alıyorlar.
Karşılıklı bağımlı benlik hakimdir.	Bağımsız benlik hakimdir.
İş yerinde yönetim, grubun yönetimidir.	İş yerinde yönetim, bireyin yönetimidir.
İş yerinde ilişki, görevden üstündür.	İş yerinde görev, ilişkiden üstündür.
Mesleki hareketlilik daha düşüktür.	Mesleki hareketlilik daha yüksektir.
İşe alma ve terfi kararlarında, çalışanın grubu dikkate alınır.	İşe alım ve terfi kararlarının sadece beceri ve kurallara dayanması beklenir.
İşveren-işçi ilişkisi, temelde bir aile bağı gibi ahlakidir.	İşveren-işçi ilişkisi, bir işgücü piyasasındaki taraflar arasındaki bir sözleşmedir.

Kaynak: (Hofstede, Hofstede ve Minkov, 2010).

Bireycilik ve toplulukçuluk, “cilikler” olarak temelde ideolojik kavramlardır ve ayrıklık-bağıllık boyutuna ek olarak, sosyal normatif içerikte kazanmaya başlamışlardır. Örneğin, bireysellik moderniteyle benzer, eş anlamlı olarak görülür ve cinsiyet rol eşitliği, insan hakları ve özgürlükler gibi modern değerlerle ilişkilendirilmiştir. Oysa toplulukçuluğun geleneksel, muhafazakâr ideolojiyi somutlaştırdığı gösterilir. Bu normatif nitelikler, psikolojik düzeyde bir kavramsallaştırmadan kaynaklanmamaktadır. Bu nedenle, bireycilik-toplulukçuluk başka ek anlamlar da taşır(akt. Kağıtçıbaşı, 2017:104).



Şekil 2. 1. Toplulukçuluk – Bireycilik Haritası

Kaynak: <https://geerthofstede.com/culture-geert-hofstede-gert-jan-hofstede/6d-model-of-national-culture/> 06.11.2019

2.1.2. Bağlamsalcılık

Bireycilik-toplulukçuluğun kavramsallaştırılmasında merkezi olmasına rağmen inanç bileşenine daha az dikkat edilmiştir. Shweder ve Bourne (1984), insanların diğer insanlar hakkında düşünme biçimlerinin kültürler arasında farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Hintli katılımcılardan bir tanıdıklarını tanımlamaları istendiğinde bağlamsal ve ilişkisel özelliklere değinirlerken, Amerikalılar soyut ve bağlamsız bildirimlerde bulunmuştur. Bu nedenle, araştırmacılar insanları tanımlamada bağlamin önemine işaret eden temel bir fark belirlemiştir. Özellikle insanları anlamada bağlamin algılanan önemini ifade eden bağlamsalcılık yapısına önem verilmesinin gerektiğini bildirmektedirler. Bağlamsalcılık yapısı, aile, sosyal gruplar ve sosyal pozisyonlar gibi sosyal ve ilişkisel bağlamları ve aynı zamanda fiziksel ortamları da içerir. Bu inançların bireycilik-toplulukçuluğun önemli bir yönünü oluşturduğu düşünülmektedir (Owe ve ark., 2013:27).

Meksika gibi onur temelli bir toplulukçu kültürden yetişkin örnekleriyle bağlam etkilerinin incelendiği bir çalışmaya göre; romantik yaşam doyumu ile ilgili bir sorudan sonra genel yaşam doyumu ile ilgili bir soru sorulduğunda, her iki soruya verilen cevaplar arasında anlamlı derecede düşük bir ilişki bulunmuştur. Sonuçlarda katılımcıların yaşlarına göre değişkenlik olduğu belirlenmiştir. Bulgulara göre, toplulukçu kültürlerden bireylerin içeriğe daha fazla dikkat ettiği, ancak bağlam etkisinin yaş gibi sosyodemografik bir değişkene göre değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Bir soruyu cevaplamak, anlama, hatırlama ve yanıtı düzenleme gibi karmaşık psikolojik süreçleri içerir ve bu aşamaların her birinde bağlamsal etkiler ortaya çıkabilir. Bu çalışma, bağlamın soruyu anlamayı nasıl etkilediği üzerine odaklanmıştır. Katılımcılar yanıtlamaya çalışırken bir sorunun yalnızca gerçek anlamını değil, aynı zamanda pragmatik anlamını da düşünmüşlerdir. Soruların pragmatik anlamını anlamak için, bireylerin bağlamsal bilgilere dayanması gerekmektedir (Puente-Diaz R.,2011).

Başka bir araştırmaya göre ise; karşılıklı bağımlı benlik kurgusuna sahip bireyler, sosyal bağlamda, bağımsız benlik kurgusuna sahip bireylerden daha dikkatlidir. Diğer bir ifade ile toplulukçu bir kültürden(örn;Çin) gelen bireyler, bireyci bir kültürden(örn;Almanya) gelen bireylerden daha fazla bağlama dikkat ederler. Çünkü benlik kurguları karşılıklı bağımlı benliktir ve bireyin bu benlik kurgusunu devam ettirebilmesi için sosyal bağlamlara ve başkalarına dikkat etmesi gereklidir(Haberstroh, Oyserman, Schwarz, Kühnen ve Ji, 2002; 328).

Geertz (1975) ise bağlamın önemi konusunda şu ifadelerde bulunmuştur: “Bireyin Batılı kavramını sınırlı, benzersiz, az ya da çok yönlü bir bütünleşme motivasyonu ve bilişsel evren olarak algılanması, farklı bir bütün halinde düzenlenmiş dinamik bir farkındalık, duygu, yargı ve eylem merkezi ve hem diğer topluma karşı hem de sosyal ve doğal bir zemine karşı zıtlık oluşturması çözülemez gibi görünebilir fakat dünya kültürleri bağlamında oldukça tuhaf bir fikirdir”(s. 48).¹Java’daki bir kişinin kavramlarında, “iç”, bir kişinin duygusal hayatını; “dış” ise bir kişinin davranışı ve konuşması arasındaki zıtlığı tanımlamaktadır. Oysa Bali’de insanlar bir oyundaki karakterler gibi sabitkarakterler ile tanımlanır. Son olarak, Fas kültüründe insanlar, kabileleri, yaşadıkları yerler, aile geçmişleri veya meslekleri gibi bağlamlarına göre tanımlanmaktadır. Bu nedenle, bireysel farklılığa, çeşitli bağlamsal niteliklerin bir araya gelmesiyle ulaşılır.

Aviezer ve arkadaşları yaptıkları(2008) çalışmada; temel yüz ifadelerinin algısının bağlama göre değişmediği fikrini reddetmekte ve erken algısal seviyelerde bağlam ile temel yüz ifadelerinin algısının kategorik olarak değiştirilebileceğini göstermektedirler. Örneğin çalışmada, tiksinti ve öfkenin yüz ifadelerinin, tutarsız bir bağlamın aksine, nötr veya uyumlu bir bağlamda yerleştirildiğinde bireyler tarafından farklı şekilde tarandığı gösterilmiştir.

¹Java Adası; Endonezyada bulunan; doğuda Bali, batıda Sumatra arasında yer alan Dünyanın 13. büyük adasıdır.

Bağlam konusunda bir diğer çalışmada ise, Japonlar ve Amerikalılar incelenmiştir. Çalışma iki aşamadan oluşmaktadır. İlk aşamada, Japonlar ve Amerikalılar sualtı sahnelerinin animasyonlu vinyetlerini izlemişler ve içeriğini bildirmişlerdir.

Sonraki tanıma testinde katılımcılara, orijinal ortamlarında veya yeni ortamlarında daha önce görülen nesnelerin yanında yeni nesneler gösterilmiştir ve daha sonra bu nesneleri görüp görmedikleri konusunda karar vermeleri istenmiştir. İkinci aşamada ise, yaban hayatı fotoğrafları kullanılarak tanıma görevini çoğaltmışlardır. Örneğin, Japon katılımcıların açıklamalarında "balıklar yüzüyor" ve "bir kurbağa deniz yosununa tırmanıyor" gibi davranışla ilgili yorumlardan bahsederken, Amerikalı katılımcılar, "beş büyük balık var" ve "bir kurbağa var" gibi nesnelerin fiziksel görünümünü basitçe tanımlama eğilimindeydiler. Sonuçlar, Japonların bağlamsal bilgi ve ilişkiler hakkında Amerikalılardan daha fazla açıklama yaptığını ve daha önce görülen nesneleri yeni ortamlarda değil orijinal ortamlarında gördüklerinde daha doğru tanıdıklarını, fakat bu manipülasyonun Amerikalılar üzerinde küçük bir etki yarattığını göstermiştir. Bu bulgular Doğu Asyalıların nesnelerin davranışlarına karşı Amerikalılardan daha dikkatli oldukları görüşünü desteklemektedir, çünkü ilişkilere ve bağlamlara dikkat etme ve fark etme olasılıkları daha yüksektir(Masuda ve Nisbett, 2001).

Nisbett ve arkadaşlarının(2001) yaptığı bir çalışmada ise,Doğu Asyalıların bütünsel olduğu, bağlama uyum gösterdiği, tüm alana katıldıkları ve nedensel ilişkiler kurdukları, kategorileri ve biçimsel mantığı az kullandıkları ve “diyalektik” akıl yürütmeye dayandıkları bulunmuştur. Fakat Batılıların daha analitik düşündüğü, öncelikle bağlamdan bağımsız nesneye ve ait olduğu kategorilere dikkat ettikleri ve davranışı anlamak için biçimsel mantık da dahil olmak üzere kuralları kullandıkları görülmüştür.

Bağlam konusunda bebeklerle yapılan bir göz izleme deneyinde, 6 ve 10 aylık bebeklere eski ve yeni olmak üzere iki farklı bağlamda şekiller gösterilmiş ve renkli dikkat dağıtıcı şekiller arasında gizlenmiş bir hedef yüz aramaları istenmiştir. Bulgular hem 6 hem 10 aylık bebeklerin eski ve yeni bağlamlar arasında başarılı bir şekilde ayırım yaptıklarını göstermiştir. Bu çalışma 6 ve 10 aylık bebeklerin de görsel olarak bağlama dikkat ettiklerini göstermiştir (Tummeltshammer ve Amso, 2017).

Tipandjan ve arkadaşlarının(2012) Alman ve Hintli öğrencilerle yaptığı çalışmada ise; Hintli öğrencilerin karar alma süreçlerinin daha çok sosyal bağlam ve sosyal benlikle bağlantılı olduğu görülmüştür. Örneğin, yanıtlarda sosyal temaslardan, duyguların düzenlenmesinden ve diğer bireylere yardım etmekten sıkça söz edilmektedir. Alman öğrencilerin karar verme süreçleri ise daha çok sosyal bir dünyadaki “kişilerarası” benlikle bağlantılıdır. Örneğin, yanıtlardaki temalar okul, yurtdışında yaşam ve tatil üzerine daha çok şekillenir. Bu, her iki kültürdeki bireylerin benliğe atıfta bulunduğunu ancak biraz farklı sosyal bağlamlarda kararlar aldıklarını göstermektedir. Bireysel değerlere sahip kişiler, kendilerini bağımsız ve

kararlarından sorumlu olarak görürken, toplulukçu değerleri olan kişiler kendilerini bir grubun parçası olarak görürler ve kararlarının sosyal bağlama nasıl uyum gösterdiğine daha duyarlıdır.

Bağlamlara göre davranmanın bireyin iyi olmasına katkıda bulunması kaçınılmazdır. Bağlamların kritik rolü özellikle altyapısı, hukuğu, demokratik örgütlenmesi tamamlanmamış toplumlarda belirgindir. Bu toplumlarda değişkenliği ve farklılığı bağlamlar belirler. Herkes için bir ve aynı olan sosyal koşullar ve toplum düzeni sağlamadığından bireylerin yargıları bağlamlara göre farklılık gösterir. Öte yandan bağlamlar arası farkların büyük olarak algılanmadığı gelişmiş bireyci toplumlarda bireyler kendi eylemlerinden sorumludur ve yargıları değişkenlik göstermez.

Ayrıca evrensel olduğu varsayılan özerklik, yeterlik ve ilişkililik ihtiyaçlarının bağlam ve öznel iyi olma bileşenleri arasında aracı niteliklerinin olduğu düşünülmektedir.

2.2. Öz-Belirleme Kuramı

Öz belirleme kuramı, son 40 yılda kademeli olarak gelişmiş ve insan motivasyonunun temel teorisi haline gelmiştir. Başlangıçta Edward L. Deci ve Richard M. Ryan tarafından geliştirilmiş ve dünyanın dört bir yanından birçok araştırmacının çalışmalarıyla detaylandırılmıştır. Kuram, ilgi ve eğlence dışında, bireyin kendi yararı için bir şeyler yapması olarak tanımlanan, içsel motivasyon araştırmalarına olan ilgiden doğmuştur (Gagne ve Deci, 2014).

Hem bilimsel araştırmada hem de bu araştırmalardan kaynaklanan uygulamalarda belirtildiği gibi, öz-belirleme teorisi, merkezi olarak insanın gelişimini kolaylaştıran veya engelleyen sosyal koşullarla ilgilidir. Teori, biyolojik, sosyal ve kültürel koşulların, hem genel olarak hem de belirli alanlarda ve çalışmalarda psikolojik büyüme ve sağlıklı yaşam için doğal insan kapasitelerini nasıl arttırdığını veya zayıflattığını inceler. Bu nedenle öz-belirleme teorisi araştırmaları hem bireysel gelişime özgü, hem de sosyal bağlamlar içinde, canlılık, motivasyon, sosyal entegrasyon ve iyi olmayı kolaylaştıran ve ek olarak tükenmeye, parçalanmaya, antisosyal davranışlara ve mutsuzluğa neden olan faktörleri eleştirel bir şekilde inceler (Deci ve Ryan, 2017).

Öz-belirleme kuramı, kişilik gelişimi ve benlik düzenlemesi için bireyin gelişmiş iç kaynaklarının önemini vurgulayan üst düzey bir yaklaşımdır. Ayrıca insan motivasyonu ve kişiliğine bir bakış açısını kapsar. Bu nedenle, kuramın odağını insanların kendi içsel motivasyonları ve kişilik bütünleşmesinin yanı sıra bu olumlu süreçleri besleyen koşulların temelini oluşturan, doğuştan gelen psikolojik ihtiyaçların ve içsel gelişim eğilimlerinin araştırılması oluşturur (Ryan ve Deci, 2000: 68). Öz belirleme kuramında, deneysel süreç

kullanılarak, evrensel olduğu kabul edilen üç ihtiyaç belirlenmiştir - yeterlik (Harter, 1978; White, 1963), ilişkililik (Baumeister, & Leary, 1995; Reis, 1994) ve özerklik (DeCharms, 1968; Deci, 1975) ihtiyaçları. Bu ihtiyaçlar, büyüme ve bütünleşme için olduğu kadar, yapıcı sosyal gelişim ve öznel iyi olma için de gereklidir (Ryan ve Deci, 2000). Ayrıca, eğitim, iş, sağlık ve psikoterapi gibi alanlarda bu psikolojik ihtiyaçların önemi vurgulanır (Ryan ve Deci, 2000).

Fiziksel ihtiyaçlar gibi, bu üç temel psikolojik ihtiyacın da yoksunluklarının veya doyumlarının net ve ölçülebilir etkileri, bireyin öznel hedefleri veya değerleri ne olursa olsun nesnel bir olay olarak ele alınmaktadır. Bu ihtiyaçlardan herhangi birinin engellenmesi veya herhangi birinden bireyin yoksun bırakılması büyüme, bütünlük ve sağlıkta gözle görülür düşüslere yol açacaktır (Ryan ve Deci, 2017).

Özerklik: Özerklik ihtiyacı, bireyin başkalarının anlamsız etkisi altında kalmadan kendi bireysel tercihlerini yapabilme, kendi kararlarını verebilme, kendini yönetilme yetisidir. Doğru ve yanlış konusunda kendi değer yargılarını oluşturabilme, kendi inançlarına ve değer yargılarına uygun hareket edebilmektir (Budak, 2000). Özerklik, bireyin eylemlerinin içsel bir onayını ve eylemlerin kendilerine ait olma hissini ifade eder. Bireyler, özerk olduğunda kendilerini davranışlarının başlatıcısı olarak deneyimlerler (Deci ve Ryan, 1987: 1025). İradeli olma duygusu olarak kabul edilen özerklik, bağımsızlık ile aynı değildir; çünkü insanlar, bağlam ve davranışlara bağlı olarak özerk ya da heteronom, bağımsız ya da birbirine bağımlı olabilirler (Ryan ve Lynch, 1989; Ryan ve Deci, 2017). Özerkliğin ayırt edici özelliği, bireyin davranışlarının kendinden onaylı olması veya bireyin esas ilgileri ve değerleri ile uyumlu olmasıdır. Birey, özerklikle hareket ettiğinde, yaptığı davranışla tüm kalbiyle meşgul olurken, kendi isteğine aykırı olanı yaparken uyumsuzluk ve çatışma yaşar (Ryan ve Deci, 2017). Özerklik, bireyin davranışlarında iradesini kullanmasını, özgürce kararlar alabilmesini ve davranışlarında inisiyatif alabilmesini ifade eder. Ayrıca bireylere karar alma süreçlerinde baskı yapılmaması ve seçim yapmalarının sağlanması özerklik duygusunun gelişimine katkıda bulunmaktadır (Ryan ve Brown, 2003).

Yeterlik: Yeterlik ihtiyacı psikolojik bir ihtiyaç olarak ifade edilmektedir ve genel olarak bireylerin yaşamla mücadele ederken, hedeflerini gerçekleştirirken, görevlerini yerine getirirken yeterli olduğu duygusunu yaşaması olarak tanımlanır (Cihangir Çankaya, 2005). Öz-belirleme teorisinde yeterlik, etkililik ve ustalık hissetme konusundaki temel ihtiyacımızı ifade eder. İnsanların önemli yaşam bağlamları içinde etkin şekilde çalışabileceklerini hissetmeleri gerekir. Yetkinlik ihtiyacı, merak, manipülasyon ve çok çeşitli epistemik güdülerle kendini gösteren doğal bir çabalama olarak açıktır (Deci ve Moller, 2005). Yeterlik, bireyin çevresine etki edebilme deneyimidir. Olumlu geribildirimler ve bireye etkinliği ile ilgili geri bildirimler yeterliği kolaylaştırmaktadır (Ryan ve Brown, 2003). Yeterlik duygusu, boş zamanlarında telefonda video oyunları oynayarak yaşayan insanlardan, evrenin yasalarını keşfeden bilim adamlarına kadar

sayısız davranışa enerji verir. Bununla birlikte, yeterlik kolaylıkla engellenebilir. Zorlukların çok çetin olması, olumsuz geri bildirimlerin yaygın olması ve sosyal karşılaştırmalar gibi kişilerarası faktörler nedeniyle ustalık ve etkinlik duygularının azaldığı veya zayıfladığı görülmektedir (Ryan ve Deci, 2017).

Psikolojik bir ihtiyaç olarak yeterlilik, aynı zamanda benlik gelişimi için de önemlidir. Yeterlik duygusu bireyi besler, yetersizlik duyguları ise agency duygularını tehdit eder ve davranışı harekete geçirme ve örgütleme yeteneklerini engeller. Bu nedenle, bireyler algılanan yetkinlik duygusu geliştirmek için, başardıkları faaliyetlerin sahipliğini hissetmek durumundadır (Deci ve Ryan, 1985).

İlişkililik: İlişkililik, bireyin başkaları ile ilişkili olma ve ait olma duygusu olarak tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). İnsanlar en çok başkaları tarafından bakım gördüklerinde kendilerini daha iyi hissederler. Yine de ilişkili olma, diğerleri arasında aidiyet ve önemli hissetmekle de ilgilidir. Bu yüzden ilişkililik için eşit derecede önemli olan, kendini başkalarına adanma veya başkalarına katkıda bulunmayı deneyimlemektir (Deci ve Ryan, 2014). İlişkili olma, aidiyet ve ilişki kurma ihtiyacını ifade eder. İlişkililik; bireyi kabul etme, samimiyet gösterme yollarıyla kolaylaştırılır (Ryan ve Brown, 2003).

Daha ileri çalışmalar, temel ihtiyaçların engellenmesi durumunda, insanların farklı tepki vereceğini göstermiştir. Kimisi, genellikle psikopatoloji olarak nitelendirilen pasif veya parçalanmış işleyiş tarzlarına düşecektir. Kimisi de, açgözlülük, iktidar ya da sinir bozucu bağlamlardan kaynaklanan saldırganlık nedenleriyle ortaya çıkan eksikliklerini telafi etmeye çalışacaktır (Ryan ve Deci, 2017).

2.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve İyi Olma

Ryan ve Deci (2000: 74-75)'ye göre, fizyolojik (Hull, 1943: 17) veya psikolojik bir ihtiyaç olsun, temel bir ihtiyaç, eğer tatmin edilirse, birey sağlık ve iyi olmaya doğru ilerler, fakat tatmin edilmezse patolojiye sebep olur. Bu nedenle, kuramcılar bireylerin Aristoteles'in tanımladığı şekliyle "eudaimonia/mutluluk" hissi veya iyi olma için yeterlilik, özerklik ve ilişkililik temel ihtiyaçlarının tüm yaşam boyunca karşılanması gerektiğini önermişlerdir (Ryan ve Frederick, 1997: 560 ; Waterman, 1993: 678).

Bir araştırmada, ailelerin kendileriyle ilişki kurma ve sevildiğini hissetme ihtiyaçları için bir sosyalleşme stratejisi olarak çocuklarından özerklikten vazgeçmelerini istemeleri psikopatoloji ve yabancılaşmaya neden olduğu ortaya çıkmıştır (Ryan ve ark., 1995).

Baard, Deci ve Ryan (2004) ise yaptıkları araştırmada, çalışan bireylerin işyerinde özerklik, yeterlik ve ilişkili olma gereksinimlerini karşılama konusundaki deneyimlerinin işyerindeki performanslarını, iş yerine uyumlarını ve iyi olmalarını öngördüklerini göstermiştir.

La Guardia, Ryan, Couchman ve Deci (2000) ise, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu, güvenli bağlanma ve iyi olma arasında yakın ilişkiler bulmuştur.

Bir başka çalışmada ise bulgular, üç temel ihtiyacın (özerklik, yeterlik ve ilişkililik) iyi olma ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Ayrıca, hem ortalama iyi olma düzeyini hem de günlük iyi olma düzeyinin sonuçlarını kontrol eden analizlerde, üç gereksinimin de iyi olma ile önemli bir ilişkisi olduğunu ortaya çıkarmıştır (Reis ve ark., 2000: 429).

Özerklik ve iyi olma etkisinin araştırıldığı bir meta-analiz çalışmasında, Amerika Birleşik Devletleri'nde (bireyci kültür) ve Doğu Asya ülkelerinde(kolektivist kültür) yapılan çalışmalardan raporlanan sonuçlara odaklanılmıştır. Toplam 36.906 katılımcıdan oluşan 36 ülkeden (ABD'den 22, Çin ve Japonya dahil Doğu Asya örneklerinden 14) katılımcı ile yapılan etki analizlerinde, özerklik ile öznel iyi oluş arasında orta düzeyde bir korelasyon bulunmuştur. Ayrıca bu çalışma, özerkliğin evrensel bir ihtiyaç olduğu yönündeki düşüncelere destek vermektedir (Yu, Levesque-Bristol ve Yukiko Maeda, 2018).

İhtiyaç doyumu ile ilgili Ilardi ve arkadaşlarının(1993) yaptığı bir çalışmada Amerika Birleşik Devletleri'nde bir ayakkabı fabrikasında çalışan işçilerin özerklik, yeterlik ve ilişkililik ihtiyaçlarının, genel iş doyumu, kişisel uyum ve zihinsel sağlık ile ilişkili olup olmadığı incelenmiştir. Genel olarak, bu imalat ortamındaki katılımcılar zorlu işler için nispeten düşük ücretler almıştır. Bulgulara göre; ister çalışan ister denetçi tarafından rapor edilmiş olsun, çalışan bireyin özerklik, yeterlik ve işteki ilişkililiği deneyimleme derecesi, hem daha yüksek iş doyumu hem de öznel iyi olma ile ilişkilendirilmiştir.

Bir başka çalışmada, hem Bulgar devlet sektöründeki çalışanlar hem de ABD'li bir veri işleme şirketindeki çalışanlar incelenmiştir. Bu çalışmada da üç temel ihtiyaçtan daha fazla memnuniyet duyan çalışanlar daha fazla işe bağlılık, işe katılım ve işyerinde daha fazla iyi olma sergilemiştir. Araştırmacılar, bu ihtiyaçların karşılanmasının kültürler arasında motivasyonu ve ruh sağlığını desteklediğini belirtmişlerdir (Deci, Ryan, Gagné, Leone, Usunov ve Kornazheva, 2001).

Cordeiro, Paixão, Lens, Lacante ve Sheldon (2016) ise Portekiz lise öğrencilerini değerlendirmiş, temel ihtiyaçların doyumunun canlılık ve yaşam doyumuna katkıda bulunduğunu belirtmiştir. Ayrıca, bu ihtiyaçların doyurulmamasının anksiyete, depresyon veya somatizasyon belirtilerine neden olduğunu ifade etmişlerdir.

Başka bir çalışmada, bireyciliğin - toplulukçuluğun hem iş karmaşıklığı hem de özerklik ve işe olan bağlılık arasındaki ilişkileri test edilmiştir. Araştırmanın örneklemi, uluslararası bir bankanın Hong Kong ve ABD şubelerinde çalışan 381 kişiden oluşmaktadır. Bulgular, iş karmaşıklığı ve / veya görevin özerkliğinde bir artışın, grup uyumluluğunu artıracak ve bunun da daha sonra daha iyi performansa dönüşeceğini göstermektedir. İş karmaşıklığı ve özerkliğin

grup uyumluluğuna olumlu etkilerinin de toplulukçu olan çalışma gruplarından ziyade bireyselci grup için daha belirgin olduğu bulunmuştur (Man ve Lam,2003).

Ülkemizde de bazı çalışmalarda, öz-belirleme teorisi çalışılmıştır. Bu çalışmalardan birinde; üniversitede okuyan öğrencilerin çevreden aldıkları özerklik desteğinin,onların temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumuna etkileri ve ayrıca ihtiyaç doyumunun da iyi olma düzeylerine etkisi araştırılmıştır. Bulgulara göre, öğrencilere özerklik desteği sağlamanın özerklik, yeterlik ve ilişkililik ihtiyaçlarının doyumunu sağladığı ve bu ihtiyaçların doyumunun da iyi olmanın göstergelerinden olan yaşam doyumunu, öz saygı ve kaygıyı etkilediği bulunmuştur. Araştırmadaki bir diğer önemli bulgu, öz belirleme teorisinin Türk kültürü için de geçerli olduğu sonucudur (Cihangir Çankaya, 2009).

Kocayörük(2012)'ün çalışmasında ise, özerklik ihtiyacının ergenlerin en önemli psikolojik gereksinimlerinden olduğu ve duygusal iyi olma yani olumlu ve olumsuz duygu ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Yeni yapılan bir çalışmada da; ergenlerin özerklik, yeterlik ve ilişkililik ihtiyaçlarının karşılanmasının öznel iyi oluşlarını etkilediği bulunmuştur (Camoğlu G. ve Yörükoğlu,2019).

Üniversite öğrencilerinde temel psikolojik ihtiyaçlar ile öznel iyi oluş düzeyinin araştırıldığı bir başka çalışmada da özerklik, yeterlik ve iyi olma ihtiyaçlarının arttığı durumda iyi olma düzeylerinin arttığı görülmüştür (Acun, Alıncak ve Abakay, 2018).

Özer'in(2009) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında ise; temel psikolojik ihtiyaçlar ile olumlu yönde ve anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca araştırmacı ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluşu açıklamada büyük önem taşıdığını belirtmektedir.

2.2.2. Öz Belirleme Kuramı ve Sosyal Bağlamların Önemi

Temel insan ihtiyaçlarını belirlemek, bir sosyal bağlamların hangi yönlerinin motivasyona, sağlıklı gelişime ve iyi olmaya zarar vereceği; hangi yönlerinin ise bütüncül gelişimi teşvik edeceği hakkında tahminler yapmak için bir çerçeve sunar (Ryan ve Deci;2017: 12). Bir çalışmada; annelerin çocukların özerklik desteği isteğine karşı uyguladığı yüksek düzeyde bir baskılama davranışı, çocukların kronik olarak yüksek fiziksel saldırganlık yolunu takip etme oranlarında artış ile ilişkili bulunmuştur. İtaate değer vermek ve çocukların fikirlerini ifade etmelerini önlemek, farklı bir bağlamda (yani okul) bile, çocukların uyumlarını ciddi şekilde engelleyebilir (Joussemet ve ark., 2008: 421).

Ryan ve Deci(2017:12) sosyal ortamların ne boyutta olduklarını belirlemektedir:

1. özerkliği destekleyici
2. yeterli destekleyici
3. ilişkisel olarak destekleyici

Özerkliği destekleyici sosyal ortamlar, bireyin seçimlerinin kolaylaştırılması ve benlik düzenlemesinin teşvik edilmesini; yeterliği destekleyici sosyal ortamlar, olumlu bilgi geri bildiriminin ilişkili olmayı destekleyici sosyal ortamlar, diğerlerine şefkatli bir bağlanmayı içerir. Belirli bağlamsal faktörlerin (örneğin, olumlu geribildirimler, koşullu ödüllerin varlığı, seçimlerin kolaylaştırılması) bireylerin katılımı, performansı ve tecrübesi üzerindeki etkileri hakkındaki tahminler, bu faktörlerin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması konusundaki beklenen ilişkilerinin dikkate alınmasına dayanır. Özerklik, yeterlik ve ilişkili olmayı destekleyici sosyal bağlamlar, sadece acil durumlarda daha kararlı ve kaliteli işleyiş kolaylaştırmakla kalmaz, aynı zamanda daha etkin bir işleyiş, sağlamlık ve uzun süreli psikolojik sağlığın gelişimini teşvik etmektedir (Ryan ve Deci, 2017). Bu görüşler ışığında öz belirleme kuramı farklı bağlamlarda özerklik, yeterlik ve ilişkililik gereksinimlerinin tatmin edileceği ve içsel olarak belirlenen bu ihtiyaçların tatminin öznel iyi oluşu yordayacağını öne sürdüğü görülmektedir.

2.3. Öznel İyi Oluş

Eski zamanlardan beri insanlar iyi bir yaşamı neyin sağladığını merak etmişlerdir. Öznel iyi oluşu inceleyen bilim insanları, iyi yaşamın temel bir bileşeninin, bireyin hayatını sevmesi olduğunu varsaymaktadır (Diener, Lucas, ve Oishi, 2002: 63). Dahası, iyi oluş, psikolojik danışmadaki en temel kavramlardan biridir. Kişilik ve gelişim teorilerinde çok önemli bir rol oynar; psikopatolojinin değerlendirildiği bir temel sağlar; danışmana, danışanın sıkıntısını hafifletmek için hareket edebileceği yönü belirlemesine yardımcı olarak klinik çalışmalarda bir rehber görevi görür. Ayrıca, Christopher'a göre psikolojik iyilik anlayışı, insan varlığı için aşkın bir gereklilik olabilir (Christopher, 1999: 141). Öznel iyi olma, bir kişinin yaşamındaki bilişsel ve duyuşsal değerlendirmeleri olarak tanımlanır. Bu değerlendirmeler olaylara duygusal tepkilerin yanı sıra doyumun bilişsel yargılarını da içerir. Bu nedenle öznel iyi oluş, hoş duyguların yaşanmasını, düşük düzeyde olumsuz ruh hallerini ve yüksek yaşam doyumunu içeren geniş bir kavramdır. Yüksek öznel iyi oluş içinde somutlaşan olumlu deneyimler, yaşamı ödüllendirici hale getirdikleri için pozitif psikolojinin temel kavramlarından (Diener, Lucas, ve Oishi, 2002: 63).

İnsanların ruh halleri ve duyguları, yaşadıkları olaylarla bağlantılı olarak verdikleri tepkileri yansıtır. Her birey, hayatı hakkında ve evlilik, iş gibi yaşam alanları hakkında daha geniş kapsamlı yargılarda bulunur. Bu nedenle, öznel iyi olmanın bir takım ayrılabilir bileşenleri vardır. Bunlar;

- yaşam doyumunu (yaşamın küresel yargıları),
- yaşamın önemli alanlarından alınan doyum (örn. İş doyumunu),
- olumlu etki (çok hoş duygular ve ruh halleri) ve

- düşük olumsuz etki düzeyi (birkaç hoş olmayan duygu ve ruh hali) (Diener,2000:34).

Tablo 2. 2. Öznel İyi Oluşun Bileşenleri

Olumlu Duygu	Olumsuz Duygu	Yaşam Doyumu	Alan Doyumu
Haz	Suçluluk ve Utanç	Yaşamı değiştirme isteği	İş
Sevinç	Üzüntü	Şimdiki yaşamdan alınan	Aile
Hoşnutluk	Kaygı ve Kuruntu	doyum	Boş zaman etkinlikleri
Gurur	Öfke	Geçmiş yaşamdan alınan	Sağlık
Sevgi	Stres	doyum	Gelir
Mutluluk	Depresyon	Gelecek yaşamdan	Benlik
Coşku	Kıskançlık	alınacak doyum	Bireyin Grubu
		Önemli diğer kişilerin bireyin yaşamı hakkındaki görüşleri	

Kaynak: Öznel İyi Oluşun Bileşenleri (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bir araştırmada, kültürler arasında öznel iyi oluşun farklı anlamları araştırılmıştır. Örneğin; 30 ülkede mutluluğun sözlük analizi yapılmıştır. Bu çalışmada, (örneğin, glück'ün Almanca tanımı, Japonca 幸福' in sözlük tanımı), bu ülkelerin 24'ünde (%80) (örneğin, Japonya, Kore, Çin, Rusya, Norveç) mutluluğun kelimenin tam anlamıyla 'iyi şans ve kısmet' kelimelerini ifade ettiği; yalnızca Amerika Birleşik Devletleri, İspanya, Arjantin, Ekvador, Hindistan ve Kenya'daki tanımlarda mutluluk kelimesinin şans veya kısmeti ifade etmediği görülmüştür. Aynı çalışmada dilde bile bu farklılığın olduğu belirtilmiştir. Mesela, Avustralya İngilizcesi iyi şans ve kısmet tanımına sahipken, Amerikan İngilizcesinde bu tanım yoktur. Aynı şekilde, Guatemalada mutluluğun tanımı iyi şans ve kısmet içerirken, İspanyol, Arjantin ve Ekvadorda mutluluğun tanımlarında yoktur. Araştırmacılara göre, mutluluğun sözlük tanımı bu nedenle yalnızca dilsel mirası değil aynı zamanda yerel tarihi ve kültürü yansıtır gibi görünmektedir (Oishi ve ark., 2013: 5).

Başka bir çalışmada ABD'de mutluluğu bireyler, hayatta mümkün olan en yüksek değer, hayattaki en büyük amaç, hedef, yaşamın anlamı olarak tanımlarken; Çinde fail insan kavramı kader tarafından belirlenmektedir. Şu Çince deyiş, şansa dayalı mutluluğu yansıtmaktadır: "İnsan işini yaptığında, gerisi cennete kalmış" (Oishi ve ark., 2013: 284-286).

Başka bir çalışmada; mutluluğun iyi şans ve kısmet olarak görüldüğü ülkelerde bireyler, kısmen de mutluluktan korkma eğilimindedirler; çünkü mutluluğu mutsuzluğun takip edeceğini düşünmektedirler. Taoizm'e göre, mutluluk sonuçta mutsuzluğa geri dönecektir. Mutluluk korkusunun ortak nedenlerinden biri, diğer insanlardan gelecek rekabet veya kıskançlık korkusudur. Ayrıca daha yüksek düzeyde mutluluk korkusu olan kültürlerde mutluluk korkusunun toplumsal sinizmle de yüksek ilişkisi bulunmuştur. Mutluluk korkusu, mutluluğun

her zaman bitmekte olduğunu ve mutluluğun kırılğan olduğunu vurgulamaktadır (Joshano ve ark., 2013; 2-3-13).

Özetle, kültür ve öznel iyi olma araştırmaları, öznel iyi olmanın ortalama seviyelerinin ve tahminlerinin kültürler arasında değiştiğini ve değişimin ulusların ve / veya kültürel değerler ve normların zenginliği ile sistematik olarak ilişkili olduğunu göstermiştir. Son araştırmalar, kültürler arasında öznel iyi olmadaki bazı önemli kavramsal farklılıkları vurgulamaktadır, bu da daha yüksek mutluluğa giden bir yolun kültürler arasında farklılık gösterebileceğini belirtmektedir (Diener ve ark., 2018).

Yaşam olaylarının ve iyi olma sıklığının incelendiği kültürler arası bir çalışmada ise(Oishi ve ark.,2007), olumlu olayların etkisinin Asyalı Amerikalılar, Japonlar ve Koreliler için Avrupalı Amerikalılardan daha güçlü olduğu bulunmuştur. Aynı çalışma ayrıca bireylerin mutluluk seviyeleriyle ilgili açıklamalar da getirmiştir. Çalışmaya göre; küresel yaşam memnuniyeti arttıkça, her olumsuz olayın gücü de artar. Böylece bireyler her olumsuz olayı azaltmak için daha fazla olumlu olaylara ihtiyaç duyarlar. Ne yazık ki, elektrik kesintileri, araba lastiklerinin patlaması ve ulaşım araçlarının gecikmeleri gibi birçok olumsuz olay önlenemez niteliktedir. Yaşamlarından memnun bireylerin zaten birçok olumlu olay yaşadıklarından, olumlu-olumsuz olay oranını artırarak “çok memnun” a geçmeleri çok zordur. Birey, yaşadığı olumlu olayların sıklığını arttırmayı başarsa bile, bu artışa daha da güçlü bir olumsuzluk yanlılığı eşlik eder. Bu yanlılık en yüksek derecede iyi olmanın sonuna doğru o kadar güçlüdür ki o noktaya ulaşmak neredeyse imkansızdır. Ek olarak, olumsuz veya tehdit edici olaylar, güçlü ve hızlı fizyolojik, bilişsel, duygusal ve sosyal tepkileri uyandırır ve bireyler bu olayı aşmak için çok fazla enerji harcarlar. Bu nedenle önceki refah seviyelerini aşmak için yeterli enerjiye veya kaynağa sahip olmayabilirler (Taylor, 1991).

2.3.1. Öznel İyi Olma Kuramları

2.3.1.1. Ereksel Kuram (Telik/Kaynak Teorileri)

Erek kuramı insanların ihtiyaçlarının, arzularının ve hedeflerinin karşılandığı ölçüde yaşamlarından doyum aldıkları fikrine dayanır. Bu kuram, temel ihtiyaçların, isteklerin ve hedeflerin doyumunun, yüksek düzeyde öznel iyi olmayı sağlayacağını ve temel ihtiyaçların doyumsuzluğunun düşük öznel iyi olma seviyelerine yol açacağını varsaymaktadır. Birçok boylamsal çalışma, bireylerin hedeflerine ulaştığında, yaşamlarından daha memnun olduklarını göstermektedir. Ek olarak, bu yaklaşım, ABD'nin çok zengin bireylerinin neden yaşamlarından

Amişlerden² daha fazla doyum almadıklarını da açıklamaktadır. Çok zengin birinin mutlu olmak için daha lüks bir yaşam tarzına ihtiyacı vardır, Amiş ise ihtiyaçlarının karşılandığını hissetmek için daha azına ihtiyaç duyar. Bu açıklama, öznel iyi olmanın kaynak teorisi ile tutarlıdır, çünkü insanlar kişisel ihtiyaçlarını ve isteklerini yerine getirmek için yeterli maddi, bilişsel, ruhsal ve / veya ilişkisel kaynaklara sahip oldukları ölçüde yaşamlarından doyum alırlar (akt.,Diener ve ark.,2018).

Diener'in (1984) telik teorileri olarak adlandırdığı şeye göre, bireylerin davranışları en iyi şekilde hedefleri incelenerek anlaşılabilir. Bireyin sahip olduğu hedef türleri, hedeflerinin yapısı, hedeflerine ulaşma başarısı ve hedeflerine doğru ilerleme hızı, herkesin duygularını ve yaşam memnuniyetini etkileyebilir. Genel kavramsal model, insanların hedeflere doğru ilerlerken olumlu yönde tepki gösterdiğini ve hedeflere ulaşamadığında olumsuz tepki verdiğini belirtmektedir (Diener, ve ark., 1999: 284).

Ereksel kuram, insanın eylemlerinin amaç yönelimli olduğunu ve bu durumun insanı biçimlendirdiğini ve ona bir örüntü kazandırdığını vurgulamaktadır (Yetim, 2011).

2.3.1.2.Tabandan Tavana ve Tavandan Tabana Kuramları

Tabandan tavana ve tavandan tabana kuramları öznel iyi olmayı açıklayan kuramlardandır. 1984 incelemesinde Diener, öznel iyi olmayı etkileyen tabandan tavana ve tavandan tabana süreçleri arasında ayrım yapmıştır (Diener, 1984: 565).

Tabandan tavana yaklaşım, Wilson'un temel ve evrensel insani ihtiyaçlar olduğu ve bireyin koşulları bu ihtiyaçları karşılamasına izin veriyorsa, mutlu olacağı fikri üzerine kuruludur (Diener, ve ark., 1999). Yani mutlu yaşam, mutlu anların toplamından ibarettir. Birey anlık haz ve acılarının muhasebesini yaparak, kendini mutlu veya mutsuz görür (Yetim, 2011).

Tavandan tabana kuramına göre, öznel iyi olma kişinin küresel bir özelliğidir ve bu özellik kişinin karşılaştığı olaylara (olumlu-olumsuz) tepkilerini belirler. Başka bir ifadeyle, bireyin genel bir yaşam doyumunun olması onun yaşamın farklı alanlarında (iş, fiziksel, sağlık, özel yaşam vb.) elde ettiği doyumunu etkilemektedir(Deneve &Cooper, 1998).Başka bir ifade ile, bireyküçük hazzardan zevk alır; çünkü mutludur. Tavandan tabana kuramı Kant'ın felsefi görüşü üzerine temellenmektedir. Üst seviyede öğeler arasındaki neden-sonuç ilişkisi, düşük seviyedeki ilişkilere yansır (Yetim, 2011).

² Amiş; ABD'nin Pensilvanya ve Ortabatı eyaletlerinde yoğun olarak yaşayan tutucu bir Hristiyan mezhebi olarak bilinmektedir. Basit bir yaşamı benimsemektedirler. Ayrıca Amişler, telefon, otomobil, elektrik gibi modern yaşamda kullanılan teknolojik aletleri kullanmazlar.

2.3.1.3. Dinamik Denge Teorisi

Headey ve Wearing (1989) tarafından öne sürülen bir teoridir. Teori, öznel iyi olmanın bireyin kişilik ve mizacının etkisiyle belli bir seviyede seyrettiğini belirtmektedir. Teoriye göre normal yaşam olayları bireyin öznel iyi olma düzeylerini değiştirmemektedir, yalnızca normalden farklı olan yaşam olayları bireyin öznel iyi olmasında değişikliğe sebep olmaktadır. Birey, normalin dışında olumlu ya da olumsuz bir olay yaşadığında öznel iyi olma düzeyi bu durumdan etkilenmekte, ancak bir süre sonra yine sabit seviyesine ulaşmaktadır (akt. Yavuz, 2006: 35).

Dinamik denge modelinde yaşam olaylarının insanları olayların iyi ya da kötü olmasına bağlı olarak mutlu ya da mutsuz hale getireceği savunulmaktadır. Öznel iyi olma kişilikten etkileniyor ve insanlar zamanla hem iyi hem de kötü olaylara bir dereceye kadar uyum sağlıyor (Diener ve Diener, 2000).

2.3.1.4.Etkinlik Kuramı (Csikszentmihalyi'nin Akış Kuramı)

Etkinlik ve öznel iyi olma ile ilgili en açık formülasyon akış teorisidir (Csikszentmihalyi, 1975). Zorluklar, kişinin beceri seviyesiyle eşleştğinde etkinlikler zevkli olarak görülür. Bir faaliyet çok kolaysa, can sıkıntısı gelişir; fakat eğer çok zor olursa, kaygı ortaya çıkacaktır. Bir kişi yoğun konsantrasyon gerektiren ve kişinin becerilerinin ve görevin zorluğunun eşit olduğu bir faaliyete karıştığında, zevkli bir akış deneyimi ortaya çıkacaktır. İnsanların yaşamları, ilginç ve ilgili faaliyetlerde bulundukları ölçüde daha mutlu olacaktır. Hedef teorisyenlerinin aksine, etkinlik teorisyenleri mutluluğun uç noktalara ulaşmaktan ziyade davranışlardan kaynaklandığını öne sürerler. Bununla birlikte, iki fikir mutlaka uyumsuz değildir ve bu nedenle muhtemelen birbiriyle bütünleşmiş kuramlardır (Diener, 1984: 564).

2.3.1.5. Bağ Kuramları

Bağ kuramları; belleğe, koşullanmaya ve bilişsel ilkelere dayanır (Yetim, 2001: 261). Mutluluğa giden genel bir bilişsel yaklaşım, bellekteki çağrışımsal ağlarla ilgilidir. Bellek ağları üzerine araştırmalar, bireylerin zengin bir olumlu çağrışımsal ağı ve daha sınırlı ve izole edilmiş bir olumsuz çağrışımsal ağlar geliştirebileceğini göstermektedir. Bu kurama göre mutlu bireylerde daha fazla olay veya fikir mutlu fikirleri ve duyguları başlatır. Bu nedenle, bu tür ağırlıklı olarak olumlu bir ağı sahip bir bireyin, daha fazla olaya olumlu bir şekilde tepki vermesine karar verilecektir (Diener, 1984: 566). Tersine mutsuz bireylerin birbirlerine

olumsuz ilişkilerle bağlı, sınırlı ve yalıtılmış ağırlara sahip oldukları ortaya çıkmıştır (Yetim, 2001: 261).

2.3.1.6. Yargı Kuramları

Yargı teorileri, mutluluğun bazı standart ve gerçek koşullar arasındaki bir karşılaştırmadan kaynaklandığını varsayar. Gerçek koşullar standardı aşarsa, mutluluk ortaya çıkar. Yargı teorileri genellikle hangi olayların olumlu veya olumsuz olacağını tahmin etmese de, olayların üreteceği etkinin büyüklüğünü tahmin etmeye yardımcı olurlar. Örneğin, sosyal karşılaştırma teorisinde birey, diğer insanları standart olarak kullanır. Bu teoride, bir kişinin kendini karşılaştırdığı diğerlerinden daha iyi görmesi durumunda, bu kişi hayatında mutlu olacaktır. Fakat, kişi kendini karşılaştırdığı diğerlerinden daha kötü görürse bu kişi mutsuz olacaktır. Bir başka yargı kuramı olan uyum kuramında ise, bir kişinin geçmiş yaşamı standardı olarak kullanılır. Bireyin mevcut yaşamı bu standardı aşarsa, o kişi muhtemelen mutlu olacaktır. Fakat bireyin mevcut yaşamı geçmiş standardını aşamazsa, kişi mutsuz olacaktır (Diener, 1984:566-567).

2.3.2. Öznel İyi Olmayı Etkileyen Faktörler

Öznel iyi olmayı destekleyen veya etkileyen faktörler genetikten toplumsal koşullara kadar uzanmaktadır (Diener, Oishi ve Tay, 2018).

Kişilik; Kişilik, öznel iyi oluşun en güçlü ve en tutarlı yordayıcılarından (Diener ve Lucas, 1999). Öznel iyi olma ile ilgili en teorik ve deneysel olarak çalışılan dikkati çeken özellikler dışa dönüklük ve nevroziktir (Diener ve Suh, 1999).

Lucas, Diener, Grob, Suh ve Shao (2000) güçlü dışadönük-hoş etki ilişkisini çalışmıştır: 39 ülkede yaptıkları kültürlerarası çalışmada, dışadönüklük ve hoş etki güçlü bir şekilde ilişkilendirilmiştir. Ayrıca, bu ilişki bireyci ülkelerde ve toplulukçu ülkelerde farklılıklar gösterdi. Toplulukçu ülkelerde bu ilişki anlamlı olarak daha düşüktü.

Watson ve Clark (1984) ise, nörotizm özelliğini olumsuz etkililik olarak yeniden adlandırmış ve olumlu etkililiğin, dışadönüklük özelliğinin geniş bir temelini oluşturduğunu önermişlerdir (Watson ve Clark, 1997). Watson ve Clark, nörotik ve dışadönüklerin sırasıyla olumsuz ve pozitif etki yaşamaya yatkın bir duyarlılığa sahip olduğunu belirtti (akt. Diener ve Suh, 1999).

Costa ve McCrae (1980) ise dışa dönüklüğün olumlu etkiyi, nörotizmin ise olumsuz etkiyi yordadığını; mutlu ve mutsuz kişiliklerin olduğunu, daha dışa dönük bireylerin daha mutlu oldukları yerlerde bulunduklarını ve daha az kaygılı ve endişeli insanlarla birlikte olduklarını

belirtmektedir. Aynı zamanda, kalıtım derecesi tahminleri de öznel iyi olmanın yaklaşık %60 ile %70'inin çevresel etkilere atfedilebileceğini göstermektedir. Dolayısıyla, öznel iyi olmayı artırabilen veya azaltabilen birçok kontrol edilebilir faktör vardır (Diener, Oishi ve Tay, 2018).

Genetik;Öznel iyi olmanın genetiğe dayandırılabilirdiği gösterilmiştir ve orta derecede kalıtsaldır, geçmiş meta-analizlerde .38 ile .40 olan ortalama kalıtım derecesi tahminleri şu an .32 ile .41 arasındadır. Bu tahminler, öznel iyi olmada bireysel farklılıklardaki varyansın yaklaşık %30 ila %40'ının genetik etkilere dayandırılabilirdiğini göstermektedir (akt., Diener, Oishi ve Tay, 2018).

Genetik ve öznel iyi olma ile ilgili yapılan bir başka çalışmada; 79 tek yumurta ikizi ve 48 çift yumurta ikizi ilk olarak 20 yaşında iken daha sonra 10 yıl sonra 30 yaşındayken iyi oluşları arasındaki korelasyon ölçülmüştür. Bulgulara göre, ikizlerin iyi olma ile arasındaki korelasyon çift yumurta ikizlerinde ,07; tek yumurta ikizlerinde ise .50'dir. Bu sonuç, yetişkin mutluluğunun genetik faktörlerden etkilendiğini göstermektedir (Lykken ve Tellegen, 1996: 188).

Gelir;Mutlak bir standart olan gelir öznel iyi olma için temel ve psikolojik ihtiyaçların karşılanmasını sağladığı için önem verilen konulardan biridir (Tay ve ark., 2018: 2).

Diener, Horwitz ve Emmons (1985), çalışmalarında ABD'de geliri 125 milyon ABD dolarını aşan çok zengin bireyler ile çok varlıklı olmayan bireyleri karşılaştırmıştır. Sonuçlara göre zengin insanların daha mutlu oldukları görülmüştür fakat etkileri küçüktür.

Başka bir görüşe göre gelirdeki artışlar mutluluğu çok az etkilemektedir. Eğer bir ülke ilımlı bir ekonomik refah düzeyine ulaşmışsa, toplumun daha da zenginleşmesi nedeniyle öznel iyi olmada çok az artış görülür. Kenya'daki Masai'den, Amerika'daki Amish'e, Grönland'daki fok avcılarına kadar basitçe basit bir yaşam tarzı yaşayan gruplar üzerinde araştırmalar - yüzme havuzlarının, bulaşık makinelerinin ve Harry Potter'ın olmamasına rağmen bu toplumların pozitif düzeyde öznel iyi oluşlar sergilediğini göstermektedir. Giderek artan araştırmalar, materyalizmin aslında mutluluk için toksik olabileceğini düşündürmektedir. Bu çalışmada, sevgiden daha çok paraya değer verdiklerini bildiren insanlar, hayatlarında sevgiyi tercih edenlerden daha az memnun kaldılar. Sonunda, paraya sahip olmak büyük olasılıkla mutluluğa hafifçe faydalı olurken, büyük bir hedef olarak paraya odaklanmak zararlıdır (Biswas-Diener, Diener ve Tamir, 2004: 23-24).

Yaşam Koşulları:Doğal insani ihtiyaçların karşılanmasının yanı sıra, yaşam koşullarının da öznel iyi olmayı etkilediği gösterilmiştir (Diener,Oishi ve Tay, 2018).

Mesela, pek çok kişi, çocuk sahibi olmanın onları daha mutlu edeceğine inanmasına rağmen, çocuk sahibi olmak, özellikle hane halkı geliri, eğitim, dindarlık ve sağlık açısından istatistiksel olarak kontrol edildiğinde, daha yüksek düzeyde öznel iyi olma ile ilişkili görünmemektedir (Deaton ve Stone, 2013: 1330).

Kapsamlı kanıtlar küçük çocukların ebeveynlerinin özellikle olumsuz duygular, depresyon ve azaltılmış bilişsel işlev ile ilişkili olan uyku bozuklukları yaşamaya eğilimli olduğunu göstermektedir. Çocuk sahibi olma ile mutluluk arasındaki ilişki uyku bozukluğu gibi diğer faktörlerden de etkilenmektedir (Nelson ve ark., 2013: 31).

İnsanlar evlenmeden bir yıl önce tipik olarak daha mutlu olur ve evlilikten sonra da mutlu kalırlar. Ancak, ortalama olarak insanlar birkaç yıl sonra evlilik öncesi başlangıç seviyelerine geri dönmektedir. Bu analiz insanların evliliğe uyum sağladığını göstermektedir (Lucas ve ark., 2003: 532).

Bu nedenle, öznel iyi olmanın değişen kişisel koşullara karşı hassas olduğu belirtilmektedir (Luhman ve ark., 2012).

Toplum ve Toplumsal Faktörler: Toplum ve toplumsal faktörler de öznel iyi olma ile ilişkilidir. Geerling ve Diener (2018), dünyadaki büyük ve temsili bir örneklemde, öznel iyi olma üzerindeki çeşitli etkilenimlerin etki boyutlarını inceledi. Yaşam doyumunda milletler arasındaki farklar gibi belirli etkilerin çok büyük olduğunu bulmuşlardır.

Ulusal gelir veya kişi başına düşen gayri safi milli hasıla gibi ekonomik faktörler, özellikle ekonomik kazançlar vatandaşların ihtiyaçlarını gidermeye çevrildiğinde, zaman zaman enine kesitte/tipik örnek öznel iyi olma ile ilişkilendirilmiştir.

Düşük adaletsizlik, daha fazla siyasi özgürlük ve düşük yolsuzluk gibi sosyopolitik faktörler de öznel iyi olma ile ilişkilidir (akt., Diener, Oishi ve Tay, 2018).

Öznel iyi olma; ekonomik, sosyopolitik ve doğal ortamların arzu edilebilirliğinin önemini bir bütün olarak ortaya koymaktadır. Bulgular (Diener ve Oishi, 2015), gelir güvenliği programları, sağlık güvenliği ve temiz ve yeşil bir çevre gibi mutlu toplumları karakterize eden bazı özellikleri vurgulamaktadır. Ayrıca, yeşil alanlar imar edilmesi ve işe gidilmenin azaltılması gibi toplumların uygulaması gereken belirli politikalara da işaret etmektedir (Diener, Oishi ve Tay, 2018).

2.4. Yaşam Doyumu

Öznel iyi olma; mutluluk, yaşam doyumu, hedonik denge gibi farklı bileşenlerden oluşur. Aynı zamanda bireylerin anlık deneyimleri dahil tüm yaşamlarıyla ilgili küresel yargılarını içerir. Öznel iyi olma araştırmaları son yıllarda bilimsel literatürde daha popüler hale gelmiştir. PsychInfo veritabanında “mutluluk” için yaklaşık 4.000 çalışma listelenirken “yaşam doyumu” başlığı altında 4.000'in üzerinde çalışma listelenmiştir. Öznel iyi olma boyutunun negatif boyutunda olan, “kronik depresyon” ile ilgili ise 30.000'den fazla çalışma ve “stres” ile ilgili ise yaklaşık 40.000 çalışma listelenmektedir (Prieto ve ark., 2005).

İnsanın iyi olmayı, mutluluğu anlama ve keşfetme çabası; ilk çağlardan bu yana sürmektedir. Hayatının hazla ve olumlu duygularla renklenmesini, zenginleşmesini hemen hemen her bireyin arzulamaktadır. Diğer yandan hayatın acı, keder, elem, yoksunluk, engellenme, yas gibi pek çok kötü ögeyi içerdiği de bilinen bir gerçektir. Olumsuz koşullar, bireylerin yaşamlarında sarsıntılara neden olmaktadır. İyi olma karmaşık, çok yönlü bir doğaya sahiptir. Bireylerin iyilik halini ifade eden çok sayıda sözcük ve kavram olduğu bilinmektedir. Mutluluk, haz, doyum, refah, toplumsal iyi olma, yaşam kalitesi, öznel iyi olma bunlar içerisinde önemli olan kavramlardandır. Yaşam doyumu yargısı ise kalıcı zihinsel değerlendirmeleri, bireysel yeterliliklere ilişkin karar vermeleri kapsamaktadır. İlgili zihinsel yargıların kısa süreli etmenlerden etkilenmesi olasılığı daha azdır. Bireyin bütün bir süreçte, yaşanan geniş zaman dilimine ve o arada kendisine ilişkin verdiği bilişsel yargılar, değişkenlikten çok kararlılığa ve tutarlılığa sahiptir. Oluşturulan bir yaşam biçiminin, benliğin, değişmeye dirençli olmasından kaynaklanan, bir doyum tepkisi değişmezliği vardır. Bu nedenle yaşam doyumu tepkilerinin oldukça kararlı olduğu gözlenmektedir. Elbette bu kararlılık görecelidir ve yaşamda, bireyin benliğinde oluşan yeni oluşumlar, yaşam doyumu tepkilerine yansır (Yetim, 2001).

Yaşam doyumu; bilişsel, yargılayıcı bir süreci ifade eder; Shin ve Johnson (1978), yaşam doyumunu “bir kişinin yaşam kalitesini belirlediği ölçütlere göre küresel bir değerlendirme” olarak tanımlar. Memnuniyet yargıları, birinin koşullarının uygun bir standart olarak görünmediği düşünülen şeylerle karşılaştırılmasına bağlıdır. İnsanların mevcut durumlarından ne kadar memnun kaldıklarının değerlendirilmesinin, her bireyin kendisi için belirlediği bir standartla karşılaştırmaya dayandığına dikkat etmek önemlidir; dışarıdan empoze edilmez. Araştırmacı tarafından önem arz eden bazı ölçütlere değil, kişinin kendi yargılarına odaklandığı öznel refah alanının bir işaretidir (Diener, 1984).

Örneğin, sağlık, enerji vb. arzu edilmesine rağmen, bazı bireyler kendilerine farklı değerler koyabilirler. Bu nedenle, genel yaşam doyumu ölçüsünü elde etmek için kişiden belirli alanlardan memnuniyetlerini özetlemek yerine, yaşamlarını genel olarak değerlendirmelerini istememiz gerekir (Diener, E., Emmons R.A, Larsen R.J., ve Griffin S., 1985).

2.5. Olumlu ve Olumsuz Duygu

Olumlu ve olumsuz duygu alanlarının birbirinden bağımsız oldukları, bir sürekliliğin iki ucunu oluşturmadıkları ileri sürülmüştür. Bradburn(1969), hoş ve hoş olmayan duygu alanlarının, iki ayrı değerlendirme boyutu olduğunu ve ayrı kişilik eğilimleri ile bütünleştiklerini bildirmiştir. Bu sonucu destekleyen çok sayıda bulgu vardır. Sonuçta, bireylerin iyi olmalarında, olumlu ve olumsuz duygu alanlarının ayrı etkileri vardır. Öznel iyi olma düzeyi yüksek olan bireyin, yaşam doyumu algısı daha yüksek olup, daha çok hoş duygular, haz duyguları içerisinde

olması ve daha az üzüntü, keder, öfke gibi olumsuz duyguları yaşaması beklenmektedir. Tam tersi iyi olması düşük olan bireyin, yaşamından doyumsuz olması, az düzeyde hoş duygular, haz yaşaması ve daha sık öfke, gerginlik, tedirginlik gibi olumsuz duyguları yaşaması beklenmektedir. Öznel iyi olmanın duygusal öğelerinden hoş duygulanım, kültürel normlardan daha fazla etkilenmektedir. Baker ve arkadaşları (1992), hoş duygunun daha fazla sosyal bir doğayı içerdiğinden, daha çok çevreden etkilendiğini önermişlerdir. Sosyal çevre, olumlu tepkimeyi, hoş duygu bildirmeyi pekiştirmektedir. Buna bağlı olarak bireyler yetişkinliğe doğru ilerledikçe, yaşadıkları olumlu duygu miktarında artmalar gözlenmektedir. Hoş olmayan duygu öğesinin zamana karşı daha kararlı olduğu gösterilmiştir (akt. Yetim, 2011).

Birinin hayatından ne kadar doyum aldığına karar verirken, dünyanın dört bir yanından insanlar, olumlu ve olumsuz duygusal deneyimlerinin sıklığını dikkate almaktadır. Ülkeler genelinde olumlu duygu deneyimlerinin, yaşam doyumu yargılarıyla olumsuz duygu deneyimlerinin iki katı kadar ilişkili olduğu gösterilmektedir (Diener,2000). Bu bulgu olumlu psikoloji ilkelerine uymaktadır (Seligman, Steen, Park ve Peterson, 2005). Olumlu psikolojinin savunucularına göre, pozitif deneyim daha fazla mutluluk ve yaşam doyumu için önemli bir yoldur (örneğin, Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000; Seligman, Parks ve Steen, 2005).

2.6. Mutluluğun faydaları

Son yirmi yılda yapılan iyi olma araştırmaları, mutluluğun etkileri konusundaki anlayışı genişletmiştir. Mutluluk sadece arzulanan bir amaç değil, aynı zamanda diğer iyi amaçlara yönelik bir araçtır. Kapsamlı yeni araştırmalar, mutlu insanlarda aşağıdaki özelliklerin olduğunu gösteriyor(Myers ve Diener,2018);

- a) Güçlü bir bağışıklık sistemi, daha iyi kalp sağlığı ve sağlıklı davranışlar (egzersiz yapma, emniyet kemeri takma) sayesinde daha sağlıklı ve uzun ömürlü olma eğilimi;
- b) Daha iyi ilişkilere sahip olma, daha fazla arkadaş edinme, daha sık evlenme,uzun süre evli kalma ve evliliklerini daha iyi değerlendirmeye;
- c) Daha sosyal ve örgütsel bireyler olma; ve
- d) İşyerinde daha başarılı olma.

Araştırmanın Amacı

Çalışmamızda, bağlam içerisinde birey ele alınmakta ve bireylerin eylemlerinde daha bireyci veya daha bağlamsal olmalarının yaşam doyumlarını ve olumlu-olumsuz duygularını nasıl etkileyeceği merak edilmektedir. Ayrıca, bağlamsalcılık, bireycilik ve öznel iyi olma(yaşam doyumu, olumlu, olumsuz duygu) değişkenleri arasında özerklik, yeterlik ve ilişkililik

değişkenlerinin aracı rollerinin olup olmadığı incelenecektir. Araştırmamızda, kültürel boyutun büyük ölçüde keşfedilmemiş olan bağlamsalcılık yönüne odaklanmakta ve Türkiye gibi toplulukçu bir kültürde bağlamların bireyin ihtiyaçlarına ve öznel iyi oluşlarına etkide bulunacağı öngörülmektedir. Öte yandan küreselleşmenin, kültürlenmenin etkisiyle artan bireyci eğilimlerin, bireysel kararlar almanın, bireylerin yaşam doyumunu ve olumlu-olumsuz duygularını etkileyip etkilemediği ve temel psikolojik ihtiyaçların bu ilişkide bir aracı rolünün olup olmadığının incelenmesi de amaçlanmaktadır. Özetle bağlamlara göre davranmanın etkili olduğu ülkemiz kültüründe, bireyci özelliklerin de gelişiyor olması, bağlamsalcılığın ve bireyciliğin öznel iyi oluş üzerinde etkisini açığa çıkarmamızı gerekli kılmaktadır. Bağlamsalcılık ve bireyciliğin öznel iyi oluşu yordamasında, öz belirleme kuramının öngördüğü evrensel temel psikolojik ihtiyaçların aracılık rolü, ilgili kuramın önermelerini test etmemize de olanak sağlayacaktır.

Araştırmanın Önemi

Üniversite öğrencilerinde, bağlamsalcılık ve yaşam doyumu ile bireycilik ve olumlu-olumsuz duygu arasındaki ilişkileri ve bu değişkenler arasında temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünü tespit etmek toplumumuzda bağlamsalcılık, bireycilik ve öz-belirleme teorisi etkileşimini daha iyi anlamak açısından faydalı olacaktır. Bireycilik-toplulukçuluk ve yaşam doyumu ilişkisi ile bireycilik-toplulukçuluk ve olumlu-olumsuz duygu arasındaki ilişkiler daha önce birçok çalışmada belirlenmiştir. Fakat yeni bir kavram olan bağlamsalcılık ile yaşam doyumu ve bağlamsalcılık ile olumlu-olumsuz duygular arasındaki ilişkiler ve bu ilişkiler arasında temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü daha az çalışılmıştır.

Toplulukçu bir toplum olan ülkemizde bağlamsalcılık değişkeninin etkililiğini test etmek literatüre yeni katkılar sağlayacaktır. Aynı zamanda bağlamsalcılık- bireycilik ve öznel iyi olma değişkenleri arasındaki ilişkileri ortaya çıkarması açısından önemlidir. Literatürü genişletmek açısından bağlamsalcılık, bireycilik, öznel iyi olma ve öz-belirleme teorisi ilişkilerinin daha çok çalışılmasına ihtiyaç vardır.

Hipotezler

- 1) Bağlamsalcılık ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- 2) Bağlamsalcılık ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasındaki ilişkiye temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) aracılık etmektedir.

- 3) Bireycilik ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasında bir ilişki vardır.
- 4) Bireycilik ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasındaki ilişkiye temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) aracılık etmektedir.
- 5) Temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- 6) Bağlamsalcılık ve temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- 7) Bireycilik ve temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) arasında anlamlı bir ilişki vardır.
- 8) Bağlamsalcılık ve bireycilik arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Araştırma Soruları

Bu araştırmanın temel soruları;

- 1) Bağlamsalcılık ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 2) Bağlamsalcılık ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasındaki ilişkiye temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) aracılık etmekte midir?
- 3) Bireycilik ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasında bir ilişki var mıdır?
- 4) Bireycilik ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasındaki ilişkiye temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) aracılık etmekte midir?
- 5) Temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) ve öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 6) Bağlamsalcılık ve temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 7) Bireycilik ve temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik, ilişkili olma) arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- 8) Bağlamsalcılık ve bireycilik arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Sınırlılıklar

1. Araştırma yalnızca Mersin Üniversitesi'nde öğrenim gören 362 öğrenci ile sınırlıdır. Bu durum araştırmanın genellenebilirliğini sınırlamaktadır.

2. Çalışmada öz bildirim ölçekleri kullanılacağından ölçümlerde sosyal beğenirlik yönünde cevap alınması problemi doğabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.
3. Çalışma, bağlam gibi geniş ve kapsamlı bir konuyu ölçtüğü halde, sadece üniversite bağlamında ölçüm yapılması araştırmayı sınırlandırmaktadır.
4. Çalışmamız deneysel olmadığı için değişkenler arasında neden-sonuç ilişkisi kurulamamaktadır.

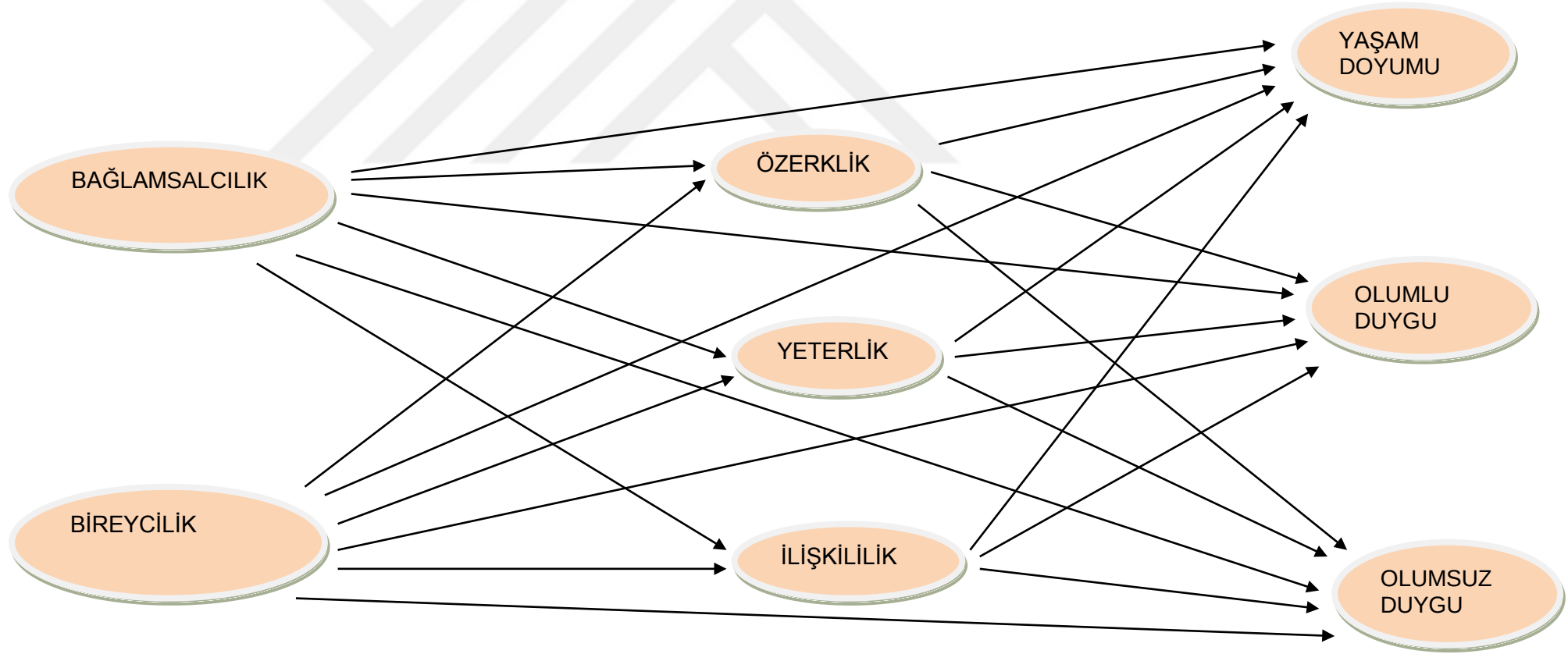


3. YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin bağlamsalcılık ve bireycilik ile öznel iyi olma arasındaki ilişkileri ve temel psikolojik ihtiyaçların aracılık edip etmediğini sınamak için yapılan bir araştırmadır. Araştırmamızda, bağlamsalcılık ve bireycilik değişkenleri bağımsız değişkenlerdir. Yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duygu ise bağımlı değişkenlerdir. Temel psikolojik ihtiyaçlar olan özerklik, yeterlik ve ilişkililik ise aracı değişkenlerdir.





Şekil 3. 1. Yapısal Eşitlik Modeli

3.2. Katılımcılar

Araştırmamızda ilk olarak veri temizleme yapılmıştır. 369 kişiden oluşan veri setimizde, veri temizleme sonucunda uç değer olan 7 kişi araştırmadan çıkarılmıştır. 362 öğrencinin verisi ile çalışmaya devam edilmiştir.

Mersin Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan 17-30 yaş aralığındaki 362 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların 219'u(%60.5) kadın, 143'ü(39.5) erkektir.

Katılımcıların 60'ı(%16.6) psikoloji, 66'sı(%18) sosyoloji, 49'u(%13.4) elektrik-elektronik mühendisliği, 38'i(%10.5) sağlık yönetimi, 43'ü(%11.7) diş hekimliği, 52'si(%14.4) maliye, 20'si(%5.5) bilgisayar mühendisliği, 8'i(%2.2) radyo, televizyon, sinema, 1'i(%0.3) felsefe ve 25'i(%6.8) tıp bölümlerinin öğrencilerinden oluşmaktadır.

Tablo 3. 1. Katılımcıların Cinsiyet, Yaş ve Bölümlerinin Ortalamaları ve Standart Sapmaları

	N	$\bar{X}$	SS
Cinsiyet	362	1.39	0.48
Yaş	362	21.07	1.92
Bölüm	362	4.09	2.54

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmamızda, öğrencilerin demografik bilgilerini toplamak için araştırmacının hazırladığı “Demografik Bilgi Formu” kullanılacaktır. Bağlamsalcılığı ölçmek için Bağlamsalcılık Ölçeği, Bireyciliği ölçmek için INDCOL Ölçeğinin bireycilik ile ilgili maddeleri, Temel Psikolojik İhtiyaçları ölçmek için İhtiyaç Doyumu Ölçeği, Yaşam doyumunu ölçmek için Yaşam Doyumu Ölçeği ve Olumlu-Olumsuz duyguyu ölçmek için PANAS (Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği) kullanılacaktır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların cinsiyet, yaş ve bölümlerine ilişkin bilgileri toplamak için “Demografik Bilgi Formu ” kullanılmıştır. Demografik Bilgi Formunda katılımcılara araştırmanın amacı ve ölçekleri nasıl dolduracaklarına ilişkin bilgiler verilmiştir. Demografik Bilgi Formu Ek- 1’de sunulmuştur.

3.3.2. INDCOL Ölçeği (Bireycilik Boyutu)

INDCOL Ölçeği, Singelis ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilmiş ve daha sonra Triandis (1995) ve Triandis ve Gelfand (1998) tarafından değiştirilmiştir. Ölçek, bireycilik ve toplulukçuluk boyutlarını yatay bireycilik, yatay toplulukçuluk ve dikey bireycilik, dikey toplulukçuluk şeklinde ayırarak ölçmektedir. Ölçek, 0-5 arası Likert tipi bir ölçek olup 32 maddeden oluşmaktadır. Yatay bireycilik alt ölçeği için Cronbach Alpha=.67, dikey bireycilik için .74 ve yatay toplulukçuluk için .74, dikey toplulukçuluk için .68 olarak bulunmuştur. Çalışmamızda, INDCOL ölçeğinin en yüksek faktör yüküne sahip olan yatay bireycilik ve dikey bireycilik maddelerini ölçen 8 maddesi kullanılmıştır (Li ve Aksoy, 2007).

Bireycilik ölçeği için güvenilirlik analizlerinden önce, ölçekte bulunan her madde için madde toplam test korelasyonu analizi yapılmıştır. Analizlere göre, tüm maddelerin toplam puan ile olan korelasyonları $r=.20$ 'nin üzerinde olduğundan ölçekte maddeler çıkartılmadan güvenilirlik analizi yapılmıştır.

Mevcut çalışmada, Bireycilik Ölçeğinin güvenilirlik katsayıları, 1.faktör için .68 ve 2.faktör için .61'dir. 8 maddeyi kapsayan güvenilirlik analizinde toplam test için Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .70 olarak bulunmuştur.

Çalışmamızda bireycilik ölçeğinin yapı geçerliliğini ölçmek için faktör analizi yapılmıştır. Analizlerde; toplam varyansın %54,264'ünü açıklayan, 7 maddeli, öz değeri 1'in üzerinde olan 2 faktörün olduğu görülmüştür($KMO=.72$; Bartlett Testi₍₃₆₂₎=425,863, $p<001$). Fakat bu durum ölçeğin yapısına zarar verdiğinden ölçek, orijinal çalışmada olduğu gibi 8 maddeli iki faktörlü bir analize tabi tutulmuştur. Yapılan Varimax analizleri sonucunda, varyansın %50,190'ını açıklayan, 8 maddeli, iki faktörlü bir yapı elde edilmiştir($KMO=.73$; Bartlett Testi₍₃₆₂₎=505,516, $p<001$) (Tablo 4).

Tablo 3. 2. Bireycilik Ölçeğinin Faktör Analizi Bulguları

Maddeler	Faktör 1	Faktör 2
6.Çoğu zaman kendime güvenirim; nadiren başkalarına güvenirim.	,748	
3.Başkalarına güvenmektense kendime güvenirim.	,724	
5.Başkalarından bağımsız bireysel kimliğim benim için çok önemlidir.	,664	
1.Çoğu kez, içimden geleni başkalarına aldırış etmeden yaparım.	,644	
4.Başka birisi benden daha başarılı olduğu zaman kendimi gergin ve kamçılanmış hissedirim. ,754		
7.İşimi başkalarından daha iyi yapmak benim için önemlidir.		,666
8.Rekabet, doğanın kanunudur.		,639
2.Kazanmak her şeydir.		,605

3.3.3. Bağlamsalcılık Ölçeği

Owe ve ark. (2013) tarafından geliştirilen bağlamsalcılık ölçeği kültürel kolektivizmin altını çizdiği düşünülen kişilik hakkındaki inançlara değinmektedir. Bir insanın tanımlanmasındaki sosyal ve bağlamsal niteliklerin önemi hakkındaki inançları ölçmektedir. Ölçek, örneğin, “Bir insanı iyi tanımak için ailesini bilmemiz gereklidir” ve “Bir insanın geldiği yeri bilmeden de onu iyi şekilde tanıyabiliriz” gibi ifadeleri içeren 6 maddeden oluşmaktadır. Araştırmacılar tarafından ölçeğe ‘Ne kadar uğraşırsa uğraşsın insan bazı durumları tersine çeviremez’, ‘Bir insanın içinde bulunduğu şartları bilmeden davranışlarının sorumluluğunu ona yüklememek gerekir’ ve ‘Bir insanın karşı karşıya geldiği sonuçları ortaya çıkaran durumlar vardır’ gibi ifadeleri içermektedir. Ölçek, 1 (hiç katılmıyorum) ile 6 (tamamen katılıyorum) arasında değişen 6 puanlık Likert tipi bir ölçektir. Owe ve ark. (2013) tarafından yapılan kültürlerarası çalışmada Türkiye örneklemi için, 6 madde ile yapılan güvenirlik analizinde toplam test için Cronbach Alfa güvenirlik kat sayısı .46 olarak bulunmuştur. Becker, M. ve arkadaşları(2012) tarafından yapılan çalışmada ise ölçeğin güvenirliği cronbach alpha=.75 olarak belirtilmiştir. Analizlerimize geçmeden önce güvenirlik katsayısını yükseltmek için ölçeğe 3 madde daha eklenmiş, ölçek 9 maddeye yükseltilmiş ve Mersin Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan 112 üniversite öğrencisine bağlamsalcılık ölçeği

uygulanmıştır. Ön çalışmamızın sonuçlarına göre, 9 madde ile yapılan güvenirlik analizinde toplam test için Cronbach Alfa güvenirlik kat sayısı .65 olarak bulunmuştur.

Çalışmamızda, İngilizce formu 6 maddeden oluşan ancak şimdiki araştırmada 3 madde eklenerek 9 maddeye çıkartılan Bağlamsalcılık Ölçeği aynı zamanda 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (kesinlikle katılıyorum) arasında değişen 5 puanlı likert tipi bir ölçeğe çevrilmiştir. Bağlamsalcılık ölçeğinin güvenirlik analizlerinden önce, ölçekte bulunan her madde için madde toplam test korelasyonu analizi yapılmıştır. Analizlere göre, tüm maddelerin toplam puan ile olan korelasyonlarının $[r=-.053; p<.01$ (madde 2)] ile $[r=.469; p<.01$ (madde 9)] arasında değiştiği görülmüştür. Tüm maddelerin toplam puan ile olan ilişkileri arasında 3 madde $r=.20$ 'nin altında olduğundan ölçekten 2. ($r=-.053; p<.01$), 7. ($r=.105; p<.01$) ve 8. ($r=.104; p<.01$) maddeler çıkarılmıştır, daha sonra güvenirlik analizlerine geçilmiştir.

Araştırmamızda, 6 maddeyi kapsayan güvenirlik analizlerinde toplam test için Cronbach Alfa güvenirlik kat sayısı .71 olarak bulunmuştur.

Çalışmamızda bağlamsalcılık ölçeğinin yapı geçerliliğini sınamak için faktör analizi yürütülmüştür. Analizler sonucunda; toplam varyansın %48,992'sini açıklayan, 4 maddeli, öz değeri 1'in üzerinde olan 1 faktörün olduğu görülmüştür ($KMO=.68$; Bartlett Testi₍₃₆₂₎=217,946, $p<.001$). Fakat bu durum ölçeğin yapısına zarar verdiğinden ölçek, orijinal çalışmada olduğu gibi 6 maddeli tek faktörlü bir analize tabi tutulmuştur. Yapılan Varimax analizleri sonucunda, varyansın %41,986'sını açıklayan, 6 maddeli, tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir ($KMO=.71$; Bartlett Testi₍₃₆₂₎=424,881, $p<.001$) (Tablo 3).

Tablo 3. 3. Bağlamsalcılık Ölçeğinin Faktör Analizi Bulguları

Maddeler	Faktör 1
9. Bir insanın ailesini tanımadan da onu iyi şekilde tanıyabiliriz.	,786
6. Bir insanın geldiği yeri bilmeden de onu iyi şekilde tanıyabiliriz.	,729
5. Bir insanı iyi tanımak için ailesini bilmemiz gereklidir.	,665
3. Bir insanı iyi tanımak için geldiği yer hakkında bilgi sahibi olmamız gereklidir.	,641
4. Bir insanın sosyal konumunu bilmeden de onu iyi şekilde tanıyabiliriz.	,633
1. Bir insanı iyi tanıyabilmek için, hangi sosyal gruplara üye olduğunu bilmek gereklidir.	,343

3.3.4. İhtiyaç Doyumu Ölçeği

Öz belirleme teorisine dayanan temel psikolojik ihtiyaçlar değişkenimiz Deci ve Ryan (1991) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlama çalışması Bacanlı ve Cihangir-Çankaya (2003) tarafından yapılan 21 maddelik 'İhtiyaç Doyumu Ölçeği' kullanılarak ölçülecektir. Bu ölçek özerklik, yeterlik ve ilişkili olma olmak üzere üç alt boyutu ölçmektedir. Özerklik alt ölçeğinde 6, yeterlik alt ölçeğinde 6 ve ilişkili olma alt ölçeğinde 9 madde bulunmaktadır. Ölçek 7'li likert tipinde olup cevaplar 'Hiç doğru değil' ve 'Çok doğru' arasında değişmektedir. Ölçek, 'Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar verme özgürlüğümün olduğunu hissediyorum', 'Hayatımda ne kadar yetenekli olduğumu gösterme şansını bulamıyorum' ve 'Yakın olduğum çok fazla insan yok' gibi maddelerden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan bireylerin temel psikolojik ihtiyaçların doyurulduğunu, düşük puanlar ise bireylerin ihtiyaç doyumlarının düştüğünü göstermektedir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanırken yapılan güvenirlik çalışmalarında; test-tekrar test güvenirlik katsayısı, iç tutarlık katsayısı ve madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. 138 öğrenciye iki hafta arayla iki kez uygulanmıştır. İhtiyaç Doyumu Ölçeğinin toplamına ve alt ölçeklerine dair güvenirlik katsayıları bulunmuştur. Ölçeğin toplam puana ve alt ölçeklere yönelik iç tutarlık katsayıları ise toplam 250 öğrenci üzerinde Cronbach Alpha yöntemiyle hesaplanmıştır. Ölçeğin iki hafta arayla uygulanmasıyla elde edilen korelasyon .89; özerklik alt ölçeği için .82, yeterlik alt ölçeği için .80, ilişkili olma alt ölçeği için ise .81'dir. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları Özerklik Alt Ölçeği için .71, Yeterlik Alt Ölçeği için .60, İlişkili Olma Alt Ölçeği için .74 ve toplamda İhtiyaç Doyumu Ölçeği için ise .83'dir. Ölçeğin madde-toplam korelasyonları değerleri .33 ile .64 arasında değişmektedir.

Çalışmamızda, 21 madde ile yapılan ihtiyaç doyumu ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .80'dir. Cronbach alpha katsayıları; özerklik alt ölçeği için .64, yeterlik alt ölçeği için .55 ve ilişkili olma alt ölçeği için .74 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin geçerliği, faktör analizi, ayırtedici geçerlik ve ölçüt geçerliği yöntemleriyle incelenmiştir. Ölçeğin orijinal yapısında belirtilen üç faktörlü yapısının geçerliliği "doğrulayıcı faktör analizi" yöntemiyle belirlenmiştir. Ölçek iki ve üç faktörlü modelde sınanmış ve modeller arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sebeple ölçeğin orijinaline bağlı kalınarak ölçek üç faktörlü olarak ele alınmıştır. Modelin uyum istatistikleri şunlardır; RMSEA: 0.07, GFI: 0.86, AGFI: 0.82, CFI: 0.82, NNFI: 0.80. Bu değerler modelin veriye uygun olduğunu kanıtlamaktadır. Ölçeğin faktör yükleri .30 ile .77 arasında değişmekte olup bütün değerlerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Ölçeğin ayırt edici geçerliği çalışmada alt-üst % 27'lik grup karşılaştırması yapılmıştır. Elde edilen t testi değerlerinin 3.964 ile 11.454 arasında değişmekte olup tüm maddelerin .000 düzeyinde anlamlı olduğu

bulunmuştur. Ölçeğin ölçüt geçerliği kapsamında, özerklik alt ölçeği için sosyotropi-otonomi ölçeğinin otonomi alt ölçeği, yeterlik alt ölçeği için genelleştirilmiş öz-yetki beklentisi ölçeği ve ilişkili olma alt ölçeği için ise, ucla yalnızlık ölçeği kullanılmıştır. İhtiyaç doyumu ölçeğinin özerklik alt boyutu ile sosyotropi-otonomi ölçeğinin otonomi alt ölçeğiyle .199, yeterlik alt ölçeği ile genelleştirilmiş öz-yetki beklentisi ölçeği arasında .506 ve ilişkili olma alt ölçeği ile ucla yalnızlık ölçeği arasında ise -.705'lik bir ilişki olduğu görülmüştür (Cihangir-Çankaya,2005).

3.3.5. Yaşam Doyumu Ölçeği

Araştırmada, öğrencilerin yaşamdan aldıkları doyumu belirlemek amacıyla Deiner, Emmons, Larsen ve Griffin (1983) tarafından geliştirilen Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) arasında değişen Likert tipinde 5 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek, 'Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın' ve 'Hayatımdan memnunum' gibi maddelerden oluşmaktadır. Diener ve arkadaşları ölçeğin güvenirliğini Cronbach Alpha=.87 olarak bulmuşlardır. Ölçüt bağımlı geçerliğini de .82 olarak bulmuşlardır. Ölçeğin Türk nüfusuna uygulaması Yetim (1993) tarafından yapılmış olup ölçekte Cronbach Alpha=.86 ve test tekrar test güvenirliği ise .73 olarak bulunmuştur.

Çalışmamızda, 5 madde ile güvenirlik analizi yapılan yaşam doyumu ölçeğinin Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .83'tür.

3.3.6. Olumlu - Olumsuz Duygu Ölçeği

Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği 1988 yılında Watson, Clark ve Tellegen tarafından geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçek, 10 olumlu duyguyu (Heyecanlı, Güçlü, Hevesli, Gururlu, Uyanık, İlhamlı, Kararlı, Aktif, İlgili ve Dikkatli) ve 10 olumsuz duyguyu (Sıkıntılı, Mutsuz, Suçlu, Ürkmüş, Düşmanca, Asabi, Utanmış, Sinirli, Tedirgin ve Korkmuş) ölçmektedir. Maddeler, 1 (çok az veya hiç) ile 5 (çok fazla) arasında puanlanmaktadır. Olumlu Duygu alt ölçeği, kişinin ne derece ilgili, aktif ve uyanık hissettiğini; Olumsuz Duygu alt ölçeği ise kişinin ne derece kızgınlık, tiksinti ve benzeri duyguları hissettiğini ölçmektedir.

Ölçeğin orjinal çalışmasında iç tutarlık güvenirliğinin Pozitif Duygu alt ölçeği için .88; Negatif Duygu alt ölçeği için ise .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlamasını Gençöz (2000) yapmıştır. Gençöz(2000); ölçeğin güvenirliğinin, Olumlu Duygu için .83 ve Olumsuz Duygu için .86 olduğunu belirtmiştir.

Çalışmamızda, iç tutarlık güvenirliği Olumlu Duygu alt ölçeği için .83; Olumsuz Duygu alt ölçeği için ise .83'tür.

Olumlu-Olumsuz Duygu ölçeği Türkçeye uyarlanırken, faktör analizi sonrası özdeğerleri (eigenvalue) 1'den büyük olan 5 faktör olduğu görülmüştür (özdeğerler sırasıyla: 6.14, 2.68, 1.60, 1.23 ve 1.08). Fakat orijinal ölçekte olduğu gibi, faktör analizinde 2 faktörlü ve varimax rotasyonlu çözüm yolu kullanılmıştır. Geçerlik analizinde, 20 madde 10'ar 10'ar olumlu ve olumsuz duygu adı verilen faktörler altında sıralanmışlardır. Olumsuz duygu faktöründeki yüklemeler .46 ile .76 arasında değişmiştir; Olumlu Duygu faktöründeki yüklemeler ise .48 ile .74 arasında değişmektedir. Bu iki faktör varyansın %44'ünü açıklamaktadır. Ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliliğinin incelenirken, literatürle paralel olarak depresyon ve kaygı ölçekleri ile ilişkileri ele alınmıştır. Buna göre depresif belirtilerle Pozitif ve Negatif Duygu korelasyonu (sırasıyla, -.48 ve .51) Watson ve ark. (1988) çalışmasıyla paralellik göstermektedir (aynı sıra ile korelasyonlar, -.35 ve .56). Benzer bir şekilde, kaygı ölçeği ile Pozitif ve Negatif Duygu korelasyonu sırasıyla, -.22 ve .47) ölçeğin orijinal çalışmasındaki değerlerle (aynı sıra ile, -.35 ve .51 Watson ve ark., 1988) uyumlu görünmektedir (Gençöz, 2000).

3.4. İşlem

Yapılan araştırmada kullanılacak olan ölçekler kullanılmadan önce, ölçeği geliştiren araştırmacılardan gerekli onaylar alınmıştır. Ayrıca, onayları alınan ölçekler üniversitede uygulanmadan önce, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan araştırmayı yürütülebilmek için izinler alınmıştır.

Alınan izinler çerçevesinde anketler, 2018-2019 eğitim öğretim yılı kapsamında farklı bölümlerde hocaların onay verdiği ders saatlerinde yapılmıştır. Katılımcılar, anketler dağıtılmadan önce uygulamanın bilimsel bir araştırma kapsamında yapıldığı ve cevapların gizli kalacağı konusunda bilgilendirilmişlerdir. Anket uygulamaları, her bölümde ortalama 25 dakika sürmüştür. Araştırma kapsamında uygulanan ölçekler katılımcılara araştırmacı tarafından uygulanmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın amacı ve bu doğrultuda ele alınan araştırma soruları kapsamında elde edilen bulgular yer almaktadır. Araştırma kapsamında değişkenler arasındaki korelasyonlar ve güvenirlik analizleri için SPSS 23 programı kullanılmıştır. Aracılık analizleri için ise Lisrel 8.80 programı kullanılmıştır.

4.1. Araştırmada Yer Alan Ölçeklerle İlgili Betimleyici İstatistikler

Araştırmada kullanılan değişkenlerin ortalamaları, standart sapma değerleri, bağımlı değişkenler, bağımsız değişkenler ve aracı değişkenler arasındaki korelasyonlar Tablo 6'da sunulmaktadır.

Tablo 4. 1. Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Değerleri

Değişkenler	$\bar{X}$	SS	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Bağlamsalcılık	2.89	.74	-							
2. Bireycilik	3.59	.64	.017	-						
3. Özerklik	4.93	.94	.023	.085	-					
4. Yeterlik	4.65	.87	.167**	.192**	.501**	-				
5. İlişkili Olma	5.01	.88	-.018	.000	.424**	.320**	-			
6. Yaşam Doyumu	3.58	1.35	.089	-.078	.387**	.444**	.235**	-		
7. Olumlu Duygu	3.13	.77	.089	.143**	.302**	.448**	.188**	.310**	-	
8. Olumsuz Duygu	2.38	.77	-.040	.129*	-.374**	-.257**	-.284**	-.342**	-.211**	-

N = 362, *p <.05, **p <.01

4.2. Bağlamsalcılık-Bireycilik ve Öznel İyi Olmaya İlişkin Bulgular

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin bağlamsalcılık, bireycilik ve öznel iyi olmaya (yaşam doyumu, olumlu ve olumsuz duygu) yönelik yürütülen analizler yer almaktadır.

Bağlamsalcılık ile öznel iyi olma arasındaki ilişkiyi incelemek için yürütülen Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre, yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duygu arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Başka bir deyişle, bağlamsalcılık ile yaşam doyumu ($r = .089, p > .05$), olumlu duygu ($r = .089, p > .05$) ve olumsuz duygu ($r = -.040, p > .05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bireycilik ile öznel iyi olma arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, katılımcıların bireycilik toplam puanları ile yaşam doyumu arasında ($r = -.078, p > .05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat bireycilik ve olumlu-olumsuz duygu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bulgular, bireycilik ile olumlu duygu arasında ($r = .143, p < .01$) ve olumsuz duygu ($r = .129, p < .05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

4.3. Bağlamsalcılık-Bireycilik ve Temel Psikolojik İhtiyaçlara İlişkin Bulgular

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin bağlamsalcılık, bireycilik ve temel psikolojik ihtiyaçlara (özerklik, yeterlik ve ilişkililik) yönelik yürütülen analizler yer almaktadır.

Bağlamsalcılık ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, katılımcıların bağlamsalcılık toplam puanları ile özerklik ($r = .123, p > .05$) ve ilişkililik ($r = -.018, p > .05$) alt boyutları ile anlamlı bir ilişki bulunamazken; bağlamsalcılık ile yeterlik alt boyutu ($r = .167, p < .01$) arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bireycilik ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, katılımcıların bireycilik toplam puanları ile özerklik ($r = .085, p > .05$) ve ilişkililik ($r = .000, p > .05$) alt boyutları ile anlamlı bir ilişki bulunamazken; bireycilik ile yeterlik alt boyutu ($r = .192, p < .01$) arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

4.4. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Öznel İyi Olma İlişkisi

Bu bölümde üniversite öğrencilerinde temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yeterlik ve ilişkililik) ile öznel iyi olmaya (yaşam doyumu, olumlu duygu ve olumsuz duygu) yönelik yürütülen analizler yer almaktadır.

Özerklik ile öznel iyi olma arasındaki ilişkiyi incelenmek için yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, katılımcıların özerklik puanları ile öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu ve olumsuz duygu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bulgular, özerklik puanı ile yaşam doyumu ($r = .387, p < .01$), olumlu duygu boyutu ($r = .302, p < .01$) ve olumsuz duygu ($r = -.374, p < .01$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

Yeterlik ile öznel iyi olma arasındaki ilişkiyi incelenmek için yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, katılımcıların yeterlik puanları ile öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu ve olumsuz duygu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bulgular, yeterlik puanı ile yaşam doyumu ($r = .444, p < .01$), olumlu duygu boyutu ($r = .448, p < .01$) ve olumsuz duygu ($r = -.257, p < .01$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır.

İlişkili olma ile öznel iyi olma arasındaki ilişkiyi incelemek için yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, katılımcıların ilişkililik puanları ile öznel iyi olma (yaşam doyumu, olumlu ve olumsuz duygu) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bulgular, ilişkililik puanı ile yaşam doyumu ($r = .235, p < .01$), olumlu duygu boyutu ($r = .188, p < .01$) ve olumsuz duygu ($r = -.284, p < .01$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir.

4.5. Bağlamsalcılık ve Bireycilik İlişkisi

Bağlamsalcılık ile bireycilik arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yürütülen Pearson korelasyon analizi bulgularına göre, katılımcıların bağlamsalcılık toplam puanları ile bireycilik toplam puanları ($r = .017, p > .05$) arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

4.6. Ölçme Modelinin Testi

Bu kısımda değişkenler analiz edilirken için kullanılan yöntemler ile değişkenlerin birbirleri arasındaki uyum ilişkisine bakarak sonuçlar incelenecektir. Yapılan analizler sonucunda değişkenler arasında sağlıklı bir ölçme modeli olup olmadığını sınanacaktır.

4.6.1. Ölçme Modeli Uyum İyiliği Değerleri

Söz konusu değişkenlerin kullanıldığı ölçme modeli testi sonucunda elde edilen uyum iyiliği değerleri Tablo 7’de verilmektedir.

Tablo 4. 2. Ölçme Modelinin Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüleri	Önerilen Değerler	Model Değeri
X ² /df	3-5	2.728
RMSEA	≤.08	0.06
SRMR	≤.08	0.064
GFI	≥0.90/0.80-0.89	0.88
AGFI	≥0.90/0.80-0.89	0.83

N=362

Lirsel 8.80 programının ürettiği öneriler incelendiğinde, özerklik(OZ3-OZ1),yeterlik(YET3-YET2) ve yaşam doyumu(DOYUM3-DOYUM2) gözlenen değişkenleri arasında modifikasyonlar olduğu görülmüş ve analizler tekrarlanmıştır. Söz konusu revizyonun modelde iyileşmeye yol açtığı gözlenmiştir.

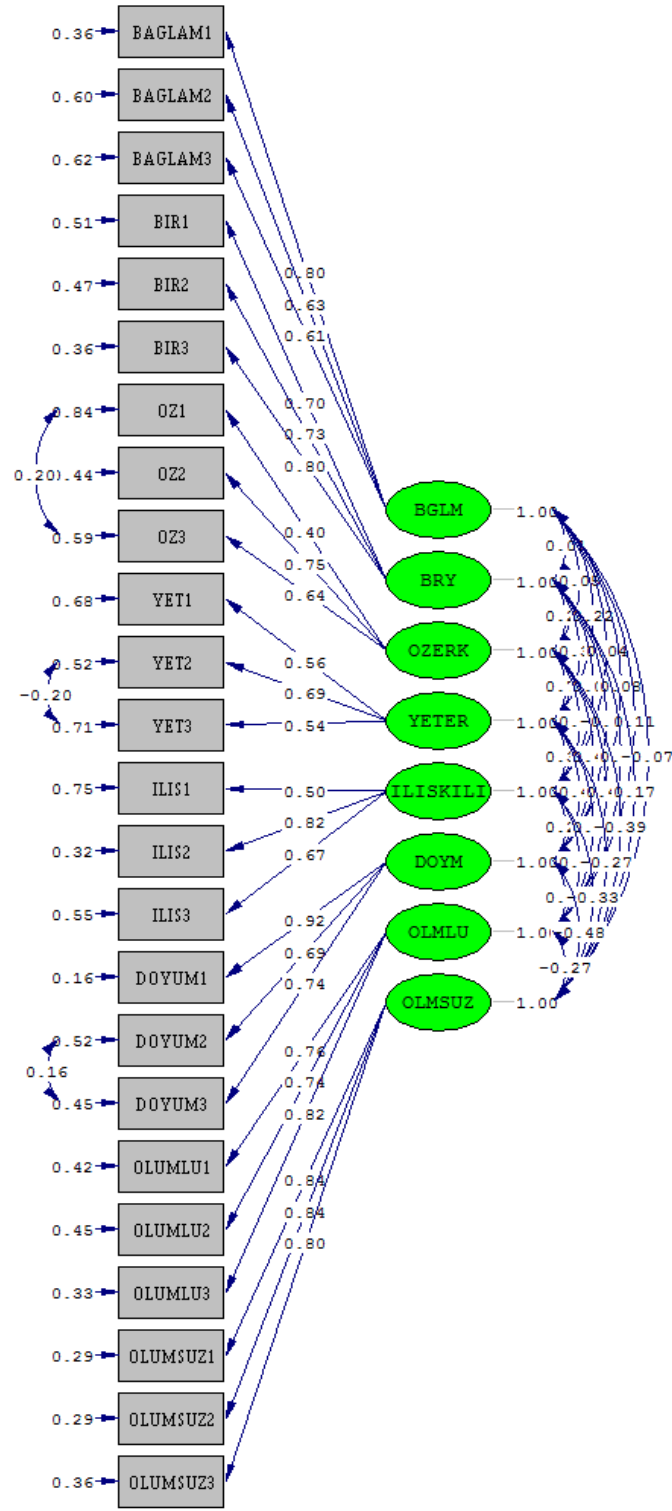
Tekrar edilen analizler sonucunda belirlenen ki-kare farklılık testi sonuçları (62.82;3p<.01) modelin istatistiksel olarak daha iyi bir model haline geldiğini göstermiştir. Modelin son haline ilişkin uyum iyiliği sonuçları Tablo 7’de verilmektedir.

Tablo 4. 3. Ölçme Modelinin Revize Edilmiş Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüleri	Önerilen Değerler	Model Değeri
X ² /df	3-5	2.481
RMSEA	≤.08	0.06
SRMR	≤.08	0.064
GFI	≥0.90/0.80-0.89	0.89
AGFI	≥0.90/0.80-0.89	0.89

N=362

Çalışmamızda, RMSEA, GFI, AGFI VE SRMR uyum iyiliği değerleri kullanılmıştır. ModeldeSRMR ve RMSEA, uygun değerlerdedir. LiteratürdeAGFI ve GFI değerleri için 0,80- 0,89 (Segars ve Grover 1993; Okur ve Yalçın-Özdilek 2012) arası değerler de kabul edilebilir değerler olarak ele alınmaktadır. Sonuçlar ölçme modelinin, kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir.



Şekil 4. 1.Ölçme Modelinin Standardize Çözümleme Değerleri

4.6.2. Ölçme Modelinin Parametre Değerleri

Ölçme modelinin standardize edilmiş ve edilmemiş faktör yüklerinin, standart hata ve t puanlarının bulunduğu bilgiler Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 4. 4. Ölçme Modelinin Faktör Yükleri, Standart Hata Değerleri ve T-Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler Faktör Yükleri	Standardize Edilmemiş	SH	t	Standardize Faktör Yük Değerleri
Bağlamsalcılık				
BAGLAM1	1.54	0.36	13.23*	0.80
BAGLAM2	2.48	0.60	10.90*	0.63
BAGLAM3	1.17	0.62	10.64*	0.61
Bireycilik				
BIR1	1.47	0.51	13.44*	0.70
BIR2	1.30	0.47	14.09*	0.73
BIR3	1.25	0.36	15.72*	0.80
Özerklik				
OZ1	0.82	0.84	6.93*	0.40
OZ2	1.96	0.44	14.04*	0.75
OZ3	1.95	0.59	11.90*	0.64
Yeterlik				
YET1	1.66	0.68	10.28*	0.56
YET2	2.96	0.52	11.71*	0.69
YET3	1.58	0.71	8.78*	0.54
İlişkililik				
ILIS1	0.68	0.75	8.84*	0.50
ILIS2	0.86	0.32	14.93*	0.82
ILIS3	0.66	0.55	12.23*	0.67
Yaşam Doyumu				
DOYUM1	1.77	0.16	18.37*	0.92
DOYUM2	1.49	0.52	13.28*	0.69
DOYUM3	1.52	0.45	14.44*	0.74
Olumlu Duygu				
OLUMLU1	0.65	0.42	15.59*	0.76
OLUMLU2	1.79	0.45	15.14*	0.74
OLUMLU3	2.48	0.33	17.04*	0.82
Olumsuz Duygu				
OLUMSUZ1	0.67	0.29	18.52*	0.84
OLUMSUZ2	1.70	0.29	18.54*	0.84
OLUMSUZ3	1.44	0.36	17.24*	0.80

Standardize faktör yükleri tablo 9'da görüldüğü gibi 0.40 ile 0.92 arasında değişmektedir. Ayrıca tüm faktör yükleri istatistiksel olarak anlamlıdır. Sonuç olarak, istatistiklere göre ölçme modelindeki gözlenen değişkenler, örtük değişkenlerin güvenilir göstergeleridir.

4.6.3. Ölçme Modelinde Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Ölçme modelinin örtük değişkenleri arasındaki ilişkiler için LISREL 8.80 aracılığıyla yapılan analizlere dair bulgular Tablo 9 'da gösterilmiştir.

Tablo 4. 5. Örtük değişkenler arasındaki ilişkiler

Değişken	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Bağlamsalcılık	-							
2. Bireycilik	.01	-						
3. Özerklik	.05	.27	-					
4. Yeterlik	.22	.34	.79	-				
5. İlişkili Olma	.04	.03	.64	.38	-			
6. Yaşam Doyumu	.08	-.10	.48	.49	.29	-		
7. Olumlu Duygu	.11	.18	.46	.56	.19	.41	-	
8. Olumsuz Duygu	-.07	.17	-.39	-.27	-.33	-.48	-.27	-

N=362

Örtük değişkenler arasındaki ilişkiler tablo 10'dan görüldüğü gibi genellikle orta düzeydedir. En yüksek ilişki yeterlik ve özerklik değişkenleri arasındadır. Bir sonraki yüksek ilişki ise özerklik ve ilişkili olma değişkenleri arasındadır. En düşük ilişki ise olumsuz duygu ve yaşam doyumu arasındadır.

4.6.4. Yapısal Modelin Testi

Tablo 4. 6. Yapısal Modelin Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüleri	Önerilen Değerler	Model Değeri
X ² /df	3-5	3.12
RMSEA	≤.08	0.07
SRMR	≤.08	0.064
GFI	≥0.90/0.80-0.89	0.86
AGFI	≥0.90/0.80-0.89	0.82

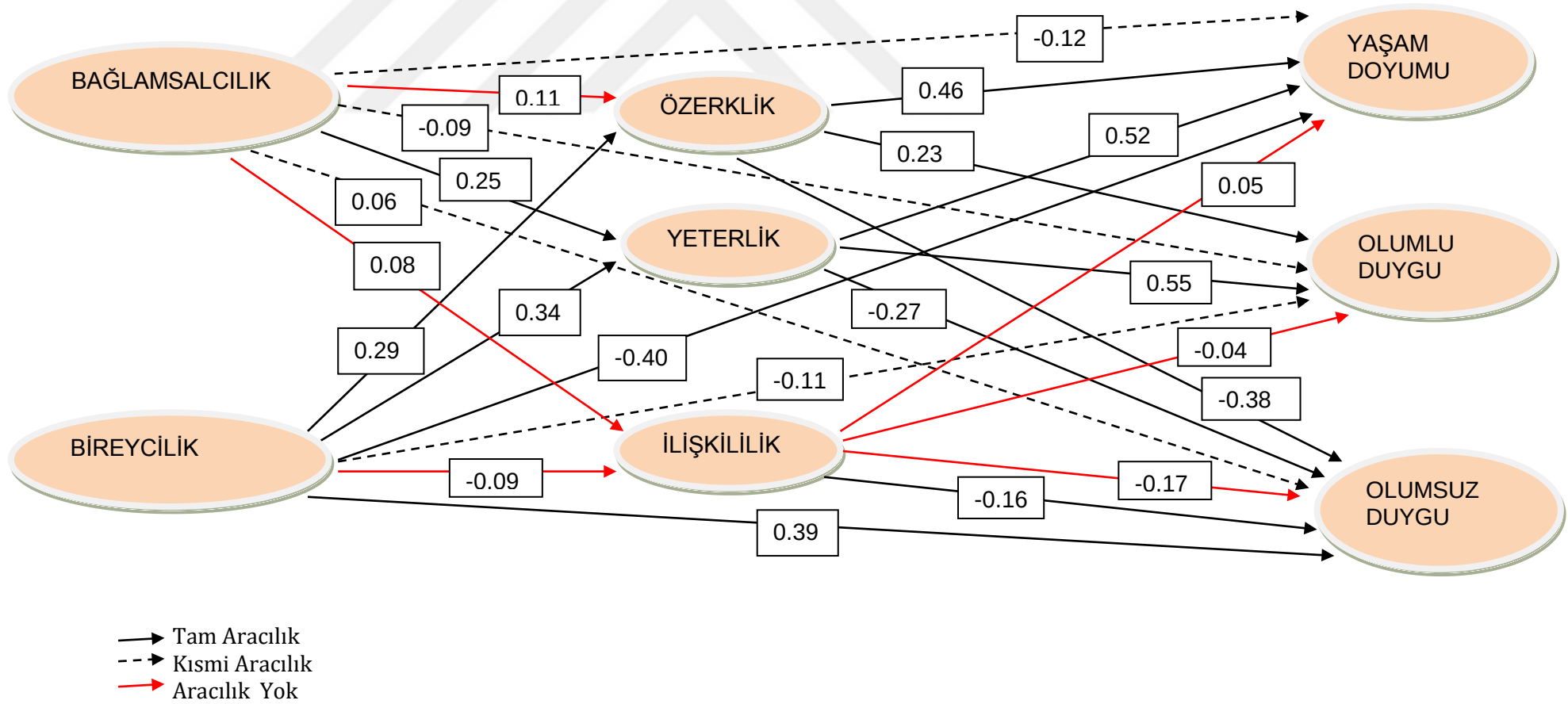
N=362

4.6.5. Yapısal Modelle İlişkin Standardize Çözümleme Değerleri

Şekil 3'teki değerlere göre, Bağlamsalcılık ile Yaşam Doyumu ve Olumsuz-Olumlu duygu arasındaki etkinin tam olarak yeterli tarafından aracılık edildiğine dair bir sonuç ortaya çıkmıştır.

Çalışmamızda Bireycilik ile Yaşam Doyumu ve Olumsuz Duygu arasında Özerklik ve Yeterliğin kısmi aracılık etkisi; Bireycilik ile Olumlu Duygu arasında Özerklik ve Yeterliğin tam aracılık etkisi bulunmuştur.





Şekil 4. 2. AraştırmadakiYapısal Modelin Standardize Çözümleme Değerleri

5. TARTIŞMA

Çalışmamızın amacı, bağlamsalcılık ve bireycilik ile yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu arasında temel psikolojik ihtiyaçlar olan özerklik, yeterlik ve ilişkiliğin aracı rolünü sınamaktır.

Çalışmanın bu bölümünde, ilk olarak değişkenler arasındaki korelasyonlar incelenecektir. Sonra bağlamsalcılık ve bireycilik ile yaşam doyumu, olumlu-olumsuz duygu arasında temel psikolojik ihtiyaçlar olan özerklik, yeterlik ve ilişkiliğin aracılık etkilerinin olup olmadığı değerlendirilecek ve bulgular tartışılacaktır.

Değişkenler Arası Korelasyonlar

Bu bölümde ilk olarak bağlamsalcılık-bireycilik ve öznel iyi olma ilişkisi, sonra bağlamsalcılık-bireycilik ve temel psikolojik ihtiyaçlar ilişkisi, daha sonra temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi olma ilişkisi en sonda da bağlamsalcılık ve bireycilik değişkenleri arasındaki korelasyonlar incelenecek ve tartışılacaktır.

Bağlamsalcılık ile öznel iyi olma arasındaki korelasyonlara bakacak olursak; bağlamsalcılık ile yaşam doyumu, olumlu duygu ve olumsuz duygu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Bireycilik ile öznel iyi olma arasındaki ilişkilere göre, bireycilik değişkeni ile yaşam doyumu arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Fakat bireycilik ve olumlu-olumsuz duygu arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Bağlamsalcılık ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkilere göre, bağlamsalcılık ile özerklik ve ilişkililikalt boyutları ile anlamlı bir ilişki bulunamazken; bağlamsalcılık ile yeterlikarasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Bireycilik ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki korelasyon analizlerine göre; bireycilik değişkeni ile özerklik ve ilişkililikalt boyutları ile anlamlı bir ilişki bulunamazken; bireycilik ile yeterlik alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Özerklik ile yaşam doyumu değişkeni arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, özerklik ile olumlu duygu boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, özerklik ve olumsuz duygu arasında ise negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bulgularımıza göre, üniversite öğrencilerinde özerklik ihtiyacı arttıkça yaşam doyumu ve olumlu duygu düzeyleri artmaktadır, olumsuz duygu arttıkça da özerklik düzeylerinde azalma görülmektedir. Özerklik ihtiyacı, birçok çalışmada da iyi olma ile ilişkili bulunmuştur. Hatta ergenlerle yapılan bir çalışmada anneden ve babadan gelen özerklik desteğinin iyi olmaya ilişkisi sınanmış ve anneden

gelen özerklik desteğinin iyi olmaya, babadan gelen özerklik desteğinden daha çok etkisi olduğu bulunmuştur(Niemiec ve ark.,2005). Dolayısıyla sonuçlarımız literatür bulgularıyla uyusmaktadır.

Yeterlik ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, yeterlik ile olumlu duygu boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki ve yeterlik ile olumsuz duygu arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. İlişkili olma ile yaşam doyumu ve olumlu duygu boyutu arasında anlamlı bir ilişki ve ilişkili olma ile olumsuz duygu arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Deci ve Ryan(2000)'ın da çalışmalarında belirttiği gibi temel psikolojik ihtiyaçlar evrenseldir ve mutluluk için gereklidir. Öz belirleme kuramı konusunda yapılan araştırmalar ihtiyaç doyumu ve öznel iyi olma ilişkisini kanıtlamaktadır(Cihangir Çankaya,2005;La Guardia, Ryan, Couchman ve Deci,2000; Ryan ve ark.,1995; Ryan ve Frederick, 1997; Waterman, 1993). Türkiyede öğretmen adaylarının öznel iyi olma düzeyleri ve ihtiyaç doyumları konusunda yapılan bir çalışmada, öğretmen adaylarının ihtiyaç doyumlarının, iyi olma düzeylerini etkilediği görülmüştür(Cihangir Çankaya,2009). Başka bir çalışmada temel psikolojik ihtiyaçların; hem ortalama öznel iyi olma düzeylerini hem de günlük iyi olma düzeylerini etkilediği görülmüştür(Reis ve ark., 2000). Sheldon ve Elliot(1999)'un çalışmasına göre ise öznel iyi olma temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilişkili bulunmuştur.

Bağlamsalcılık ile bireycilik arasında ise anlamlı düzeyde bir korelasyon bulunamamıştır.

Yeterliliğin, Bağlamsalcılık ve Yaşam Doyumu ve Olumlu-Olumsuz Duygu Arasındaki İlişkilerde Aracılık Etkisi

Çalışmamızın sonucuna göre bağlamsalcılık ile yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duygu arasındaki ilişkilerde yeterliğin tam aracı etkisinin olduğu bulunmuştur. Bağlamsalcılık ile yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duygu arasındaki ilişkilere yeterliğin aracı değişken olarak eklenmesi durumunda bağlamsalcılığın, yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duygu üzerindeki etkisi anlamsızlaştığı için yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duygu üzerinde yeterliğin, bağlamsalcılıktan daha fazla etkisinin olduğu söylenebilir. Bir başka ifade ile, bağlamsalcılığın yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duyguya etkisi yeterlilik hissi aracılığı ile gerçekleşmektedir.Birey, bağlamsal davranışlar sergilediğinde yeterlilik duygusu artmaktadır. Bunun sonucunda da yaşam doyumu ve olumlu duyguları artmakta olumsuz duyguları azalmaktadır. Fakat, çalışmamızda bağlamsalcılık ile yaşam doyumu ve olumlu-olumsuz duygu arasındaki ilişkilerde özerklik ve ilişkililik ihtiyaçlarınınaracı etkisi bulunamamıştır.

Ülkemizde yapılan bir çalışmada Sapmaz ve arkadaşları(2012); 192 üniversite öğrencisiyle çalışmış ve temel psikolojik ihtiyaçların mutluluk ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca, bulgulara göre mutluluğun ülkemizde en iyi yordayıcısı yeterlidir. Yeterlikten sonra sırasıyla özerklik ve ilişkililik gelmektedir.

Bağlamlar ve kültürel etkileri konusunda yapılan bir çalışmada; Kuzey Amerikalılar gibi batılı ve Doğu Asyalılar gibi toplulukçu olan Brezilyalıların, çeşitli bilişsel tarz ölçümlerinde ABD'li Amerikalılara veya Çinli katılımcılara benzerlikleri ölçülmüştür. Çalışmada, kızgın yüzlerin yargısında herhangi bir kültürel farklılık olmamasına rağmen, Brezilyalıların mutlu ve üzgün yüzleri yargılamada Amerikalılardan daha bütünsel olduğu görülmüştür. Ayrıca, Brezilyalıları geleceğe ilişkin kararlarında özellikle iyimser olmaları nedeniyle Çinli katılımcılardan farklıydılar ve duygu ifadelerini bağlamlarına göre daha fazla değiştirmektedirler (Oliviera ve Nisbett, 2017). Bağlam konusunda yapılan başka bir çalışmada; duygu algısı sırasında tutarlı bağlam etkileri gösteren çalışmalar incelenmiştir. Görsel sahneler, sesler, bedenler, diğer yüzler, kültürel yönelim ve hatta kelimelerin, yüzdeki duyguların nasıl algılandığını şekillendirdiği ve bir kişinin duygusal durumunun bu ifadeler aracılığıyla yazıldığı ve bireylerin duygusal durumlarının bir sayfadaki kelimeler gibi yüzünden okunabileceğini ifade etmektedirler. Duygu algısı sırasında bağlamı dâhil etmenin rutin, verimli ve bir dereceye kadar otomatik görüldüğünü belirtmişlerdir (Barrett, Mesquita, Gendron, 2012). Araştırmamızın sonuçları, bağlamsalıcılığın olumlu ve olumsuz duyguları etkilediği literatür bulgularıyla örtüşmektedir. Ayrıca yeterliğin bağlamsalıcılık ve duygular üzerindeki aracı etkisini ortaya koyması yönünden temel psikolojik ihtiyaçların önemini ortaya çıkarmıştır.

Bağlamı dikkate alan, bağlamı gözetken tutumlar, bireylerin bağlam içerisinde nasıl davranması, neleri gözetmesi ve durumu nasıl değerlendirmesi konusunda ipucu sunduğundan; bireyler kendilerini yeterli hissetmekte; yeterlik hissi de yaşam doyumu ve olumlu duyguya yol açmaktadır. Çalışmamızda da bağlamsalıcılığın yeterlik hissinin aracılık ilişkisiyle yaşam doyumunu, yüksek olumlu duyguyu ve düşük olumsuz duyguyu belirlediği bulunmuştur. Bu bulgu üniversite öğrencilerinin bağlamlara dikkat ettiğini, bağlama önem vermelerinin onların davranışa karar vermede yeterliğini artırdığı; yeterliğin de öğrencilerin öznel iyi oluşu ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bağlamlara dikkat etme, bağlamlarda davranışı belirleme yeterliğini kazandırabilir. Kendini bağlamlarda yeterli algılayan bireylerin öznel iyi oluşu yüksek olabilir. Çalışmamızın sonuçları literatür bulgularıyla uyumludur.

Özerklik ve Yeterliğin Bireycilik ve Yaşam Doyumu, Olumsuz Duygu ile Kısmi Aracı Etkisi

Çalışmamızda temel psikolojik ihtiyaçlarımız olan özerklik ve yeterliğin; bireycilik ve yaşam doyumu, olumsuz duygu ile kısmi aracı etkisi bulunmuştur. Yani bireycilik ve yaşam

doyumunu, olumsuz duygu arasında başka çoklu aracı etki gösteren değişkenler olduğu söylenebilir. Birey, bireyci davranışlar sergilediğinde yaşam doyumları artmakta ve olumsuz duyguları azalmaktadır. Özerklik ve yeterlik değişkenleri de bu ilişkiyi etkileyen kısmi aracı değişkenlerdendir. Bu sonuç nasıl açıklanabilir. Üniversite öğrencisi bireyci eğilimler gösterdiğinde yaşam doyumunu artmakta ve olumsuz duygu yaşamaları azalmaktadır. Bireyciliği destekleyen özerklik bu ilişkide kısmen etkili bir değişkendir. Batı bireyci kültüründe olduğu gibi bireyselci davranışlar özerklikle tam bütünleşmemektedir. Özerklikle bireyciliğin birbirini pekiştirdiği ABD veya Almanya gibi kültürlerde, bireycilik ve özerkliğin birlikte yaşam doyumunu artırması ve olumsuz duyguyu azaltması beklenen bir sonuç olacaktır. Ancak Türkiye gibi, hele çoğunluğu ülkemizin Güney Doğu Anadolu ve Doğu Anadoludan gelmiş üniversite öğrencileri için bireyci eğilimlerin özerklikle desteklenmesi kısmen gerçekleşmiş olabilir. Mersin üniversitesi öğrencilerinin çoğunluğu ülkemizin Güney Doğu ve Doğu Anadolu bölgelerinden gelmiştir. Bu bölgelerde egemen kültürel yapı, toplulukçuluktur. Diğer bir ifade ile üniversite öğrencisi kendisi için, kendi geleceği adına, davranışlarda bulunmayı tercih etse de bu tercih henüz kendi erki ile yapılan, kendi iradesine tam olarak dayanan bir tercih olmayabilir. Bu konuda var olan normlar açıktan özerklığı desteklemeyebilir. Birey özerkliğini derecelerle yaşayabilir. Yine yaptığı işte ustalaşmayı, yetkin olmayı içeren yeterlik, üniversite öğrencisinin henüz başaramadığı, süreç içerisinde olgunlaştıracağı bir aşamada olabilir. Dolayısıyla bireyci eğilimlerle yaşam doyumunu ve olumsuz duygu ilişkisinde yeterlik kısmi aracılık gösterebilir. Üniversite yaşamı pek çok yeni özelliğin denendiği ve kazanıldığı bir aşamadır. Yeterlik de öğrenci açısından henüz tekamül etmemiş bir özelliği olabilir.

Chirkov ve arkadaşlarının(2003) Kore, Rusya, Türkiye ve Amerika Birleşik Devletlerinden 559 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmada ise bireylerin davranış ve tutumlarının bireyci, toplulukçu, yatay veya dikey olması fark etmemektedir; özerklik tüm gruplarda, daha fazla iyi olma ile ilişkili bulunmuştur. Elde ettiğimiz bulgular, öğrencilerin özerkliği ve yeterliği dışta bırakmadığını; öğrencilerde bu eğilimlerin giderek ağırlık kazanacağı izlenimini uyandırmaktadır. Dolayısıyla bulgularımız literatürle uyusmaktadır.

Özerklik ve Yeterliğin Bireycilik ve Olumlu Duygu ile Tam Aracı Etkisi

Araştırmamızda, özerklik ve yeterlik ihtiyaçlarının, bireycilik ve olumlu duygu arasında tam aracı etki gösterdiği bulunmuştur. Bir başka ifade ile bireyciliğin olumlu duygu üzerindeki etkisi özerklik ve yeterlik ihtiyaçlarının aracılığıyla gerçekleşmektedir. Son yıllarda, özellikle öz belirleme teorisinin çalışmalarının artmasıyla birlikte kuramın en önemli kavramlarından olan özerkliğin iyi olma üzerine etkisinin araştırılması daha da çok önem kazanmıştır. Çalışmamızda olduğu gibi özellikle özerkliğin bireyci ve toplulukçu kültürlerle etkileri araştırılmaktadır. Çünkü

gelişen ve değişen dünyayla birlikte toplulukçu kültürlerin bireyleri, olayları ve bağlamları yorumlama biçimleri değişmektedir. Böylece bireycilik ve toplulukçuluk kavramları evrilmeye doğru ilerlemektedir.

Örneğin Raphael ve Paul K.(2001)'nin araştırmasına göre; 69 Hintli ailenin ergen çocuklarından toplanan verilerin analizinde ev ortamının çeşitli boyutları ile öz belirleme teorisinin üç temel psikolojik ihtiyacı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca araştırmacılar, "özerklik destekleyici" ortamın ve "özerklik destekleyici" ebeveynliğin Hindistan gibi toplulukçu bir ülkede uygulamaya konulması gerektiği sonucuna varmışlardır. Ek olarak yazarlar toplulukçuluğun yavaş yavaş kişilerarası ilişkilere olan etkisini kaybettiğini ve toplulukçuluğun yerini bireycilik ve özerklik çalışmalarının aldığını belirtmektedirler.

Hahn ve Oishi'nin(2006) çalışmasındaki bulgular da bizim çalışmamızla örtüşmektedir. Hahn ve Oishi, Amerika Birleşik Devletleri ve Güney Kore'de genç ve yaşlı yetişkinlerde özerklik yeterlik, ilişkililik ve olumlu-olumsuz duygu etkilerini çalışmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, özerklik ve yeterlik ihtiyaçları ile farklı kültürler arasında anlamlı ilişkiler görülmüştür. Amerikalı yani bireyci bir kültürden gelen katılımcılar, özerklik ve yeterlik ihtiyaçlarını Güney Koreli katılımcılardan daha çok önemsemektedir. Ayrıca özerklik ve yeterlik ihtiyaçlarının olumlu duygunun anlamlı yordayıcıları olduğu sonucu çıkmıştır.

Mersin üniversitesi öğrencileri bireyci eğilimler göstermekte; kendi isteklerini merkeze alan yaşantıyı tercih etmekte; bu yöndeki tercihlerde onların olumlu duygu yaşamalarına etkiye bulunmaktadır. Olumlu duyguya etkiye bulunan bireyci eğilimler neler olabilir? Örneğin arkadaş seçiminde, seçmeli ders tercihinde, giyim kuşam tercihlerinde birey kendi isteklerini merkeze alabilir. Kendi istekleri ile verdiği kararlar bireyin olumlu duygular yaşamasını artırabilir. Bireycilik ile olumlu duygu arasında bu ilişkiye özerklik ve yeterlik tam aracılıkta bulunmaktadır. Birey böyle tercihlerinde kendi iradesine başvurur. Kendi erkiyle bireyci eğilimler birbirini destekleyebilir. Söz konusu olan olumlu duygu alanına yönelik tercihler ise bireyci eğilimler ile özerklik daha açık bir şekilde örtüşebilir. Hazza, neşeye, sevince yönelik tercihler bireyin kendi iradesine daha fazla dayanmaktadır.

Yine olumlu duyguya yönelik bireyci eğilimlerde birey kendini yeterli hissedebilir. Haz, neşe, sevinç gibi olumlu duygularda öğrenci bireyler kendilerini ustalaşmış ve yetkin görebilirler. Bu duygular öğrencilerin ikili ilişkilerinde sıkça deneyimledikleri, sıklığı bol olan duygular olabilir. Böylece bu duygusal alana yönelik bireyci eğilimlerle olumlu duygu ilişkisine yeterlik tam aracılık etkisi göstermiş olabilir.

6. SONUÇ

Çalışmamızda hipotezlerimizin çoğu doğrulanmıştır. Temel amaçlarımızdan biri olan öz belirleme kuramının bağlamsalcılık, bireycilik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri belirlemedeki rolü teyit edilmiştir. Özellikle bağlamsalcılık, yeterlik ve öznel iyi oluş ilişkisi, öğrenciler bakımından net bir şekilde ortaya konmuştur. Bulgulara göre bağlamsal yönü güçlü olan Mersin Üniversitesi öğrencileri, yaşamla baş edebildiklerini hissettiklerinde, amaçlarına ulaştıklarında, kendilerini etkin hissettiklerinde yaşam doyumlarının ve heyecanlarının, hayata ilgilerinin, aktifliklerinin arttığı, mutsuzluklarının, tedirginliklerinin ve suçluluk duygularının azaldığı görülmektedir. Fakat, öğrencilere olumsuz geribildirimler ve sosyal karşılaştırmaların sıklıkla yapılması, öğrencilerin yaşam doyumlarını düşürmekte, olumlu duygularını azaltmakta ve suçluluk, öfke, mutsuzluk gibi olumsuz duygularını artırmaktadır.

Bireycilik eğilimleri, özerklik, yeterlik ve öznel iyi oluş ilişkisinde kısmi destek sağlanmıştır. Özerklik ve yeterliğin olumlu duygu değişkeni boyutunda bireyciliği desteklediği açığa çıkmıştır. Bu bulgular kuramın Mersin üniversitesi öğrencilerinin bireyci ve bağlamsalcı eğilimlerini destekleyerek onların öznel iyi oluşlarına katkıda bulunduğuna işaret etmektedir. Bu sonuçlara göre; bireyci yönü ağırlıklı olan öğrenciler, kendi kararlarını kendileri aldığında, öğrencilere seçme hakkı tanındığında, kendi inançlarına uygun hareket edebildiklerinde ve çevrelerine etki edebildiklerini hissettiklerinde olumlu duyguları artmaktadır. Aksi takdirde kendi isteklerine aykırı olan davranış yaptırıldığında yabancılaşma ve uyumsuzluk yaşamaktadırlar ve olumlu duygularında düşüş görülmektedir.

Bu bulgulara bakıldığında öz belirleme kuramının çalışmamızda kültürün bağlamsalcılık yönü ve bireycilik yönüyle ele alındığında kısmen desteklendiği görülmüştür. Bu durumun sebebinin Mersin gibi toplulukçu yönleri ağır basan ve farklı bölgelerden yoğun göç alan bir şehirde çalışmanın yapılması olabilir.

Çalışmamızda bir diğer dikkat çekici bulgu temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi olma boyutları arasındaki güçlü ilişkilidir. Bu yönüyle araştırmamız özerklik, yeterlik ve ilişkililik ihtiyaçlarının iyi olmanın güçlü yordayıcıları olduğu savını doğrulamaktadır. Çalışmamızın bu sonuçları literatür bulgularına uymaktadır (Acun, Alıncak ve Abakay, 2018; Camoğlu G. Ve Yörükoğlu, 2019; Cihangir Çankaya, 2009; Kocayörük, 2012; Özer, 2009) ve öz-belirleme kuramını bu yönüyle desteklemektedir. Ayrıca, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi olma arasında anlamlı bir ilişki vardır hipotezimiz desteklenmiştir. Fakat ülkemizde temel psikolojik ihtiyaçlar ve iyi olma arasındaki ilişkilerin çalışıldığı araştırmaların az sayıda olduğu görülmüştür. Temel psikolojik ihtiyaçlar ve yaşam doyumunu ve olumlu-olumsuz duygular arasındaki ilişkilerin üniversiteler dışında okullarda, çalışma ortamlarında, sivil toplum kuruluşlarında, farklı yaş ve

farklı sosyoekonomik düzeylerde bireylerle ve mülteciler gibi gruplarla çalışılmasına ihtiyaç vardır.

Fakat, bağlamsalcılık ve bireycilik arasında anlamlı bir ilişki vardır hipotezimiz desteklenmemiştir. Toplulukçuluk ve bireyciliğin iki ayrı boyut olarak ele alındığı düşünüldüğünde, bağlamsalcılık kavramının da kültürel toplulukçuluğun bir yönü olarak düşünülmesi ilişki olmaması sonucunu anlamlı kılmaktadır.

Bağlamsalcılık ve iyi olma ilişkilerinin ülkemizde daha çok çalışılmasına ihtiyaç vardır. Ayrıca araştırmamızda bağlamsalcılık konusu sadece Mersin Üniversitesindeki öğrencilerle çalışılmıştır. Fakat bağlam gibi kapsamlı ve derin bir konunun etkilerinin daha net görülebilmesi için farklı şehirlerde veya farklı ülkelerde ve de farklı gruplarla çalışılmasına ihtiyaç vardır.

Çalışmamızın bulgularının yeni çalışmalarla teyit edilmesine gereksinim vardır. Bu bulguların benzeri arkaplana sahip öğrenciler için genellenebilirliği, bu yolla sağlanmış olacaktır. Yine bulguların öğrenci dışı kesimlere uygunluğu için yetişkin popülasyonunda çalışmalar gerekmektedir. Elde edilen bulguların yordama düzeyinde olduğu, tutum ölçeklerine dayandığı, davranışlar hakkında fikir veremeyeceği göz önünde tutulmalıdır.

KAYNAKLAR

- [1]. Acun, A., Alıncak, F., ve Abakay, U.(2018). Sporcu ve sedanter üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaçlarının incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 6(84), 555-566.
- [2]. Aviezer, H., Hassin, R.R., Ryan, J., Grady, C., Susskind, J., Anderson, A., Moscovitch, M. ve Bentin, S. (2008). Angry, disgusted, or afraid? Studies on the malleability of emotion perception. *Psychological Science*. 19(7), 724-32.
- [3]. Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- [4]. Baard, P. P., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2004). Intrinsic need satisfaction." A motivational basis of performance and well-being in work settings." *Journal of Applied Social Psychology*, 34, 2045-2068.
- [5]. Barrett, L.F., Mesquita, B. ve Gendron, M. (2011). Context in emotion perception. *Current Directions in Psychological Science*, 20(5), 286-290.
- [6]. Becker, M.,Vignoles, V.L.,Owe, E., Brown, R., Smith, P.B., Easterbrook, M., ... Yamakoğlu, N. (2012). Culture and the distinctiveness motive: Constructing identity in individualistic and collectivistic contexts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102, 833-855.
- [7]. Biswas-Diener, R., Diener, E., & Tamir, M. (2004). The psychology of subjective well-being. *Daedalus*, 133(2), 18-26.
- [8]. Budak, S. (2000). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- [9]. Christopher, J.C. (1999). Situating Psychological Well-Being: Exploring the cultural roots of its theory & research. *Journal of Counseling and Development*, 77, 141-152.
- [10]. Cihangir-Çankaya, Z. ve Bacanlı, C. (2003). İhtiyaç doyumu ölçeği uyarılama çalışması. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- [11]. Cihangir-Çankaya, Z., (2005), Öz-Belirleme Modeli: Özerklik desteği, ihtiyaç doyumu ve iyi olma. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- [12]. Cihangir-Çankaya, Z. (2009). Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz belirleme kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 23-31.
- [13]. Cordeiro, P., Paixão, P., Lens, W., Lacante, M., & Sheldon, K. (2016). Factor structure and dimensionality of the balanced measure of psychological needs among Portuguese high school students: Relations to well-being and ill-being. *Learning and Individual Differences*, 47, 51-60.
- [14]. Costa, P. T. ve McCrae, R. R.(1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of Personality Social Psychology*, 38(4), 668-678.
- [15]. De Oliveira, S. & Nisbett, R. E. (2017). Beyond east and west: Cognitive style in Latin America. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 48(10), 1554 – 1577.
- [16]. Deaton, A.(2008). Income, health, and well-being around the world: Evidence from the Gallup World Poll. *Journal of Economic Perspectives*, 22(2), 53-72.
- [17]. Deaton, A. & Stone, A. A.(2014). Evaluative and hedonic well-being among those with and without children at home. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 111(4), 1328-1333.
- [18]. Deci, E. ve Ryan, R. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.

- [19]. Deci, Edward L., Ryan, Richard M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(6), 1024-1037.
- [20]. Deci, E. L., ve Ryan, R. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation, 1990: Perspectives on motivation* (pp. 237-288). Lincoln, NE, US: University of Nebraska Press.
- [21]. Deci, E. ve Ryan, R. (2000). The “What” and “Why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 227-269.
- [22]. Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern Bloc country: A cross-cultural study of self-determination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(8), 930-942.
- [23]. Deci, E. L., & Moller, A. C. (2005). The concept of competence: A starting place for understanding intrinsic motivation and self-determined extrinsic motivation. In A. J. Elliot & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 579-597). New York: Guilford Press.
- [24]. Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2014). Autonomy and need satisfaction in close relationships: Relationships motivation theory. In N. Weinstein (Eds.), *Human motivation and interpersonal relationships: Theory, research and applications* (pp. 53-73). Dordrecht, Netherlands: Springer.
- [25]. DeNeve, K.M. and Cooper, H. (1998). The Happy Personality: A Meta-Analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- [26]. Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- [27]. Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & S. Griffin. (1985). The satisfaction with life Scale, *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- [28]. Diener, E., & Lucas, R. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- [29]. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- [30]. Deiner, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national Index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- [31]. Diener, E., Lucas, R.E., & Oishi, S. (2002). Subjective Well-Being: The Science of happiness and life satisfaction. In C.R. Snyder, & S.J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (63-73). New York: Oxford University Press.
- [32]. Diener, E., ve Biswas-Diener, R. (2000). New directions in subjective well-being research: The cutting edge. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 27(1), 21-33.
- [33]. Diener, E., Tay, L. & Oishi, S. (2013). Rising income and the subjective well-being of nations. *Journal of Personality Social Psychology*, 104(2), 267-276.
- [34]. Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. E. (2015). National accounts of subjective well-being. *American Psychologist*, 70(3), 234-242.
- [35]. Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260.
- [36]. Doğan, S., ve Şahin F. (2015). Kendi Kendine Liderlik Stratejilerinin Yaşam Doyumu Üzerine Etkileri. Doğan, S. (Ed.). *Yaşam Doyumu – Seçme Konular* (pp.131-143). İstanbul: Nobel.
- [37]. Gagne, M. (2014). *The Oxford Handbook of Work Engagement, Motivation, and Self-Determination Theory*. New York: Oxford University Press.

- [38]. Geerling, D. M., & Diener, E. (2018). Effect size strengths in subjective well-being research. *Applied Research in Quality of Life*. doi: 10.1007/s11482-018-9670-8.
- [39]. Geertz, C. (1975). On the nature of anthropological understanding. *American Scientist*, 63(1), 47-53.
- [40]. Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- [41]. Gök Camoğlu, E., ve Kocayörük, E.(2019). Anne-Baba Algısı, aile aidiyeti ve psikolojik ihtiyaçlar ile ergenlerin öznel iyi oluş ilişkisi. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 52-72.
- [42]. Haberstroh, S., Oyserman, D., Schwarz, N., Kühnen, U., & Ji, L. J. (2002). Is the interdependent self more sensitive to question context than the independent self? Self-construal and the observation of conversational norms. *Journal of Experimental Social Psychology*, 38(3), 323-329.
- [43]. Hahn, J. ve Oishi, S. (2006). Psychological needs and emotional well-being in older and younger Koreans and Americans. *Personality and Individual Differences*, 40(4), 689-698.
- [44]. Hartig, T., Evans, G. W., Jamner, L. D., Davis, D. S. & Garling, T. (2003). Tracking restoration in natural and urban field settings. *Journal of Environmental Psychology*, 23(2), 109-123.
- [45]. Headey, B., ve Wearing, A. (1989). Personality, life events, and DWB: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(4), 731-739.
- [46]. Headey, B. (1993). An economic model of subjective well-being: Integrating economic and psychological theories. *Social Indicators Research*. 28(97), 97-116.
- [47]. Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences: International differences in work-related values*. Beverly Hills, CA: Sage.
- [48]. Hofstede G., Hofstede G.J. ve Minkov M. (2010). *Cultures and Organizations: Software of the Mind: Intercultural Cooperation and Its Importance for Survival*. New York: Mc Graw Hill.
- [49]. Hofstede, G. (2018). Collectivism-Individualism World Map. <https://geerthofstede.com/culture-geert-hofstede-gert-jan-hofstede/6d-model-of-national-culture/>
- [50]. Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior: An introduction to behavior theory*. New York: Appleton-Century-Crofts.
- [51]. <https://tr.wikipedia.org/wiki/Ami%C5%9F> adresinden 11 Ekim tarihinde alınmıştır.
- [52]. <http://www.guneydoguasya.com/?pnum=136&pt=JAVA+ADASI> adresinden 20 Kasım 2019 tarihinde alınmıştır.
- [53]. Ilardi, B. C., Leone, D., Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). Employee and supervisor ratings of motivation: Main effects and discrepancies associated with job satisfaction and adjustment in a factory setting. *Journal of Applied Social Psychology*, 23(21), 1789-1805.
- [54]. Inglehart, R., Foa, R., Peterson, C. & Welzel, C. (2008). Development, freedom, and rising happiness: a global perspective (1981-2007). *Perspectives on Psychological Science*, 3(4), 264-285.
- [55]. James, W. (1950). *The principles of psychology (Vol. 2)*. New York: Dover. (Original work published 1890).
- [56]. James, W. (1999). *The varieties of religious experience: A study in human nature*. New York: Random House (Original work published in 1902).
- [57]. Joshanloo, M. , Lepshokova, Z. Kh., Panyusheva T., Natalia, A., Poon, W., Yeung, V.W., Sundaram, S.,.....Jiang, D. (2014) Cross-cultural validation of fear of happiness scale across 14 national groups. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 45(2), 246-264.

- [58]. Joussemet, M., Vitaro, F., Barker, E. D., Cote, S., Nagin, D. S., Zoccolillo, M., et al. (2008). Controlling parenting and physical aggression during elementary school. *Child Development*, 79(2), 411-425.
- [59]. Kagıtcıbaşı (1997). Individualism and collectivism. In J. W. Berry, M. H. Segall, & C. Kagıtcıbaşı (Eds.), *Handbook of cross-cultural psychology* pp.(1-49). New York: Cambridge University Press.
- [60]. Kağıtçıbaşı, Ç. (2007). *Family, self, and human development across cultures: Theories and applications*. New York: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- [61]. Karademus, E. C. (2005). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences*, 40(6), 1281-1290.
- [62]. Kim-Prieto, C., Diener, E., Tamir, M., Scollon, C., Diener, M. (2005). Integrating the diverse definitions of happiness: A time-sequential framework of subjective well-being. *Journal of happiness Studies*, 6(3), 261-300.
- [63]. Kocayörük, E.(2012). Öz-Belirleme kuramı açısından ergenlerin anne baba algısı ile duyuşsal iyi oluşları arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 24-37.
- [64]. Kuppens, P., Realo, A., & Diener, E. (2008). The Role of positive and negative emotions in life satisfaction judgment across nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 66-75.
- [65]. La Guardia J.G., Ryan R.M., Couchman C.E., ve Deci E.L. (2000). Within-Person variation in security of attachment: A Self-Determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-Being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367-384.
- [66]. Leary, M.R., & Tangney, J.P. (Eds.). (2012). *Handbook of Self and Identity*. New York: Guilford Press.
- [67]. Li, F., ve Aksoy, L. (2007). Dimensionality of individualism-collectivism and measurement equivalence of Triandis and Gelfand's Scale. *Journal of Business and Psychology*, 21(3), 313-329.
- [68]. Lu, L. & Gilmour, R. (2004). Culture and conceptions of happiness: individual oriented and social oriented subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 5(3), 269-291.
- [69]. Lucas, R. E., Diener, E., Grob, A., Suh, E. M., & Shao, L. (2000). Cross-cultural evidence for the fundamental features of extroversion: The case against sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 452-468.
- [70]. Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y. & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status. *Journal of Personality Social Psychology*, 84(3), 527-539.
- [71]. Luechinger, S.(2009). Valuing air quality using the life satisfaction approach. *The Economic Journal*, 119(536), 482-515.
- [72]. Luhmann, M., Hofman, W., Eid, M. & Lucas, R. E. (2012). Subjective well-being and adaptation to life events: a meta-analysis. *Journal of Personality Social Psychology*, 102, 592-615.
- [73]. Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186-189.
- [74]. Man, D.C. ve Lam, S.S.K. (2003). The Effects of job complexity and autonomy on cohesiveness in collectivistic and individualistic work groups: A Cross-Cultural analysis. *Journal of Organizational Behavior*, 24, 979-1001.
- [75]. Markus, H.R.,& Kitayama, S. (1991). Culture and the self. Implications for cognition, emotion, and motivation, *Psychological Review*, 98, 224-253.

- [76]. Masuda T. ve Nisbett R.E., (2001). Attending holistically versus analytically: Comparing the context sensitivity of Japanese and Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(5), 922-934.
- [77]. Myers, D., & Deiner, E. (1995). Who is happy? *American Psychological Society*, 6(1), 10-19.
- [78]. Nelson, S. K., Kushlev, K. & Lyubomirsky, S. (2014). The pains and pleasures of parenting: when, why, and how is parenthood associated with more or less well-being? *Psychological Bulletin*, 140(3), 846-895.
- [79]. Niemiec, C.P., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., Bernstein, J., Deci, E.L., and Ryan, R.M.(2006). The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A Self-determination theory perspective on socialization. *Journal of Adolescence*, 29(5), 761-775.
- [80]. Nisbett, R. E., Peng, K., Choi, I., & Norenzayan, A. (2001). Culture and systems of thought: Holistic versus analytic cognition. *Psychological Review*, 108(2), 291-310.
- [81]. Oishi, S., Diener, E., Choi, D.W., Kim-Prieto, C., & Choi, I. (2007). The Dynamics of daily events and well-being across cultures: When less is more. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(4), 685-698.
- [82]. Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S. & Galinha, I. C.(2013). Concepts of happiness across time and cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(5), 559-577.
- [83]. Oishi, S., Kuslev, K. & Schimmack, U.(2018). Progressive taxation, income inequality, and happiness. *American Psychologist*, 73(2), 157-168.
- [84]. Okur, E., Yalçın-Özdilek, Ş., (2012). Yapısal eşitlik modeli ile geliştirilmiş çevresel tutum ölçeği, *İlköğretim Online Dergisi*, 11 (1), 85-94.
- [85]. Owe E., V. L.Vignoles, M. Becker, R. Brown, P. B. Smith, S. W. Lee,... and P. Baguma. (2013). Contextualism as an important facet of individualism-collectivism: Personhood beliefs across 37 national groups. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44(1), 24-45.
- [86]. Özer G. (2009). Öz-belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- [87]. Puente-Diaz R(2011). Context effects: the role of collectivism as a moderator. *International Journal of Psychology*, 46(1), 55-62.
- [88]. Rapheal J. ve K. Paul V.(2015). Indian home environment from the perspective of self-determination theory. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 6(8), 778-783.
- [89]. Reis, H. T, Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(4), 419-435.
- [90]. Ryan, R. M., & Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60(2), 340-356.
- [91]. Ryan, R. M., Deci, E. L., & Grolnick, W. S. (1995). Autonomy, relatedness, and the self: Their relation to development and psychopathology. In D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Theory and methods* (pp. 618-655). New York: Wiley.
- [92]. Ryan, R. M., & Frederick, C. M. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65(3), 529-565.
- [93]. Ryan, R.M.,& Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- [94]. Ryan, R. M. ve Brown, K. W. (2003). Why we don't need self-esteem: On fundamental needs, contingent love, and mindfulness. *Psychological Inquiry*, 14(1), 71-76.

- [95]. Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2006). Self-regulation and the problem of human autonomy: Does psychology need choice, self-determination, and will? *Journal of Personality* 74(6), 1557-1586.
- [96]. Ryan, R. ve Deci, E. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development and Wellness*. New York: The Guilford Press.
- [97]. Sapmaz, F., Doğan, T., Sapmaz, S., Temizel, S. ve Tel, F.D. (2012). Examining predictive role of psychological need satisfaction on happiness in terms of self-determination theory. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 55, 861-868.
- [98]. Segars, A. H. Varun, G., (1993). Re-examining perceived ease of use and usefulness: a confirmatory factor analysis. *MIS Quarterly*, 17 (4), 517-525.
- [99]. Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- [100]. Seligman, M. E. P., Parks, A. C., & Steen, A. (2004). A balanced psychology and a full life. *Philosophical Transactions of The Royal Society B Biological Sciences*, 359(1449), 1379-1381
- [101]. Sheldon, K., Eliot, A. (1999). Goal striving, need satisfaction and longitudinal well-being: the self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482-497.
- [102]. Shin, D. C., & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality Department of Psychology of life. *Social Indicators Research*, 5(1), 475-492.
- [103]. Shweder, R. A., & Bourne, E. J. (1984). Does the concept of the person vary cross-culturally? In R. A. Shweder & R. A. LeVine (Eds.), *Culture theory: Essays on mind, self, and emotion* (pp. 158-199). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- [104]. 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), 240-275.
- [105]. Şeker B.D. (2005). Kente Göç Etmiş Bir Örneklemde Bireycilik-Toplulukçuluk Eğilimleri ve Değerler Açısından Kültüre Uyum (Kültürleşme) Süreçleri. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- [106]. Tay, L., Herian, M. N. & Diener, E. (2014). Detrimental effects of corruption on subjective well-being: whether, how, and when. *Social Psychological and Personality Science*, 5(7), 751-759.
- [107]. Tay, L., Zyphur, M. J. & Batz, C. (2018). Income and subjective well-being: review, synthesis, and future research. In *Handbook of Well-Being* (eds Diener, E., Oishi, S. & Tay, L.) DEF Publishers, Salt Lake City: DEF Publishers. DOI:nobascholar.com.
- [108]. Taylor, S. E. (1991). Asymmetrical effects of positive and negative events: The mobilization-minimization hypothesis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 67- 85.
- [109]. Tipandjan A., Schafer T., Sundaram S., ve Sedlmeier P. (2012). What are the important decisions in the lives of German and Indian University Students? The Structure of Real-life Decision-Making. *Processes, Integrative Physiological and Behavioral Science*, 46(2), 205-234.
- [110]. Triandis, H. C., McCusker, C., & Hui, C. H. (1990). Multimethod probes of individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 1006-1020.
- [111]. Triandis, H. C., Chan, D. K.-S., Bhawuk, D. P. S., Iwao, S., & Sinha, J. B. P. (1995). Multimethod probes of allocentrism and idiocentrism. *International Journal of Psychology*, 30(4), 461-480.
- [112]. Triandis, H.C. (1995). *New directions in social psychology. Individualism and Collectivism*. New York: Westview Press.
- [113]. Tummeltshammer, K. ve Amso, D. (2017). Top-down contextual knowledge guides visual attention in infancy. *Developmental Science*, 21(4), 1-9.

- [114]. Veenhoven, R. & Vergunst, F. (2014). The Easterlin illusion: economic growth does go with greater happiness. *International Journal of Happiness and Development*, 1(4), 311–343.
- [115]. Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691.
- [116]. Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity: The disposition to experience negative affective states. *Psychological Bulletin*, 96(3), 465- 490.
- [117]. Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- [118]. Watson, D., & Clark, L. A. (1997). Extraversion and its positive emotional core. In R. Hogan, J. Johnson, & S. Briggs (Eds.), *Handbook of personality psychology* (pp. 767-793). San Diego: Academic Press.
- [119]. White, M. P., Alcock, I., Wheeler, B. W. & Depledge, M. H.(2013). Would you be happier living in a greener urban area? A fixed-effects analysis of panel data. *Psychological Science*,24(6), 920–928.
- [120]. Yavuz, Ç. (2006). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: Karşılaştırmalı bir çalışma. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- [121]. Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29(3), 277–289.
- [122]. Yetim, Ü. (2001). Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri. İstanbul: Bağlam.
- [123]. Yu S., Levesque-Bristol C., ve Maeda Y. (2018). General need for autonomy and subjective well-Being: A Meta-Analysis of studies in the US and East Asia. *Journal of Happiness Studies*, 19(6), 1863-1882.

EKLER

EK 1: DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma Mersin Üniversitesi Psikoloji Bölümü yüksek lisans programına bağlı yürütülen bir tez çalışmasıdır. Çalışmada, bağlamsalcılık ve bireycilik ile öznel iyi olma arasındaki ilişkilerde temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünü belirlemek amaçlanmıştır. Çalışmaya katılım gönüllülük temellidir. Ölçeklerin tamamlanması yaklaşık 20-25 dakikanızı alacaktır. Çalışmada sizden herhangi bir kimlik bilgisi istenmemektedir. Anketlerin doğru veya yanlış cevabı yoktur. Cevaplar bilimsel amaçlar için kullanılacak olup tamamen gizli tutulacaktır. Araştırmanın güvenilirliği yönünden sorulara içten cevaplar vermeniz önemlidir. Lütfen tüm soruları yanıtlayınız.

İlginiz ve katılımınız için çok teşekkür ederim.

Psikolog Hatice Öztürk

Mersin Üniversitesi

Psikoloji Bölümü

Cinsiyetiniz: K () E ()

Yaşınız:

Bölümünüz:

EK 2 :BAĞLAMSALCILIK ÖLÇEĞİ

	Aşağıda çeşitli durumlara ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen ifadeyi okuduktan sonra size uyma derecesini sağ taraftaki kutucuklardan birini işaretleyerek belirtiniz.	Kesinlikle Katılmıyorum	Genelde Katılmıyorum	Kararsızım	Genelde Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Bir insanı iyi tanıyabilmek için, hangi sosyal gruplara üye olduğunu bilmek gereklidir.	1	2	3	4	5
2	Ne kadar uğraşırsa uğraşsın insan bazı durumları tersine çeviremez.	1	2	3	4	5
3	Bir insanı iyi tanımak için geldiği yer hakkında bilgi sahibi olmamız gereklidir.	1	2	3	4	5
4	Bir insanın sosyal konumunu bilmeden de onu iyi şekilde tanıyabiliriz.	1	2	3	4	5
5	Bir insanı iyi tanımak için ailesini bilmemiz gereklidir.	1	2	3	4	5
6	Bir insanın geldiği yeri bilmeden de onu iyi şekilde tanıyabiliriz.	1	2	3	4	5
7	Bir insanın içinde bulunduğu şartları bilmeden davranışlarının sorumluluğunu ona yüklememek gerekir.	1	2	3	4	5
8	Bir insanın karşı karşıya geldiği sonuçları ortaya çıkaran durumlar vardır.	1	2	3	4	5
9	Bir insanın ailesini tanımadan da onu iyi şekilde tanıyabiliriz.	1	2	3	4	5

EK 3: BİREYCİLİK ÖLÇEĞİ

	Aşağıda çeşitli durumlara ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen ifadeyi okuduktan sonra size uyma derecesini sağ taraftaki kutucuklardan birini işaretleyerek belirtiniz.	Kesinlikle Katılmıyorum	Genelde Katılmıyorum	Kararsızım	Genelde Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Çoğu kez, içimden geleni başkalarına aldırış etmeden yaparım.	1	2	3	4	5
2	Kazanmak her şeydir.	1	2	3	4	5
3	Başkalarına güvenmektense kendime güvenirim.	1	2	3	4	5
4	Başka birisi benden daha başarılı olduğu zaman kendimi gergin ve kamçılanmış hissederim.	1	2	3	4	5
5	Başkalarından bağımsız bireysel kimliğim benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5
6	Çoğu zaman kendime güvenirim; nadiren başkalarına güvenirim.	1	2	3	4	5
7	İşimi başkalarından daha iyi yapmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
8	Rekabet, doğanın kanunudur.	1	2	3	4	5

EK 4: İHTİYAÇ DOYUMU ÖLÇEĞİ

	Aşağıda çeşitli durumlara ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Lütfen ifadeyi okuduktan sonra size uyma derecesini sağ taraftaki kutucuklardan birini işaretleyerek belirtiniz.	Hiç doğru değil Biraz doğru Çok doğru						
1	Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar verme özgürlüğümün olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
2	Etkileşimde bulunduğum insanlardan gerçekten hoşlanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3	Kendimi çoğu zaman çok yeterli hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hayatımda kendimi baskı altında hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
5	Tanıdığım insanlar yaptığım şeylerde iyi olduğumu söylerler.	1	2	3	4	5	6	7
6	Etkileşimde bulunduğum insanlarla iyi geçinirim.	1	2	3	4	5	6	7
7	Daha çok kendi başımayımdır ve çok fazla sosyal etkileşime girmem.	1	2	3	4	5	6	7
8	Görüş ve düşüncelerimi ifade etmede genellikle kendimi özgür hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
9	Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanları arkadaşım olarak görürüm.	1	2	3	4	5	6	7
10	Son zamanlarda yeni ve ilginç beceriler öğrendim.	1	2	3	4	5	6	7
11	Günlük yaşamımda bana söylenenleri sıklıkla yapmak zorunda kalırım.	1	2	3	4	5	6	7
12	Hayatımdaki insanlar benimle ilgilenirler.	1	2	3	4	5	6	7
13	Çoğu zaman, yaptıklarımdan dolayı başarı duygusunu hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
14	Günlük yaşamımda etkileşimde bulunduğum insanlar duygularımı dikkate alırlar.	1	2	3	4	5	6	7
15	Hayatımda ne kadar yetenekli olduğumu gösterme şansını bulamıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
16	Yakın olduğum çok fazla insan yok.	1	2	3	4	5	6	7
17	Günlük yaşamımda kendi benliğimi ortaya koyabildiğimi hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
18	Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanlar benden hoşlanmıyor gibi gözüküyor.	1	2	3	4	5	6	7
19	Kendimi çoğu zaman becerikli hissetmem.	1	2	3	4	5	6	7
20	Günlük yaşamımda kendi kararlarımı vermek için çok fazla imkânım yoktur.	1	2	3	4	5	6	7
21	Genellikle insanlar bana karşı oldukça dostane davranır.	1	2	3	4	5	6	7

EK 5: PANAS

Bu ölçek farklı duyguları tanımlayan bir takım sözcükler içermektedir. Son iki hafta nasıl hissettiğinizi düşünüp her maddeyi okuyun. Uygun cevabı her maddenin yanında ayrılan yere (puanları daire içine alarak) işaretleyin. Cevaplarınızı verirken aşağıdaki puanları kullanın.

1. Çok az veya hiç
2. Biraz
3. Ortalama
4. Oldukça
5. Çok fazla

1. İlgili _____ 1 2 3 4 5

2. Sıkıntılı _____ 1 2 3 4 5

3. Heyecanlı _____ 1 2 3 4 5

4. Mutsuz _____ 1 2 3 4 5

5. Güçlü _____ 1 2 3 4 5

6. Suçlu _____ 1 2 3 4 5

7. Ürkmüş _____ 1 2 3 4 5

8. Düşmanca _____ 1 2 3 4 5

9. Hevesli _____ 1 2 3 4 5

10. Gururlu _____ 1 2 3 4 5

11. Asabi _____ 1 2 3 4 5

12. Uyanık _____ 1 2 3 4 5

(dikkati açık)

13. Utanmış _____ 1 2 3 4 5

14. İlhamlı _____ 1 2 3 4 5

(yaratıcı düşüncelerle dolu)

15. Sinirli _____ 1 2 3 4 5

16. Kararlı _____ 1 2 3 4 5

17. Dikkatli _____ 1 2 3 4 5

18. Tedirgin _____ 1 2 3 4 5

19. Aktif _____ 1 2 3 4 5

20. Korkmuş _____ 1 2 3 4 5

EK 6: YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

Aşağıda 5 cümle verilmiştir. Lütfen her cümleyi dikkatlice okuyunuz ve sizin için ne derece doğru olduğunu belirtmek için cümlenin yanındaki (1'den 7'ye kadar olan) rakamlardan size göre en doğru olan rakamı işaretleyiniz.

	MADDELER	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Hayatım birçok yönden idealimdekine yakın.	1	2	3	4	5	6	7
2	Hayat şartlarım mükemmel.	1	2	3	4	5	6	7
3	Hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hayattan şimdiye kadar istediğim önemli şeyleri elde ettim.	1	2	3	4	5	6	7
5	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

Adı ve Soyadı :Hatice Öztürk
Doğum Tarihi : 23.06.1992
E-mail : oztrkkhatice@gmail.com
Öğrenim Durumu : Yüksek Lisans

Derece	Bölüm/Program	Üniversite	Yıl
Lisans	Psikoloji	Mersin Üniversitesi	2010-2015
Yüksek Lisans	Psikoloji	Mersin Üniversitesi	2016-2020