



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

UYGULAMALI PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**ONTOLOJİK İYİ OLUŞUN
KARAR VE SEÇİMLER ÜZERİNE ETKİSİ**

Tuğba BALCI

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi H. Yıldız BURKOVİK

İSTANBUL-2025

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

UYGULAMALI PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ONTOLOJİK İYİ OLUŞUN
KARAR VE SEÇİMLER ÜZERİNE ETKİSİ

Tuğba BALCI

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi H. Yıldız BURKOVİK

İSTANBUL-2025

YEMİN METNİ

Bu çalışmanın kendi tez çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar hiçbir aşamasında etik dışı davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim.

A large, light gray, stylized signature watermark is centered on the page. It consists of several overlapping, slanted lines that form a complex, abstract shape, resembling a signature or a series of 'X' marks.

21/05/2025

Tuğba Balcı

İmza

TEŐEKKÖR

Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilgi ve deneyimiyle bana yol gösteren, akademik gelişimime değerli katkıları sunan, her aşamada sabır ve özveriyle destek olan değerli tez danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi H. Yıldız BURKOVİK'e en içten teşekkürlerimi sunarım.

Veri toplama sürecinde bana destek olan arkadaşlarıma, yüksek lisans ile tez sürecim boyunca yanımda olan, her ihtiyacımda desteğini esirgemeyen, her zorlukta bana güç veren ve motivasyon dolu sözleriyle yeniden ayağa kalkmamı sağlayan Tuğba'ya, yani kendime, içtenlikle teşekkür ederim.

Son olarak, stresli anlarımda bir an olsun yanımdan ayrılmayan, sevgileriyle beni sarıp sarmalayan, varlıklarıyla iç huzurumu korumama destek olan canım kedilerime gönülden teşekkür ederim.

Saygılarımla,

Tuğba BALCI

ÖZET

Bu çalışma ontolojik iyi oluşun karar ve seçimler üzerindeki etkilerini incelemek amacıyla yürütülen nicel bir araştırmadır. Araştırmaya, 25-55 yaş aralığında olan 51'i (%12,6) erkek, 353'ü (%87,4) kadın olmak üzere gönüllü 404 katılımcı dâhil edilmiştir. Araştırma sosyal medya platformları (Facebook, Instagram, WhatsApp) üzerinden çevrimiçi olarak gerçekleştirilmiş ve katılımcılara Google Forms aracılığıyla ulaşılmıştır. Araştırmada ontolojik iyi oluş, psikolojik iyi oluş (yaşamdaki amaç) ve karar verme süreçleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca değişkenler yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi ve medeni durum gibi demografik değişkenler açısından da analiz edilmiştir. Araştırmada sosyo-demografik özellikleri elde etmek için "Sosyo-Demografik Bilgi Formu", kişilerin ontolojik iyi oluş düzeylerini belirlemek amacıyla "Yaşam Projesi (Ontolojik İyi Oluş) Ölçeği", yaşamda bir amaca sahip olmanın iyi oluşla ilişkisini değerlendirmek için "Psikolojik İyi Olma Ölçekleri (Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği)", karar verme süreçlerini incelemek için ise "Karar Verme Stilleri Ölçeği" ve Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği" kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS v25 paket programı ile analiz edilmiştir.

Araştırma bulgularına göre, ontolojik iyi oluşun bireylerin karar verme süreçleri üzerinde demografik değişkenlere göre anlamlı farklılıklar ve ilişkiler bulunmuştur. Ontolojik iyi oluş düzeyi arttıkça bireylerin kararlarını daha bilinçli, dengeli ve içsel olarak tutarlı biçimde verdikleri; pişmanlık, anlamsızlık ve kararsızlık duygularının ise bu süreci olumsuz etkilediği gözlemlenmiştir. Eğitim düzeyi, yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu ve psikolojik durum gibi faktörlerin, bireylerin karar verme süreçlerinde belirleyici olduğu tespit edilmiştir. Özellikle, yüksek içsel motivasyon ve umut duygusuna sahip bireylerin daha rasyonel kararlar aldıkları; geçmişe yönelik yoğun pişmanlık hissi taşıyan bireylerin ise karar verme sorumluluğundan kaçınma ve dışsal yönlendirmelere bağımlı olma eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir. Ontolojik iyi oluşun, bireyin yaşamla kurduğu ilişkiyi ve karar verme süreçlerini bütüncül olarak etkileyen önemli bir kavram olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ontolojik iyi oluş, karar verme

IMPACT OF ONTOLOGICAL WELL BEING IN OUR DECISIONS AND CHOICES

ABSTRACT

This study is a quantitative research conducted to examine the effects of ontological well-being on decisions and choices. The study involved 404 voluntary participants, consisting of 51 men (12.6%) and 353 women (87.4%) between the ages of 25 and 55. The research was carried out online through social media platforms (Facebook, Instagram, WhatsApp) with participants reached via Google Forms. The study investigated the relationship between ontological well-being, psychological well-being (life purpose), and decision-making processes. Additionally, it analyzed demographic variables such as age, gender, education level, and marital status. Data collection tools included the "Sociodemographic Information Form," the "Living Project (Ontological Well-being) Scale" to measure ontological well-being, the "Psychological Well-Being Scale (Life Purpose Subscale)" to assess the relationship between having a purpose in life and well-being, and the "Decision-Making Styles Scale" along with the "Rational and Intuitive Decision Styles Scale" to examine participants' decision-making processes. The data obtained were analyzed using the SPSS v25 software package.

According to the research findings, significant differences and relationships were found between ontological well-being and individuals' decision-making processes based on demographic variables. It was observed that as the level of ontological well-being increased, individuals made their decisions in a more conscious, balanced and internally consistent manner, while feelings of regret, meaninglessness and indecision negatively affected this process. Factors such as education level, age, gender, marital status, employment status, and psychological state significantly influence decision-making processes. Particularly, individuals with high internal motivation and hope tend to make more rational decisions, whereas those with strong feelings of regret about the past are more likely to avoid decision-making responsibility and depend more on external influences. In conclusion, ontological well-being is a crucial concept that holistically influences a person's relationship with life and their decision-making processes.

Keywords: Ontological well-being, decision-making

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
TEŞEKKÜR	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
İÇİNDEKİLER	v
TABLolar DİZİNİ	x
ŞEKİLLER DİZİNİ	xii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	xiii
1. GİRİŞ	1
1.1. Problemin Tanımı	1
1.2. Araştırmanın Amacı	2
1.3. Araştırmanın Önemi	2
1.4. Araştırmanın Hipotezleri	4
1.5. Sınırlılıklar	4
1.6. Tanımlar	5
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1. İyi Oluş Kavramına Genel Bakış	6

2.2. Psikolojik İyi Oluş	8
2.3. Öznel İyi Oluş.....	10
2.4. Ontolojik İyi Oluş	13
2.4.1. Ontolojik İyi Oluşla İlgili Kuramsal Açıklamalar	14
2.4.2. Ontolojik İyi Oluşun Boyutları.....	17
2.4.3. Ontolojik İyi Oluşla İlgili Çalışmalar.....	21
2.5. Karar Verme Kavramı	23
2.5.1. Karar Verme Sürecinin Temelleri ve Aşamaları	27
2.5.2. Karar Verme Davranışını Etkileyen Faktörler.....	32
2.5.3. Karar Verme Stilleri ve Kuramsal Yaklaşımlar	34
2.5.4. Karar Verme Stilleri ile İlgili Yapılmış Çalışmalar.....	42
3. MATERYAL VE YÖNTEM	46
3.1. Araştırma Modeli	46
3.2. Örneklem	46
3.3. Veri Toplama Araçları.....	47
3.3.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu	47
3.3.2. Sosyodemografik Bilgi Formu.....	47
3.3.3. Ontolojik İyi Oluş Ölçeği / Yaşam Projesi Ölçeği (OİÖ)	47
3.3.4. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği (PİOYAAÖ).....	48

3.3.5. Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ)	49
3.3.6. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği (AKVSÖ)	49
3.4. Verilerin Toplanma Süreci	50
3.5. Analiz.....	51
4. BULGULAR	52
4.1. Ölçek Güvenirlik Analizleri	52
4.2. Sosyodemografik Özelliklere İlişkin Bulgular	53
4.3. Yaş ile Alt Ölçek ve Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiler	54
4.4. Cinsiyete Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	56
4.5. Eğitim Durumu ile Alt Ölçek ve Ölçekler Puanları Arasındaki İlişkiler.....	57
4.6. Medeni Duruma Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	58
4.6.1. Erkeklerde Medeni Duruma Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	59
4.6.2. Kadınlarda Medeni Duruma Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	61
4.7. Çalışma Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	62
4.8. Kronik Rahatsızlık Görülme Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	63
4.9. Psikolojik Rahatsızlık Görülme Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması	64

4.10. Geçmişte Psikolojik Rahatsızlık Görülme Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması.....	66
4.11. Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkiler	67
4.11.1. Erkeklerde Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkiler.....	69
4.11.2. Kadınlarda Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkiler	70
4.12. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği ile Karar Verme Stilleri ve Alt Ölçeklerinin Ontolojik İyi Oluş Düzeylerini Yordaması.....	73
4.12.1. OİÖ Toplam Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi	73
4.12.2. OİÖ Pişmanlık Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi	74
4.12.3. OİÖ Aktivasyon Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi	74
4.12.4. OİÖ Hiçlik Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi	75
4.12.5. OİÖ Umut Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi	76
4.12.6. OİÖ Toplam Ölçek Puanı ile PİÖYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi	77
4.12.7. OİÖ Pişmanlık Alt Ölçek Puanı ile PİÖYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi.....	77
4.12.8. OİÖ Aktivasyon Alt Ölçek Puanı ile PİÖYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi.....	78
4.12.9. OİÖ Hiçlik Alt Ölçek Puanı ile PİÖYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi	78

4.12.10. OİO Umut Alt Ölçek Puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi	79
5. TARTIŞMA.....	80
5.1. Sosyodemografik Özelliklere İlişkin Açıklamalar	80
5.2. Psikolojik Rahatsızlık Görülme Durumuna İlişkin Açıklamalar	84
5.3. Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkilere Dair Açıklamalar	85
5.4. Cinsiyete Göre Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkilere Dair Açıklamalar	87
5.5. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği ile Karar Verme Stilleri ve Alt Ölçeklerinin Ontolojik İyi Oluş Düzeylerini Yordaması.....	91
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	94
7. KAYNAKÇA	98
8. EKLER	112
Ek 1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu	112
Ek 2. Yaşam Projesi Ölçeği (Ontolojik İyi Oluş)	113
Ek 3. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği	114
Ek 4. Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ)	115
Ek 5. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği (ASKVSÖ).....	116
Ek 6. Özgeçmiş	117
Ek 7. Ölçek İzinleri	118

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1. Ölçek Güvenirlik Analizi.....	52
Tablo 2. Sosyodemografik Değişkenler.....	53
Tablo 3. Yaş ile alt ölçek ve ölçek puanları arasındaki ilişkiler.....	55
Tablo 4. Cinsiyete göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması	56
Tablo 5. Eğitim durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanları arasındaki ilişkiler.....	57
Tablo 6. Medeni durumu göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması.....	58
Tablo 7. Erkeklerde medeni durumu göre alt ölçek ve ölçek puanlarının	59
Tablo 8. Kadınlarda medeni durumu göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması	61
Tablo 9. Çalışma durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması.....	62
Tablo 10. Kronik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması	63
Tablo 11. Psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması	64
Tablo 12. Geçmişte psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması	66
Tablo 13. Ölçek ve alt ölçekler arası ilişkiler (n=404)	67
Tablo 14. Erkeklerde ölçek ve alt ölçekler arası ilişkiler.....	69
Tablo 15. Kadınlarda ölçek ve alt ölçekler arası ilişkiler.....	71
Tablo 16. OİO toplam ölçek puanı için regresyon analizi.....	73
Tablo 17. OİO pişmanlık alt ölçek puanı için regresyon analizi.....	74
Tablo 18. OİO aktivasyon alt ölçek puanı için regresyon analizi.....	75
Tablo 19. OİO hiçlik alt ölçek puanı için regresyon analizi.....	75
Tablo 20. OİO umut alt ölçek puanı için regresyon analizi.....	76
Tablo 21. OİO toplam ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi.....	77

Tablo 22. OİO pişmanlık alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi.....	77
Tablo 23. OİO aktivasyon alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi.....	78
Tablo 24. OİO hiçlik alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi.....	79
Tablo 25. OİO umut alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi.....	79



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. İyi Bir Kararın Özellikleri Akış Şeması.....	25
Şekil 2. Mitroff ve Kilman'ın (1975) Karar Stilleri.....	37
Şekil 3. Keegan Karar Verme Stili.....	38
Şekil 4. Rowe ve Boulgarides'in Karar Verme Stili Yaklaşımı.....	38



SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

AKSVÖ: Akılcı ve sezgisel karar verme stilleri ölçeği

KVSÖ: Karar verme stilleri ölçeği

OİO: Ontolojik iyi oluş

PİOYAÖ: Psikolojik iyi olma yaşamdaki amaç alt ölçeği

WHO: Dünya sağlık örgütü

N: Kişi Sayısı

P: Anlamlılık Değeri

R: Korelasyon Katsayısı

1. GİRİŞ

1.1. Problemin Tanımı

Pozitif psikolojinin temel yapı taşlarından biri olarak kabul edilen öznel iyi oluş, bireyin yaşam doyumu ile olumlu ve olumsuz duygularına ilişkin değerlendirmelerinin birleşiminden oluşan, bireyin yaşamının duygusal ve bilişsel değerlendirmesidir. Buna karşılık ontolojik iyi oluş, bireyin yaşam doyumuna yönelik bilişsel değerlendirmelerini geçmiş, bugün ve gelecek perspektifinden ele alarak bir yaşam projesi olarak değerlendirmektedir (Kaba, 2020).

Şimşek ve Kocayörük (2013), ontolojik iyi oluşu, bireyin yaşamla ilgili anlam ve amaç arayışlarını açıklamaya yardımcı olan en uygun kavram olarak görmektedir. Buna karşılık öznel iyi oluş, kişinin hayatını bütünüyle değerlendirmek yerine duygusal deneyimlerine ve bu deneyimlerin kişide uyandırdığı hislere odaklanır; yaşam doyumu kavramını net bir biçimde tanımlamaz. Şimşek (2009), yaşam doyumu kavramını yeterince karşılamadığı gerekçesiyle “öznel iyi oluş” yerine “ontolojik iyi oluş” kavramını literatüre kazandırmıştır.

Şimşek (2009), Diener ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilen öznel iyi oluş kuramının duygusal ve bilişsel boyutlar arasındaki ilişkilere dair belirsizlikleri ve zamanın yalnızca şimdiki zaman dilimine odaklanan yaklaşımını eleştirerek, ontolojik iyi oluş kavramını literatüre kazandırmıştır (Kaba, 2020).

Ontolojik iyi oluş, son dönemlerde psikolojik sağlık alanında ilgi uyandıran ve alanda yapılacak çeşitli araştırmalara zemin hazırlayan bir kavram olarak öne çıkmaktadır. İyi oluşu daha geniş bir perspektifle tanımlamak ve ölçmek için Şimşek ve Kocayörük (2013) tarafından geliştirilen ontolojik iyi oluş kavramı üzerinde yapılan çalışmaların sayısının oldukça sınırlı olduğu gözlemlenmektedir (Kaba, 2020).

Psikolojik iyi oluş kavramı ile ilgili birçok araştırma mevcutken, ontolojik iyi oluşun bu alandaki kavramlarla önemli farklılıklar gösterdiği belirtilmektedir. Psikolojik iyi oluş, bireyin kendisinden memnun olması, olumlu bir öz değerlendirmeye sahip olması ve kendine dair bir farkındalık geliştirmesiyle tanımlanırken (Gürbüz ve Göller, 2022), ontolojik iyi oluş, kişinin geçmiş deneyimlerini değerlendirerek geleceğe yönelik

bir perspektif geliştirmesi ve kendi yaşam hikâyesini oluşturmasıyla ilgilidir. Bu oluşturulan hikâye, bireyin şu anki iyi oluş durumunda belirleyici bir rol oynar (şimşek, 2009).

Bu çalışmada ontolojik iyi oluşun karar ve seçimlerimiz üzerine etkisinin ortaya konması, kişinin iyi oluş halinin daha geniş bir perspektiften ele alınması gerektiğine ve bireyin yaşamındaki deneyimlerin, geçmişinin, geleceğe dair umutlarının ve kaygılarının, karar verme ve seçim yapma süreçlerinde önemli bir rol oynadığına işaret edecektir. Bu bağlamda, kişinin kendi hikâyesini nasıl inşa ettiği ve bu yapının iyi oluş durumu üzerindeki etkisi daha iyi anlaşılabilecektir.

Ontolojik iyi oluş ile farklı değişkenler arasındaki bağlantıları inceleyecek araştırmaların literatürü zenginleştireceği ve bu kavramın gelişimine önemli katkılar sunacağı öngörülmektedir. Dolayısıyla, çalışmanın alanın gelişimine katkı sağlaması, literatürdeki boşluğu doldurması ve gelecek çalışmalara zemin hazırlaması beklenmektedir.

1.2. Araştırmanın Amacı

İyi oluş halimizin hayat boyu verdiğimiz kararlara ve yaptığımız seçimlere etkisini; geçmiş, şimdi ve gelecek perspektifinden ele alarak incelemeyi amaçlayan bu çalışma, kişinin iyi oluş halinin daha geniş bir kapsamda ele alınmasını, ontolojik iyi oluşun karar ve seimlerimizle anlamlı bir ilişkisinin olup olmadığının araştırılmasını amaçlamaktadır. Araştırmanın sonucunda, ontolojik iyi oluşun karar ve seçimlerimiz üzerinde anlamlı etkilerinin olduğunun ortaya konması beklenmektedir.

Temel amacının yanında, yaş, cinsiyet, eğitim, medeni durum gibi sosyodemografik değişkenlerle birlikte, ontolojik iyi oluşun karar ve seçimlerimiz üzerine etkilerinin de araştırılması hedeflenmektedir.

1.3. Araştırmanın nemi

Yaşam projesi olarak da adlandırılan ontolojik iyi oluş, bireyin yaşam hedefleri, hayatın anlamı veya amacı gibi temel arayışlarıyla yakın ilişkilidir. Bu bakış açısıyla, kişisel yaşamımızın geçmiş, gelecek ve şu anı kapsayan bütünsel bir yapı olduğu ifade

edilmektedir. Birey, yaşam amacına ulaşabilmek için geçmiş, şimdi ve geleceği bir araya getiren bir yaşam projesi oluşturmaktadır.

Geçmişin getirileri, bugünkü motivasyonumuz ve gelecekteki umutlarımız; bu kavramın dinamik yapısını oluşturan unsurlardır. Geçmişte yaşanan pişmanlıklar, şu anla ilişkimizde önemli bir yer tutar ve varoluşsal bir duygu olarak değerlendirilir. Bireyin hissettiği duygular, yaşamış olduğu pişmanlıklar ve deneyimlediği zorluklar, karar verme sürecine ve hayatında yaptığı seçimlere etki ederek, bireyin yaşamını şekillendirmesinde önemli bir yer teşkil etmektedir.

Ontolojik iyi oluş, geçmiş, şimdi ve gelecek boyutunu bir arada incelerken, geçmişin hem olumlu duyguları (tatmin, gurur) hem de olumsuz duyguları (pişmanlık) barındırdığından bahseder. Şimdiki zaman boyutunda birey, bir yaşam projesi geliştirme arzusuyla harekete geçebilir veya mevcut durumunu kabullenip herhangi bir gelişme kaydedemeyeceği düşüncesiyle hiçlik hissine kapılabilir. Gelecek boyutu ise sadece umut ve iyimserlik ile ilişkilidir; zira geleceğe dair umut, yaşam projesinde yeniliklere açık olmayı ve deneyim arzusu taşımayı simgeler. Kişinin iyi oluşunun sadece kendi çabasına bağlı olmadığını, toplumsal, çevresel ve kültürel faktörlerden etkilendiğini savunan ontolojik iyi oluş kavramı, iyi oluşun varoluşsal anlam, bireyin dünya ile ilişkisi, toplumsal bağlar gibi unsurlarla bağlantılı olduğunu savunmaktadır.

Literatürde ontolojik iyi oluşun karar ve seçimlerimiz üzerine etkilerini araştıran bir çalışma bulunmamaktadır. Bu kavramların birbirleriyle nasıl bir ilişkiye sahip olduklarına ilişkin bir çalışmanın olmaması, yürütülmekte olan bu araştırmanın gerekliliğini göstermektedir. Literatürdeki boşluğu doldurabilmek adına büyük bir öneme sahip olan bu çalışma, bireyin kendi geleceği için oluşturduğu yaşam projesinin, bireyin verdiği kararlar ve yaptığı seçimler üzerindeki etkisini ortaya koyabilmek bakımından da anlamlı katkı sağlayacaktır.

1.4. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın hedefleri doğrultusunda belirlenen hipotezler aşağıda sunulduğu gibidir:

1. Ontolojik iyi oluş düzeyi, karar ve seçimleri anlamlı düzeyde etkilemektedir.
2. Ontolojik iyi oluş düzeyi, karar verme stillerini anlamlı düzeyde etkilemektedir.
3. Ontolojik iyi oluş düzeyi ile karar ve seçimler, yaşam amaçlarını anlamlı düzeyde etkilemektedir.
4. Ontolojik iyi oluşun karar ve seçimler üzerine etkisi, yaş ve cinsiyet bakımından anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.
5. Ontolojik iyi oluş düzeyinin karar ve seçimler üzerine etkisi, eğitim ve çalışma durumu bakımından anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma sadece 25-55 yaş aralığındaki 404 sağlıklı yetişkin bireyle sınırlıdır.

Araştırma, katılımcıların %87,4'ünü kadınlar, %12,6'sını ise erkekler oluşturduğu için cinsiyet dağılımı açısından sınırlıdır.

Araştırmanın verileri sosyal medya platformları aracılığıyla ilişkisel tarama modeli ile toplanmıştır. Veri toplama araçlarına online olarak erişim sağlanabildiği için internet erişimi olan bireylerle sınırlıdır.

Araştırmanın verileri Sosyodemografik Bilgi Formu, Ontolojik İyi Oluş Ölçeği, Psikolojik İyi Olma-Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği, Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği ve Karar Verme Stilleri Ölçeğinden elde edilen verilerle sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Psikolojik İyi Oluş: Psikolojik iyi oluş, bireysel gelişim ve olgunlaşma, varoluşsal zorluklara meydan okuma, kendine hedefler koyma ve onları gerçekleştirecek konsantrasyona sahip olmak (Waterman,1993; Keyes vd. 2002).

Öznel İyi Oluş: Olumlu duygular, olumsuz duygular ve yaşam doyumunu bir bütün halinde ele alarak, hayatın duygusal ve bilişsel değerlendirmesini yapmak (Diener 1984; Diener ve Lucas 2000).

Ontolojik İyi Oluş (Yaşam Projesi): Bireyin yaşamını, geçmiş, şimdi ve gelecek perspektifinden değerlendirerek, öznel bir anlatı veya hikâye gibi ele aldığı, yaşamın anlam ve amacına en yakın bütünsel (bilişsel ve duygusal) bir değerlendirme (Şimşek, 2008).

Karar: Seçim yapmak zorunda olunan çeşitli seçenekler arasından birini seçme durumu ve bu seçimin sonucunu ifade eder (TDK Büyük Türkçe Sözlük, 2005; Güngör ve Özcan, 2022).

Karar Verme: Belirlenen amaçlara ulaşmak için mevcut seçenekler arasından seçim yapma davranışı ve bu seçim sonucunda hedefe ulaşmayı sağlayan süreç (TDK Büyük Türkçe Sözlük, 2005; Güngör ve Özcan, 2022).

Karar Verme Stili: Karar verme stili karar verilecek bir olay ya da durumla karşılaşma esnasında bireyin alışkanlıkları kapsamında sergilemiş olduğu genel tavır (Scott ve Bruce, 1995).

2. GENEL BİLGİLER

2.1. İyi Oluş Kavramına Genel Bakış

İyi oluşun doğası ve iyi yaşamın koşulları, insanlık tarihi boyunca bireysel ve felsefi sorgulamalara konu olmuştur. Bu kavrama ilişkin tanımlar, Antik Yunan dönemine kadar uzanmaktadır (Hofer, Busch ve Kiessling, 2008, Diener, 2009, Akt. Ümmet, 2020, syf. 166). ç

Pozitif psikolojinin kurucularından olan Martin Seligman, 20. yüzyılın başlarına kadar odak noktasına bireylerin olumsuz duygularını, güçsüz yönlerini, problemlerini, bozukluklarını ve patolojilerini alarak, hastalıkları iyileştirmeyi amaçlayan geleneksel psikolojiyi eleştirmiştir. 20. yüzyılın sonlarına doğru ise bireylerin iyi oluş halini ve yaşam kalitesini artırmaya odaklanan pozitif psikoloji yaklaşımının temellerini atmış; kişinin güçlü yönlerine ve olumlu özelliklerine odaklanmanın önemini vurgulamıştır (Seligman, 1998; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Bu yaklaşıma göre, yalnızca hastalığın ya da bozuklukların ortadan kaldırılması yeterli değildir; aynı zamanda kişinin iyi oluş halinin artırılması ve sürdürülebilir olması gerekmektedir. Pozitif psikoloji yaklaşımında, bireylerin yaşamlarını iyileştirip daha kaliteli bir hayat sürebilmelerine yardımcı olacak zemin hazırlanarak, problemlerin ortaya çıkmasının en başından önlenmesi amaçlanmaktadır (Gable ve Haidt, 2005). Kişinin kendisini her daim iyi hissetmesinin ötesinde, hayatta karşılaştığı başarısızlıklar, hayal kırıklıkları ve kayıplar karşısında hissettiği olumsuz duygularla başa çıkabilmek için sürdürülebilir bir iyi oluş haline sahip olması önem taşımaktadır (Ryff, 2013).

Benzer bir görüşle, iyi oluş halinin sürekliliğinin kişinin sağlıklı bir hayat gidişatına sahip olmasıyla bağlantılı olduğunu savunan Huppert (2009), iyi oluş halinin sürdürülebilir olmasının, kişilerin daima sağlıklı olmalarıyla değil kendilerini zorlayan acı, yas, tükenmişlik gibi hislerle karşı karşıya kaldığında da yaşadıklarını hayatının bir parçası olarak kabul edebilmesiyle mümkün olduğunu ifade etmektedir (Huppert, 2009). Yani, bahsi geçen durumlarla yüzleşebilmek ve başa çıkabilmek oldukça önemlidir. Aksi takdirde, kişinin iyi oluş halinin azalması kaçınılmaz bir gerçektir.

Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) iyi oluş (refah) tanımında, kişinin hem fiziksel hem de psikolojik ve sosyal olarak, yaşam kalitesinin iyi olma halinden bahsedilmektedir. Kişinin yalnızca fiziksel olarak sağlıklı olmasının iyi oluş hali için yeterli olmadığını savunan bu görüşe göre, yalnızca hasta olan bireyleri iyileştirmeyi amaçlayan bir yaklaşım, hasta ya da bir bozukluğa sahip olmayan ve aslında toplumun büyük bir kesimini oluşturan kişileri dışlamak anlamına gelmektedir. WHO iyi oluşu tanımlarken, fiziksel ve zihinsel sağlığın yanı sıra psikososyal denge, toplumsal uyum ve yaşam kalitesine de odaklanmaktadır (WHO, 2021). Bu bakış açısı, iyi oluşu yalnızca hastalıkların yokluğu olarak değil; aynı zamanda kişinin fiziksel ve toplumsal olarak işlevsel bir yaşam sürdürebilmesi olarak değerlendirmektedir.

İyi oluş, bireyin kişisel ve sosyal hedeflerini gerçekleştirmesi, toplum içinde kendisine bir amaç edinmesi ve bu amacı geliştirmesiyle şekillenen dinamik bir süreçtir. Durağan bir durumdan ziyade, kişinin çevresiyle ve dünyayla olan etkileşimiyle şekillenen iyi oluş kavramı, mutlulukla eşdeğer bir kavram değildir. Çünkü öfke, depresyon, kaygı ve üzüntü gibi duygular da insan doğasının bir parçasıdır (Government Office for Science, 2008).

İyi oluş kavramı, her ne kadar Seligman'ın yoğun çalışmaları sonucunda alan yazında ön plana çıkmış olsa da bu kavram Seligman'ın dikkatini çekmeden önce de çeşitli araştırmalara konu olmuştur. Ancak Seligman'ın konuya dair yaptığı vurgu, iyi oluş haline yönelik çalışmalara ivme kazandırmıştır (Eryılmaz, 2017).

İnsan yaşamının olumlu yanlarına odaklanarak yeni bakış açıları geliştirmeyi ve bu doğrultuda farklı yaklaşımlar sunmayı amaçlayan pozitif psikoloji, bilimsel araştırmalar ışığında bireyin tam anlamıyla iyi oluş haline odaklanmakta; iyi oluş, mutluluk ve insanların arzuladığı bütün olumlu duyguları merkezine almaktadır (Carr, 2016).

İyi oluş kavramını farklı perspektiflerden ele alan pozitif psikoloji yaklaşımında, bireyin iyi oluş halini çeşitli yönlerden inceleyen “psikolojik iyi oluş”, “özel iyi oluş” ve son yıllarda alan yazına kazandırılan “ontolojik iyi oluş” kavramları dikkat çekmektedir.

2.2. Psikolojik İyi Oluş

Psikolojik iyi oluş, bireysel gelişim ve olgunlaşma, varoluşsal zorluklara meydan okuma, kendine hedefler koyma ve onları gerçekleştirecek konsantrasyona sahip olmak olarak tanımlanır (Waterman,1993; Keyes vd. 2002). Psikolojik iyi oluşun ana amacı, kişinin salt mutluluğundan ziyade, kendi potansiyelini gerçekleştirmesi ve yaşam amaçlarına ulaşmaya çalışarak kendisiyle barış içinde yaşamasını sağlamaktır (Ryff ve Singer, 1998; Ryan ve Deci, 2001; Onraet et al., 2013).

Modern psikoloji, Aristoteles'in felsefi yaklaşımı olan ödemonia (psikolojik işlevsellik) tanımına dayanarak, psikolojik iyi oluş kavramına bilimsel bir açıklama getirmiştir. Ödemonizm, bireyin nihai amacının, gerçek öz benliğine sahip çıkarak anlamlı ve erdemli bir hayat sürmek olduğunu savunur (Waterman, 1993, s. 678) Aristoteles'e göre, iyi oluşa giden yol; akıllı, erdemli, tefekkürle dolu ve kişinin kendi özgünlüğünü koruyarak varlığını sürdürmesiyle şekillenir (Norton, 1976).

Ryff (1989), yalnızca mutluluk odaklı olmanın psikolojik iyi oluş kavramının temelini oluşturmakta yetersiz olduğunu savunmuştur. Çünkü Ryff'a göre mutluluk, kişinin yaşamış olduğu nitelikli hayatın bir ürünüdür (Ryff ve Singer, 1998). Ödemonik mutluluk kavramını temel alan Ryff (1989), ayrıca Maslow, Buhler, Rogers, Erickson, Alport ve Neugarten gibi gelişim psikologlarının çalışmalarından etkilenecek yaşam boyu gelişim perspektifiyle psikolojik işlevsellik görüşünü psikolojik iyi oluşla bağdaştırmış ve 1989 yılında altı boyuttan oluşan bir psikolojik iyi oluş modeli ortaya atmıştır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002, Ekşioğlu, 2011; Ergezen 2024) Ryff psikolojik iyi oluş halinin, yalnızca bireyin sağlıklı bir ruh haline sahip olmasıyla değil, aynı zamanda hayatındaki varoluşsal görevlerini işlevsel olarak yerine getirebilmesiyle açıklanabilecek bir ruhsal durum olduğunu savunmuştur. (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002).

Psikolojik iyi oluşun çok boyutlu yapısını merkeze alarak, bu boyutların bireylerin genel iyi oluş haline olumlu etkilerini açıklayan Ryff'ın geliştirdiği “Psikolojik İyi Oluş” modelinin ilk aşaması kendini kabulle başlar. Kişinin kendini olduğu haliyle kabul etmesi ve kendini olumlu bir bakış açısıyla değerlendirmesi psikolojik iyi oluşun temelini oluşturmaktadır (Ryff ve Keyes, 1995; Ryff ve Singer, 2008).

Ryff'ın psikolojik iyi oluş modelinin ikinci boyutunu özerklik kavramı oluşturur. Özerklik, bireyin başkalarının onayına ihtiyaç duymadan ve çevresel baskılardan etkilenmeden kendi kararlarını alabilmesi ve kendi yaşam yolunu bağımsızca seçebilmesi anlamına gelir. Bu kavram, kişinin kendi yaşamı üzerinde söz sahibi olmasını ve özgür iradesiyle belirlediği hedeflere ulaşmak için bağımsız hareket edebilme yeteneğine sahip olmasını ifade eder (Ryff, 1989; Çağırca, 2020).

Psikolojik iyi oluşun bir diğer boyutu ise kişilerarası ilişkilerdir. Güvene dayalı, derin ve sıcak ilişkiler kurup sürdürebilmek ve aynı zamanda sevmeye yeteneğine sahip olmak, olumlu ilişkiler kurmanın anahtarıdır (Ryff, 1989). Diğerleriyle sıcak ilişkiler kurmayı öğrenen birey, bireysel gelişim boyutuna geldiğinde kendini geliştirip potansiyelini gerçekleştirmeye odaklanmalıdır (Ryff, 1995). Aristoteles'in ödemonia kavramına en yakın alt boyut olan bireysel gelişim, bireyin büyüme ve gelişmeye açık olması anlamına gelir (Ryff ve Keyes, 1995). Zorluklardan uzak, stabil bir hayat sürmek yerine; yaşam boyu gelişime açık olmak ve hayatın farklı dönemlerinde karşısına çıkacak güçlüklerle yüzleşmeye hazır olmak, bireysel gelişimin temelini oluşturur (Ryff, 1989; Kuyumcu, 2012).

Psikolojik iyi oluş kavramı, psikolojik gelişim ve varoluşla ilişkili olan yaşamın anlamı gibi ontolojik unsurları da içinde barındırır (Diener, 1984). Kendini kabule geçen birey, anlamlı bir hayata sahip olmak için kendisine bir yaşam amacı ve ulaşılacak hedefler belirlemelidir (Reker, Peacock ve Wong, 1987, Ryff ve Singer, 1998). Bu hedefler, kişinin hem anlam arayışına hem de dünyada iz bırakma arzusuna dikkat çekerek varoluşsal bir algıya vurgu yapmaktadır (Crumbaugh ve Maholick, 1964). Kişinin kendisine bir yaşam amacı belirlemesi ve pozitif işlevselliğe sahip olması, hayattaki yönünü belirlemesine ve anlamlı bir hayat yaşama hissiyatına sahip olmasına yardımcı olur (Ryff ve Keyes 1995). Hayatta bir amacı olduğunu düşünen kişi, yaşam deneyimlerinin bir anlam taşıdığına inanır; çünkü kendi içinde bir yön duygusuna sahiptir ve gerçekleştirmek istediği hedefleri vardır. Geçmişe, şimdiye ve gelecek yaşamına baktığında anlamlı bir hayat yaşadığını hisseder. Ancak, amaçsız ve yön duygusundan yoksun bir hayat yaşayan kişi, aynı zamanda anlam duygusundan da yoksundur (Ryff, 1989b). Geçmiş yaşamına baktığında amaçsız hisseden ve yaşamına anlam katan bir inanç ya da bakış açısına sahip olmayan kişinin, geleceğe dair de bir yönü ve amacı yoktur. Amaç, aynı zamanda kişinin günlük kararlarına ve yaşamındaki hedeflerine yön

veren bir rehberdir (Ryff, 1989a; Ryff ve Keyes, 1995; Ryff ve Singer, 2008; McKnight ve Kashdan, 2009). Yaşamda bir anlam ve amaca sahip olmak, kişinin psikolojik iyi oluşunu olumlu yönde etkiler ve hayat seçimlerini şekillendirmesine yardımcı olan güçlü bir motivasyon sağlar (Damon, Menon ve Bronk, 2003).

Bireysel gelişimini tamamlayarak çevresel hakimiyet boyutuna ulaşan bireyler, yaşam koşullarını kendi değerlerine uygun biçimde düzenleyebilir ve yaşadıkları çevreyi kendi hedefleri ve ihtiyaçları doğrultusunda yönetebilme becerisi kazanırlar (Ryff C. D., 1995). Çevresel hâkimiyeti yüksek bireyler, karşılaştıkları sorunları ve olayları yönetmekte zorlanmazlar. Çünkü kendi kendilerine yetebildikleri için her türlü olumlu ya da olumsuz durumu yönetebilme yeteneğine sahiptirler (Ryff ve Singer, 2008, Ryff, 2014).

Psikolojik iyi oluş kavramına dair yıllar içinde pek çok kuramsal çalışma yapılmış olsa da günümüzde benimsenen yaklaşım, Ryff'ın "Çok Boyutlu Psikolojik İyi Oluş" kuramıdır.

2.3. Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş, olumlu duygular, olumsuz duygular ve yaşam doyumunu bir bütün halinde ele alarak, hayatın duygusal ve bilişsel değerlendirmesini yapmak olarak tanımlanır (Diener 1984; Diener ve Lucas 2000). Bireyin yaşadığı iyi oluş duygusunun ancak kendisi tarafından algılanarak ölçülebilir olması, bu kavramın öznel olarak değerlendirilmeye ihtiyaç duymasının temel sebebidir (Diener, Suh ve Oishi 1997).

Antik Yunan filozofu Aristippus'un hedonizm (hazcılık) felsefesine dayanan öznel iyi oluş kavramı, bireyin yaşamdan aldığı hazlar ile yaşadığı olumsuz duyguların tümünün, kişinin mutluluğunu ve yaşam doyumunu etkilediğini savunur. Öznel iyi oluşun amacı, yaşamın olumlu ve olumsuz yanlarını bularak kişinin yaşam doyumunu arttırmak ve mutluluk seviyesini en üst aşamaya taşımaktır (Deci ve Ryan, 2000b).

"İyi Oluş" kavramı, Bradburn (1969) tarafından öznel bir deneyim olarak ele alınmıştır. Kişisel ya da sosyal deneyimlerin kişinin iyi oluş halini etkilemeyeceğini ifade eden Bradburn, bireylerin duygusal durumlarının kişinin iyi oluş halinde belirleyici bir rol oynadığını savunarak, öznel iyi oluşu, bireyin yaşadığı olumlu duyguların olumsuz

duygulardan daha fazla olması durumunda bireyin kendisini daha mutlu hissetmesi olarak tanımlamıştır. Diener (1984), öznel iyi oluşu duygusal bir süreç olarak ele alan bu tanıımı günümüzdeki mutluluk kavramıyla bağdaştırmıştır.

Öznel iyi oluşu, kişinin yaşamında deneyimlediği olumlu duyguların fazla olması olarak tanımlayan Diener (1989), olumsuz duyguların daha az yaşanmasının bireyin yaşamdan aldığı haz ve doyumunu artırarak öznel iyi oluş seviyesinin yükselmesini sağladığını savunur (Diener, 1984). Marsh ve Hau (2003), bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olmasının, daha doğru ve sağlıklı kararlar almalarına katkı sağladığını; bunun da hem akademik hem de özel yaşamlarında isabetli seçimler yaparak geleceğe yönelik sağlıklı planlamalar yapmalarına yardımcı olduğunu belirtmişlerdir. Seligman'ın (2011) bakış açısına göre ise, bireyin yaşamında deneyimlediği olumlu duyguların fazlalığı, bir amaca bağlanması, çevresiyle sağlıklı ve destekleyici ilişkiler kurması, hayatına anlam katması ve hedeflerine ulaşarak kendini gerçekleştirmesi, yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip olduğunu göstermektedir (Seligman 2011).

Öznel iyi oluş kavramı, duygusal ve bilişsel olmak üzere iki temel bileşenden oluşmaktadır (Diener, 1984). Olumlu ve olumsuz duygulanım, bu kavramın duygusal bileşenini oluşturur. Olumlu duygulanım; sevinç, neşe, mutluluk, coşku, heyecan, gurur, memnuniyet gibi olumlu duyguları içerirken; olumsuz duygulanım, üzüntü, öfke, suçluluk, kaygı, nefret, stres gibi olumsuz duyguları kapsar. Bireyin geçmiş ve şimdiki yaşamını bir bütün olarak değerlendirerek, yaşamdan aldığı hazzı öznel olarak ele aldığı yaşam doyumunu kavramı ise öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu oluşturur (Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999; Diener ve Lucas, 2000; Schimmack, 2008).

Öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu, alanda yaptıkları çalışmalarla genişleten Diener, Suh, Lucas ve Smith (1999), yaşam doyumunun yanına yaşam alanlarına ilişkin alınan doyum kavramını eklemişlerdir. Yaşam doyumunu, bireyin yaşamının geneline duyduğu memnuniyet ve haz düzeyini ifade ederken; yaşam alanlarına ilişkin doyum, bireyin iş, aile, okul, evlilik gibi çeşitli yaşam alanlarından aldığı tatmini kapsamaktadır. Bu durum, bilişsel boyutun daha geniş bir perspektiften değerlendirilmesine olanak tanır (Diener, 1984; Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999; Schimmack, 2008). Bu boyutlar birbirleriyle ilişki halindedir ve aralarında sürekli bir etkileşim bulunmaktadır (Diener, 2000; Şimşek, 2011).

Yaşamından yüksek doyum alan, sıklıkla olumlu hayat deneyimleriyle karşılaşp olumlu duygular yaşıyan ve nadiren olumsuz duygulara maruz kalan bireylerin, yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip oldukları ifade edilmektedir (E. Diener ve C. Diener, 1996). Aksine, yaşadığı hayattan yeterince doyum alamayan, sıklıkla deneyimlediği öfke, üzüntü, kaygı gibi olumsuz duyguların yanında nadiren olumlu duyguları deneyimleme şansına sahip olan bireylerin, öznel iyi oluş seviyesinin düşük olduğu gözlemlenmiştir (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Bu bağlamda, öznel iyi oluşu etkileyen tek bir faktör olduğundan söz etmek mümkün değildir; duygusal ve bilişsel süreçler daima birbirinden etkilenererek, öznel iyi oluş düzeyinin artmasında ve azalmasında rol oynamaktadır.

Psikolojik iyi oluş, bireyin psikolojik gelişimini ele alarak ontolojik yani varoluşsal zorluklarla psikolojik açıdan başa çıkabilme işlevselliğine odaklanır. Öznel iyi oluşun odağında ise bireyin yaşamdan aldığı doyum ile olumlu ve olumsuz duyguların yanı sıra mutluluk yer almaktadır. (Dodge vd. 2012).

Yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip bireylerin; duygusal dayanıklılıklarının daha yüksek olduğu, daha sosyal ve yaratıcı oldukları, stresle daha kolay başa çıkabildikleri, evlilik doyumlarının yüksek olduğu, iş hayatında daha başarılı ve üretken olarak daha yüksek gelir elde ettikleri, daha sağlıklı olup daha uzun yaşadıkları ve topluma daha fazla katkı sağladıkları gözlemlenmiştir. Ayrıca, yüksek öznel iyi oluşun kişilerin karar alma süreçlerini olumlu olarak etkilediği, daha sağlıklı ve uzun vadeli düşünmelerine yardımcı olarak bilinçli seçimler yapmalarına katkı sağladığı görülmüştür (Diener 1984; Diener ve ark. 2002; Diener ve Seligman 2002; Diener ve Seligman 2004; Lucas, Clark, Georgellis ve Diener, 2004; Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005; Diener ve Chan, 2011).

Ruh sağlığı alanında yapılan çalışmalar, öznel iyi oluşun yalnızca bireyin duygusal ve bilişsel değerlendirmeleriyle sınırlı tutulmasına yönelik eleştiriler doğrultusunda gelişim göstermiştir. Bu bağlamda, iyi oluşu yalnızca bireysel mutluluk veya yaşam doyumunu perspektifiyle sınırlamadan varoluşsal anlam, özgürlük, otantiklik ve bireyin kendini gerçekleştirme potansiyeli gibi felsefi unsurları bir araya getiren ontolojik iyi oluş kavramı, disiplinler arası bir yaklaşımla literatürdeki yerini almıştır. Özellikle varoluşçu psikoloji ve fenomenolojiyle ilişkilendirilen bu kavram, insanın “olma” halini merkezine alarak, öznel iyi oluşun aksine bireyin yaşantısının anlam boyutuna odaklanmaktadır. Bu

yeni bakış açısı, ruh sağlığını bireyin dünyayla kurduğu varoluşsal ve anlamlı ilişkiler temelinde ele alır.

2.4. Ontolojik İyi Oluş

19. yüzyılın sonlarından itibaren psikoloji, davranış bilimleri ve felsefe gibi birçok alanda incelenen ve yoğun ilgi gören iyi oluş kavramı, farklı perspektiflerden ele alınmasına rağmen, tek bir tanımla kesin olarak açıklanamamış ve evrensel olarak kavramsallaştırılamamıştır (Karataşoğlu, 2019).

Yunanca “varoluş” anlamına gelen ontos kelimesinden türeyen “ontolojik” kavramı, Yalom’un bahsettiği ontolojik yaklaşımda; insanın sadece varoluş karşısındaki kırılganlığına değil, aynı zamanda varoluşun getirdiği sorumluluklarına da odaklandığını ifade etmektedir. Kant’a (1965) göre ontoloji, bir varlığı kanıtlamanın en temel yöntemidir; zaman ise ontolojinin temel bileşenlerinden biridir. Zaman kavramı, felsefi alan yazında en temel ontolojik kavramlardan biri olarak görüldüğü için bu yaklaşıma “ontolojik iyi oluş” adı verilmiştir (Heidegger, 1996). Ontolojik iyi oluş, bireyin hayatı boyunca süregelen anlam arayışı, kendini gerçekleştirme süreci ve yaşam amacını bulma çabasıyla ilişkilendirilen bir kavramdır (Kocayörük vd. 2018). Ayrıca, bireyin yaşamını geçmiş, şimdi ve geleceği kapsayan bütüncül bir yaşam projesi olarak sürdürdüğü bir süreci ifade etmektedir (Kuzu ve Taşçı, 2014; Kocayörük vd, 2018).

Diener (1997) tarafından literatüre kazandırılan öznel iyi oluş teorisinde, zaman perspektifinin şimdiye odaklanması nedeniyle, bilişsel ve duygusal boyutlar arasındaki ilişkide belirsizlik bulunmaktadır; dolayısıyla duygusal boyutun etkisi yeterince önemsenmemektedir. Bireyin yaşamını bir bütün olarak ele almak yerine, yalnızca duygusal yaşantısına odaklanılarak nasıl hissettiği üzerinde durulmakta, ancak hissedilen duyguların nedenleri ve sonuçları üzerine derin bir analiz yapılmamaktadır. Aynı zamanda, bilişsel boyuta dahil olan yaşam doyumu kavramında “yaşam” ile anlatılmak istenen şey tam olarak tanımlanamamaktadır.

Bu sebeple, kişinin yaşam döngüsünü tüm zaman ve boyutlar açısından değerlendirmeye ihtiyaç duyan Şimşek (2009), öznel iyi oluşun zamansal ve kavramsal eksikliklerini gidermek amacıyla; bilişsel ve duygusal boyutları teorik bir çerçevede

yeniden yapılandırarak, tüm zaman perspektiflerini içeren “Ontolojik İyi Oluş” kavramını literatüre kazandırmıştır (Şimşek, 2009; Şimşek, 2011; Şimşek ve Kocayörük, 2013).

2.4.1. Ontolojik İyi Oluşla İlgili Kuramsal Açıklamalar

Alan yazındaki araştırmalar, öznel iyi oluşun; yaşamın önemli bileşenlerinden olan büyüme, yaşam amacı ve kendini gerçekleştirme gibi ruh sağlığının varoluşsal boyutlarına karşı duyarsız kaldığını ve bu boyutlarla yeterince ilişkili olmadığını ortaya koymuştur (McGregor ve Little 1998; Steel ve Ones 2002; Vitterso 2004).

İyi oluş haline hazcı bir perspektiften yaklaşan öznel iyi oluş kavramında, bireyin genel duygu durumu ve yaşam değerlendirmesinin psikolojik müdahalelerle kalıcı olarak değiştirilmesinin mümkün olmadığı görülmektedir. Hazcı yaklaşımda ele alınan mutluluk kavramının, bireyler açısından belli bir ortalama seviyeye sahip olduğu ve bireyin ne yaşarsa yaşasın tekrar aynı mutluluk seviyesine döndüğü belirtilmektedir (Dimaggio, Salvatore, Azzara, Catania, 2003).

Ayrıca, öznel iyi oluş kavramı yapısal açıdan da bazı sınırlılıklar barındırmaktadır. Bireyin yaşama yönelik duygusal ve bilişsel değerlendirmelerini temel almasına karşın; nesne yapılandırmasındaki yetersizlikler, yönelimsellikten yoksun olma ve yaşamda yönelecek bir referans noktasının bulunmaması gibi temel problemler içermektedir. Bu eksiklikler, duygusal değerlendirme sürecinde yetersizliğe yol açmakta; çünkü bu yapı, duygusal boyutu bir bütün olarak ele almamaktadır (Schwarz ve Strack, 1991; Şimşek, 2009). Ontolojik iyi oluş ise öznel iyi oluştan farklı olarak bilişsel ve duygusal boyutları bütünleştirmektedir. Öznel iyi oluş kavramında bilişsel boyut daha analitik ve bütünsel bir perspektiften ele alınırken; duygusal boyut daha çok anlık veya durumsal olarak değerlendirilmektedir (Diener, 1984). Bu ikili yapı, öznel iyi oluşun yaşamı bütünsel olarak ele almaktaki yetersizliğinin temel sebeplerinden biridir.

Zihin felsefesinde yönelimsellik kavramı, bilincin belirli bir nesneye veya içeriğe yönelme durumu olarak tanımlanır. Bu, bilinç ile bir nesnenin ilişki halinde olması anlamına gelmektedir. Dikkat ve farkındalık kavramlarıyla yakın ilişkide olan yönelimsellik, bireyin yaşadığı zihinsel durumlarını, duygusal deneyimlerini ifade etmek için kullanılmaktadır. Aynı zamanda bir hedefe yönelmek ve onu amaçlamak gibi temel bir yönelimi de içermektedir (Husserl, 1993; Nussbaum, 2001; Lewis ve Todd, 2005).

Bireyin bilincinin belirli bir amaca ya da hedefe odaklandığı bir süreç olan yönelimsellik, ontolojik iyi oluşun temel yapıtaşlarından biridir. Bireyin varoluş amacına ulaşma sürecinde, bütünsel bir perspektifle yaklaşarak anlam arayışına destek olmaktadır.

Ontolojik iyi oluş, öyküsel psikolojinin temel bileşenlerinden biri olan öyküsel paradigmaya dayanmaktadır (Şimşek, 2009). Öyküsel psikolojiyi temel alarak, bireyin yaşamını hem bilişsel hem de duygusal perspektiften ele almak isteyen Şimşek (2009), ontolojik iyi oluş kavramını bu bakış açısıyla kavramsallaştırmıştır. Brown (1999), yaşamı bir öykü gibi değerlendirmenin mutlulukla ilişkili olduğunu öne sürerken; McAdams (2008) da ontolojik iyi oluşun bu öyküsel değerlendirmenin temel bileşenlerinden biri olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Şimşek (2009) de ontolojik iyi oluşun, bireylerin varoluşsal anlam arayışında, geçmiş deneyimlerini, mevcut durumlarını ve geleceğe dair beklentilerini bir bütün olarak ele alıp yaşamlarına dair bir öykü oluşturma çabası olduğunu ifade etmiştir (McAdams, 2001; Bauer, McAdams ve Pals, 2008; Şimşek, 2013; Kocayörük ve ark., 2018). Bu yaşam öyküsü, bireyin güncel iyi oluş halinin belirleyici etkenlerinden biri olarak kabul edilmektedir.

Yaşamı bütünsel olarak ele almak için, tüm zaman perspektiflerini dikkate almak gerekmektedir (Şimşek, 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013). Bireyin mutluluğu yalnızca içinde bulunduğu anı değil, geçmişini ve geleceğe dair beklentilerini nasıl değerlendirdiğini de kapsamaktadır (McAdams, 2008; Şimşek, 2009). Ontolojik iyi oluş, öznel iyi oluştan farklı olarak, bireyin belirlediği amaçlar doğrultusunda yaşamını bir proje olarak ele almasına ve geçmiş, şimdi ve geleceği bir bütün olarak değerlendirmesine odaklanır (Şimşek, 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013).

Ontolojik iyi oluşta, zaman kavramı bireyin yaşamının en temel unsuru olarak kabul edilmektedir. Bu anlayış, duygusal ve bilişsel bileşenler doğrultusunda yaşam kavramının merkeze alınmasına olanak tanır (Şimşek 2009; Kocayörük vd., 2018). Bu bağlamda, bireyin tüm zaman boyutlarına ilişkin yaşadığı duygusal ve bilişsel değişimlerin bütünü, bireyin mutluluğu veya öznel iyi oluş halinin belirlenmesinde rol oynamaktadır (Şimşek, 2009).

Zamanı tüm perspektiflerden ele alarak anlam arayışında olan ve bireysel mutluluğu için çabalayan her birey, kendi yaşamını bir proje olarak görür (Staudinger 2001; Shmotkin, 2005; McAdams, 2008). Bu yaşam projesi, bireyin büyüme, gelişme ve

kendini gerçekleştirme süreçleriyle ilişkilidir ve bireyin hedeflerini, davranışlarını ve mutluluğunu şekillendirmesinde önemli bir rol oynar (McAdams, 2008; Şimşek, 2009).

Ontolojik iyi oluş, öyküsel psikoloji perspektifinden yaklaşarak her bireyin öznel bir yaşam öyküsüne ve kendine has bir yaşam projesine sahip olduğunu vurgular. Öznel bir biçimde yaşamının bilişsel ve duygusal değerlendirmesini yaparak bir yaşam projesi oluşturan birey, geçmiş, şimdi ve gelecek bağlamında çıkarımlar yapar. Bu süreç, kişinin davranışlarını ve hedeflerini şekillendirmektedir (Zika ve Chamberlain, 1992; McAdams, 2001; Singer ve Bluck, 2001; Şimşek ve Kocayörük, 2013; Topal, 2016; Kaba, 2020). Kendi içsel deneyimlerinin yanı sıra, başkalarının yaşamışlıklarından da ders çıkarıp içselleştiren birey, travmatik hikâyelerde takılı kalarak, benzer acıları yaşayanların aksine kendine özgü bir hikâye inşa etmektedir. Yaşadığı çevre ve kurduğu insan ilişkilerinin etkisiyle benlik algısını şekillendiren kişisel bir yaşam öyküsü oluşturarak, bir anlamda kendi yaşam projesini ya da yaşam amacını belirlemektedir (Şimşek, 2009).

Ontolojik iyi oluş yaklaşımına göre birey, yaşamını tıpkı bir yazar gibi ele alarak, kendi varoluşunu anlamaya yönelik nesnel bir bakış açısıyla değerlendirebilmektedir. Bu yaklaşım, zamansal boyuttaki eksiklikleri gidererek bireyin yaşamını bütüncül ve çok yönlü bir perspektiften ele almasına imkân tanımaktadır (Şimşek, 2011). Hedef belirlemeye çalışan ve anlam arayışında olan birey, yaşamına dair yaptığı bu öyküsel değerlendirme ile kendi varoluşuna hizmet etmektedir (McAdams, 2001).

Her birey, yaşamını anlamlı kılmak için kendi hikâyesini oluşturmaya ihtiyaç duymaktadır. Bireyin kendi hikâyesini etkileyen birçok etken olduğunu savunan McAdams (2008), otobiyografik bellekteki zamanla ilgili değişimlerin bu etkenlerden biri olduğunu belirtmiştir. Otobiyografik bellek, bireylerin yaşam deneyimlerini hatırlayıp anlamlandırmalarına yardımcı olurken, aynı zamanda varoluş amaçlarını şekillendirerek kimlik gelişimlerine de katkıda bulunmaktadır (Conway ve Pleydell-Pearce, 2000). Bu bağlamda, bireylerin kendi hikâyelerini inşa etme süreçleri; geçmiş, şimdi ve gelecek çerçevesinde kendi yaşamlarını derinlemesine değerlendirmelerine yardımcı olmaktadır. Bu hikâyeyi oluşturma süreci, yaşama dair derin bir anlam bulma çabasının yanı sıra bireylerin kendi kimliklerini yeniden tanımlayarak varoluşsal hedeflerini belirlemelerine de katkı sağlamaktadır (Bruner, 1990; Bauer, McAdam ve Pals, 2008; Şimşek, 2009).

Bireyin yaşamında kendine koyduğu her hedef ve oluşturduğu her projenin, iyi oluş kavramıyla tanımlanan mutlak iyi olana, yani kişinin mutluluğuna işaret ettiği varsayılır. Bu bağlamda, bireysel mutluluk; kişinin varoluşunun bilişsel ve duygusal bir değerlendirmesi olarak tanımlanır (Şimşek, 2009). Bireyin, kendi yaşam projesindeki sıkıntı yaratan unsurları belirleyerek bu noktaları yeniden yorumlaması ve yapılandırmasının, ruh sağlığı alanında önemli gelişmelere ve ilerlemelere katkı sağlaması beklenmektedir (Dimaggio, Salvatore, Azzara, Catania, 2003).

2.4.2. Ontolojik İyi Oluşun Boyutları

Bireylerin yaşam döngülerini geçmiş, şimdi ve gelecek olarak üç zaman boyutunda ele alan ontolojik iyi oluş kavramı, bireyin yaşam projesini; pişmanlık, aktivasyon, hiçlik ve umut olmak üzere dört alt boyutta incelemektedir. Yaşam projesinin geçmiş zaman değerlendirmesi, varoluşsal bir duygu olarak “pişmanlık” alt boyutuyla; şimdiki zaman motivasyonu, “aktivasyon” ve “hiçlik” alt boyutlarıyla; gelecek zamana ait değerlendirmesi ise “umut” alt boyutuyla belirlenmektedir (Şimşek, 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013; Kuzu Taşçı, 2014).

Geçmiş, gelecek ve şimdiki zaman perspektifinde ele alınan ontolojik iyi oluş kavramında, geçmiş; bireyin yaşam projesini nasıl değerlendirdiğine bağlı olarak değişkenlik gösteren duygulardan oluşmaktadır. Bu değerlendirme, kişide gurur, mutluluk, başarı, yaşam doyumu ve memnuniyet gibi olumlu duyguları; pişmanlık, yetersizlik, hayal kırıklığı, suçluluk ve umutsuzluk gibi olumsuz duyguları canlandırmaktadır (Santor ve Zuroff 1994; McAdams, 2001; Lucas, 2004; Şimşek, 2009).

Geçmiş zaman dilimi, bireyin geçmişini başarı ya da başarısızlık açısından değerlendirmeyi içermektedir (McAllister ve Wolff, 2002; Şimşek, 2009). Alan yazında yapılan çeşitli çalışmalarda, geçmişin öyküsel perspektif açısından en güçlü boyut olduğu kabul edilmiş ve öznel iyi oluş üzerinde etkileri olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgular, geçmişe yönelik duygusal değerlendirmelerin pişmanlık ile bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Bauer vd. 2005; Jokisaari 2003; Wrosch vd. 2005).

Pişmanlık alt boyutu; öz-kabul, uyum, çevresel üstünlük, başa çıkma ve olumsuz duygu durumu ile güçlü bir ilişki içindedir. Geçmişlerine dair olumlu bir bakış açısına sahip olan bireylerin, daha az olumsuz duygu deneyimledikleri, kişisel kabulü daha kolay

sağladıkları ve çevrelerini daha etkin bir şekilde yönetebildikleri gözlemlenmiştir (Kuzu, 2014). Bireylerin geçmişteki tatmin düzeylerinin duygu durumu ve iyi oluşları üzerinde önemli bir etkisi olduğu belirtilmiştir (Emmons 1986; Jokisaari 2004).

Lucas (2004), pişmanlığın bireyin geçmişteki değerleri veya gelişimsel ihtiyaçları ile örtüşmeyen seçimler yapması sonucu ortaya çıkan varoluşsal bir duygu olduğunu ifade etmiştir. Bireyin geçmişte yaptığı seçimlerden pişman olması ya da memnuniyet duyması, kişinin psikolojik iyi oluşuna etki etmektedir (Santor ve Zuroff, 1994). Pişmanlık gibi olumsuz duyguların yanı sıra, bireyin geçmiş yaşamında başladığı ancak tamamlamadığı projeler de kişinin duygu durumu ve yaşam projesinin değerlendirilmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Santor ve Zuroff 1994; O'Leary ve Nieuwstraten 2001; McAllister ve Wolff 2002). Pişmanlık duygusu, bireyin geçmişteki yanlış seçimlerinin, kararlarının veya davranışlarının sebep olduğu olumsuzluklar ve çatışmalar üzerinde düşünmesine yol açmaktadır. Ayrıca, pişmanlık bireyin öğrenme süreçlerine katkı sağlayarak geçmiş deneyimlerinden ders çıkarmasına, kendini geliştirmesine, büyümesine ve öz eleştiri yaparak gelecekte daha bilinçli seçimler yapmasına olanak tanımaktadır (Roese ve Summerville, 2005).

Geçmişin değerlendirmesi, bireyin geçmiş yaşam projesinin ilerleyip ilerlemediğine dair bir fikir sahibi olmamızı sağlar. Olumlu bir değerlendirme, bireyin yaşanmış güzel deneyimlerle ve başarılarla dolu bir geçmişe sahip olduğunu gösterir. Ayrıca, mutlu bireylerin olumlu anıları daha iyi hatırlama eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Sandvik, Seidlitz ve Diener 1993, s. 281). Geçmiş zaman boyutu, bireyin istek ve motivasyon seviyesini etkileyen önemli bir unsur olmakla birlikte, şimdiki zaman dilimi de bu değerlendirmede önemli bir rol oynamaktadır.

Ontolojik iyi oluşun şimdiki zaman perspektifi, hiçlik/anlamsızlık ve harekete geçme alt boyutlarından oluşmaktadır. Varoluş felsefesinin en temel kavramlarından olan hiçlik, bireyin anlamsızlık ve boşluk hisleriyle yüzleşmesi ve varoluşunu sorgulaması olarak tanımlanmaktadır (Yalom, 1980). Yüksek motivasyona sahip bireyler projelerine aktif bağlılık gösterirken, düşük motivasyona sahip bireyler hiçlik/anlamsızlık duyguları nedeniyle kendilerini boşlukta, amaçsız ve yetersiz hissedebilirler. Yüksek motivasyon, anlam arayışını ve içsel dengeyi desteklerken; düşük motivasyon ise varoluşsal boşluk,

anlamsızlık/hiçlik duygularını artırarak ontolojik iyi oluş seviyesini düşürebilmektedir (Şimşek 2009).

Hiçlik/anlamsızlık boyutu, öznel iyi oluşun boyutlarından olumsuz duygu durumu ile pozitif korelasyon gösterirken; Ryff'ın (1989) psikolojik iyi oluş modelindeki kişisel gelişim ve çevresel üstünlük değişkenleriyle negatif korelasyon göstermektedir. Bu boyutta deneyimlenen kaybolmuşluk, amaçsızlık ve boşluk hissi, bireylerde depresyon yaşama ihtimalini arttırmaktadır (Şimşek ve Kocayörük, 2013). Ayrıca, hiçlik deneyimi yaşayan birey, varoluşsal bir krizle karşılaşabilir ve hayatın anlamını sorgulayarak anlam arayışına yönelebilir. Bu süreç, bireyin içsel dönüşümünü destekleyerek yaşamını yeniden keşfetmesine olanak tanımaktadır (Yalom, 1980).

Yaşam projesini şimdiki zaman perspektifinden değerlendiren birey, hiçlik/anlamsızlık duygularını deneyimlediğinde, içinde bulunduğu şartlardan memnun olmasa da onları kabul ederek yaşamında herhangi bir ilerleme ve olumlu bir gelişme olmayacağına inanabilir. Ancak, yaşam amaçlarını yeniden değerlendirerek harekete geçme sürecine de girebilir (Şimşek, 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013; Kuzu, 2014). Hiçlik duygusuna sahip olmayan bireylerin duygu durumları daha olumlu olmakla birlikte; çevrelerini daha rahat kontrol edebildikleri ve bir yaşam amacına sahip oldukları gözlemlenmektedir (Şimşek ve Kocayörük, 2013; Kuzu, 2014).

Harekete geçme, bireyin içsel motivasyonunun desteği ile hedeflerine ulaşmak için plan yaparak eyleme geçme yeteneğini ifade etmektedir. Bireyin eyleme geçmesi, kendini gerçekleştirmesini ve hedeflerine ulaşma sürecini destekler. Kişi harekete geçtiğinde, yaşamı üzerindeki kontrolü ve etkileme kapasitesi artar; bu da yaşam doyumu ve tatmin duygusu hissetmesini sağlar (Deci ve Ryan, 2000).

Harekete geçme/aktivasyon boyutu, anlamlı bir yaşam inşa etmeye çalışan bireyin, yaşam projesini oluştururken olumlu duygulara, içsel bir motivasyona ve yüksek enerjiye sahip olması ile yakından ilişkilidir (Şimşek ve Kocayörük, 2013). Bireyin heyecanı, isteği ve motivasyonu, yaşam projesini sürdürmesi açısından önemlidir. Yüksek motivasyona sahip olan bireyler, yaptıkları işe yönelik olumlu duygulanım göstererek sevinç, gurur heyecan, tatmin duygularını yaşarlar. Bu bireylerin yaşam projelerine bağlılıkları daha fazladır. Düşük motivasyona ve heyecana sahip bireyler ise olumsuz

duygulanım göstererek kendilerini başarısız, amaçsız, kaybolmuş ve boşlukta hissetme eğilimindedirler (Şimşek 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013).

Genellikle insanlar, geleceğe dair olumlu bir algıya sahip olma eğilimindedir (Robinson ve Ryff, 1999; Newby-Clark ve Ross, 2003; Staudinger ve ark., 2003). Ontolojik iyi oluşun gelecek perspektifi, olumlu duyguların birleşiminden oluşmakta ve umutlu olma haliyle ilişkilendirilmektedir (Şimşek, 2009). Umut, bireye enerji ve motivasyon sağlayarak zorluklarla başa çıkabilme gücü vermekte, aynı zamanda hedeflerine ulaşma sürecinde daha kararlı, azimli ve dirençli olmasına destek olmaktadır (Snyder, 2002). Umut, bireyin amaçlarına yönelik karar vermesi, bu doğrultuda yollar planlaması ve kendini motive ederek bu yolları kullanması için sahip olduğunu düşündüğü kapasiteyi ifade eden bilişsel bir yapıdır (Irving ve diğerleri 2004: 420; Snyder vd. 1991:570). Frankl'a (1988) göre umut, kişiye iyi olma hissi veren ve harekete geçmesini sağlamak için güç veren bir özelliktir.

Bireyin mevcut öznel iyi oluş düzeyi, yaşam doyumunun değerlendirilmesi açısından önemli bir yere sahiptir. Alan yazındaki çalışmalar, olumsuz duygu durumuna sahip olan bireylerin gelecekte bir şeyleri başarabilme ihtimaline dair inançlarının düşük olduğunu; buna karşın olumlu duygu durumuna sahip olan bireylerin hedeflerini gerçekleştirme konusunda kendilerine daha fazla güvendiklerini ve motivasyonlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Geleceğe dair iyimser bir bakış açısına sahip olmak, yaşam kalitesi, ruh sağlığı ve öznel iyi oluşun önemli göstergelerinden biri olarak kabul edilmektedir. Bu bakış açısı, bireyin yeni deneyimlere açık olmasını ve yaşam projesini gerçekleştirme motivasyonunu da desteklemektedir (Lu, 2001; Şimşek, 2009).

Gelecek zaman perspektifi, bireyde çoğunlukla mutluluk, iyimserlik ve umut hislerini çağrıştırmaktadır. Bu nedenle, bu boyutun duygusal çerçevede değerlendirilmesi, bireyin geleceğe dair umutlu olması ve ileriye dönük olumlu bir bakış açısına sahip olmasıyla ilişkilendirilmektedir (McAdams, 2001; Bauer vd. 2005; Şimşek, 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013). Ayrıca, geleceğe yönelik olumlu bir bakış açısına sahip olmak, psikolojik iyi oluşun artmasıyla ilişkiliyken; olumsuz bakış açıları ise başarısız olma olasılığını arttırmaktadır (McAdams 2001, Bauer ve ark. 2005). Alan yazında yapılan çalışmalar, geleceğe dair olumlu bakış açıları ile yeni deneyimlere açık olmanın, umut faktörüyle güçlü bir korelasyon gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu

durum, bireyin yaşam kalitesini etkileyerek ruh sağlığını ile öznel iyi oluşunu desteklemektedir (Prenda ve Lachman 2001; Şimşek ve Kocayörük, 2013).

2.4.3. Ontolojik İyi Oluşla İlgili Çalışmalar

Şimşek (2009) tarafından literatüre kazandırılan ontolojik iyi oluş kavramı üzerine yapılan araştırmaların sayısı oldukça sınırlıdır; ancak son yıllarda alan yazında bu konuda gerçekleştirilen çalışmaların hız kazandığı gözlemlenmektedir.

Musa (2025), kanser hastaları üzerinde yaptığı çalışmada, ontolojik iyi oluşun depresyon ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiye etkilerini araştırmıştır. Çalışmanın bulguları, depresyonun psikolojik sağlamlık üzerinde negatif yönde anlamlı etkileri olduğunu gösterirken, ontolojik iyi oluşun psikolojik sağlamlık üzerinde pozitif etkileri olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, bu çalışma ontolojik iyi oluşun depresyon ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiye kısmi bir aracılık etkisi sağladığını ve depresyonun ontolojik iyi oluşu negatif yönde yordadığını göstermiştir.

Sarın (2024), bireylerin psikolojik sağlamlığının travma sonrası büyümeye etkisinde, ontolojik iyi oluşun aracılık rolünü araştırdığı 421 kişinin katılımıyla gerçekleştirdiği çalışmada, psikolojik sağlamlığın travma sonrası büyümeye etkisinde, ontolojik iyi oluşun kısmi aracı rolü olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca, ontolojik iyi oluş ile psikolojik sağlamlık arasında, travma sonrası büyüme ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Kömürcü (2024), 361 yetişkin bireyin katılımıyla yürüttüğü çalışmada, ontolojik iyi oluşun bağlanma stilleri ile duygusal yeme davranışı arasındaki ilişkiye etkilerini araştırmış ve ontolojik iyi oluşun, bu iki değişken arasındaki ilişkide aracılık rolü üstlendiğini ortaya koymuştur. Ayrıca, kaygılı bağlanma stiline ontolojik iyi oluşu, kaçınan bağlanma stiline göre daha fazla yordadığı gözlemlenmiştir.

Ergün (2021) yaptığı araştırmada, erteleme eğiliminin ontolojik iyi oluş üzerinde anlamlı etkilerinin olduğunu bulmuştur. Tunç (2021) ise bulgularında, travmatik stres belirtilerindeki artışın ontolojik iyi oluş düzeyinde azalmaya neden olduğuna ilişkin kanıtlar elde etmiştir. Başka bir araştırmada, Saltık (2021), öz-şefkat, iletişim becerileri ve bilişsel esnekliğin çiftlerin ontolojik düzeyleri üzerinde anlamlı etkileri olduğunu

göstermiş ve eşlerin ontolojik iyi oluş düzeylerine yaptığı olumlu katkıların, kendi ontolojik iyi oluş düzeylerini de arttırdığı görülmüştür.

Quenzer (2020), yaptığı araştırmada ontolojik iyi oluş ve umudun, ergenlerde benlik saygısını etkilediğini bulmuştur. Gonzalez (2020), sağlık profesyonelleri arasındaki duygusal zeka, dirençlilik ve ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmanın sonucunda, ontolojik iyi oluş ile duygusal zeka ve dirençlilik seviyesinin pozitif korelasyona sahip olduğunu, ayrıca yüksek ontolojik iyi oluş seviyesine sahip sağlık profesyonellerinin duygusal zeka ve dirençlilik seviyelerinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Diğer yandan, Zhang (2020), Çinli üniversite öğrencilerinde, ontolojik iyi oluş, depresyon ve algılanan sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiş ve algılanan sosyal destek ile ontolojik iyi oluş düzeyi yüksek olan öğrencilerin daha az depresyon belirtisi gösterdiğini tespit etmiştir.

Şahin (2018), dil kullanımı ile depresyon arasındaki ilişkide ontolojik iyi oluş ve duygusal zekanın aracılık etkilerini incelemiştir. Çalışmanın bulgularına göre, ontolojik iyi oluş ve dile dökülemeyen yaşantıların birbirleri üzerinde anlamlı etkilerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, depresyonun ontolojik iyi oluşun hiçlik, pişmanlık, umut ve harekete geçme alt boyutlarıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Son olarak, duygusal zekanın tüm alt boyutlarının, ontolojik iyi oluşun umut ve harekete geçme alt boyutlarıyla pozitif; hiçlik ve pişmanlık alt boyutlarıyla ise negatif ilişkide olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulgan ve Bulgan (2018), Türkiye’deki yetişkin bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada, yaşam doyumuyla ontolojik iyi oluşun alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemişler ve yaşam doyumunun umut ve harekete geçme faktörleriyle pozitif, pişmanlık faktörüyle ise negatif bir ilişki içinde olduğunu bulmuşlardır. Uluçınar, Sağıroğlu ve Yılmaz (2018) ise Türk sağlık çalışanları üzerinde yaptıkları çalışmada, ontolojik iyi oluş ile iş tatmini arasında pozitif bir ilişki olduğunu ve ontolojik iyi oluş seviyesinin yüksek olmasının, işten ayrılma niyetini azaltıcı bir etki gösterdiğini ortaya koymuşlardır. Şenol’un (2018) yaptığı çalışmada ise mutlak gerçeklik ihtiyacı ile depresyon arasındaki ilişkide ontolojik iyi oluş ve duygusal zekanın aracılık etkisi incelenmiş; elde edilen ilk bulgulara göre mutlak gerçeklik ihtiyacı ile ontolojik iyi oluşun alt boyutlarından harekete geçme ve umut faktörleri arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca, iyi oluşun alt boyutlarından pişmanlık ve hiçlik/anlamsızlık

faktörleri ile depresyon arasında pozitif korelasyon görülürken, harekete geçme ve umut faktörleri arasında negatif korelasyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Açıkgöz Karaoğlu (2016), travma sonrası stres bozukluğu olan bireyler üzerinde yaptığı çalışmada, depresyon ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkide, ontolojik iyi oluşun tüm alt boyutlarının aracılık etkisi olduğunu tespit etmiştir.

Şimşek ve Kocayörük (2013) tarafından yapılan bir çalışmada ise hiçlik/anlamsızlık faktörünün, depresyon ve kaygı ile pozitif korelasyon gösterdiği bulunmuştur.

Yılmaz ve Altınok (2010) tarafından öğretmen adayları üzerinde yapılan bir çalışmada, duygusal zekâ düzeylerinin karar verme stilleri üzerinde anlamlı etkileri olduğu, özellikle akılcı karar verme eğilimlerinin duygusal zekâ ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur.

2.5. Karar Verme Kavramı

Karar verme, bireyin ya da topluluğun ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla, elde edilen bilgileri sistematik, bilimsel ve mantıklı bir çerçevede değerlendirerek seçenekler oluşturma ve bu seçeneklerden en uygun olanını seçerek uygulamaya koyma sürecidir (Güçray, 2001; Kuzgun ve Bacanlı, 2005, s.9; (Gambetti vd., 2008, s. 842; Koçoğlu, 2010). Genel bir ifadeyle, bireyin ya da topluluğun ihtiyaçlarını karşılayacak en iyi sonuca ulaşabilmek adına, mevcut seçenekleri değerlendirdikten sonra hedefe en uygun olan seçimi yapma sürecidir (Kuzgun, 1992; Kuzgun, 2006; Chatoupis, 2007; Üngüren, 2011, s.100). Bu bağlamda karar verme, bir ihtiyacı karşılamak üzere birden fazla yolun bulunduğu durumlarda, bireyin içinde bulunduğu koşulların yarattığı sıkıntı ve belirsizliği gidermeye yönelik bilinçli bir seçim süreci olarak da değerlendirilmektedir (Deniz, 2002).

Simon (1976) karar vermeyi, “seçim yapma davranışı” olarak tanımlamıştır. Genel olarak, mevcut seçeneklerden uygun olanı seçme ifadesinin ön plana çıktığı karar verme kavramını bilişsel bir süreç olarak ele alan Güçray (1998) karar vermeyi, ihtiyaç halindeyken bu ihtiyacı karşılamak için mevcut seçeneklerden en uygun olanı seçmek olarak tanımlamıştır. Köse’ye (2002) göre de bu süreç, bireyin ulaşmak istediği hedef doğrultusunda, elindeki olanaklar ve içinde bulunduğu koşulları göz önünde bulundurarak en uygun eylemi seçmesidir.

Karar verme, akıl, düşünce, irade ve bilinç sahibi bir varlık olan insana özgü bir yetenektir. İnsanın tüm eylem ve davranışları, bilinçli ya da bilinçsiz şekilde bir kararın sonucudur (Çoban ve Hamamcı, 2006, s.394). Aynı zamanda yaşamsal bir beceri olan bu süreç; bireyin bilişsel olarak olgunlaşması, soyut düşünebilme becerisinin gelişmesi ve çevresel hakimiyetinin artmasıyla yakından ilişkilidir (Çoban ve Hamamcı, 2006; Raleigh vd., 2019).

Karar verme, yalnızca bireyin bilişsel yetileriyle değil; aynı zamanda içinde bulunduğu sosyal, duygusal ve çevresel koşullarla da yakından ilişkilidir. Biyo-psiko-sosyal bir varlık olan insan, yaşadığı çevreyle sürekli etkileşim halindedir (Bacakoğlu, 2017). Bu nedenler karar verme sürecindeki seçimler, bireysel farklılıklar ve çevresel unsurlardan etkilenebilir. Örneğin bazı bireyler verdikleri kararlara ilişkin kontrolün kendilerinde olduğunu düşünürken, bazıları ise dışsal faktörlerin belirleyici olduğuna inanırlar. Bu bağlamda geçmiş deneyimlerden edinilen kontrol algısı, karar verme sürecinde belirleyici bir rol oynar (Dağ, 1990; Deniz, 2004).

Yaşam boyunca bireyin ulaşması gereken hedefler ve aşması gereken sorunlar vardır. Bu hedeflere ulaşabilmek ve sorunları çözebilmek için sağlıklı kararlar vermeye ihtiyaç duyar. İçinde bulunduğu gelişimsel süreç ve karar vermesini gerektiren durumun özellikleriyle bağlantılı olarak, verilen kararın niceliği ve niteliği de değişkenlik gösterir (Çolakkadıoğlu, 2010; Güçray, 2001).

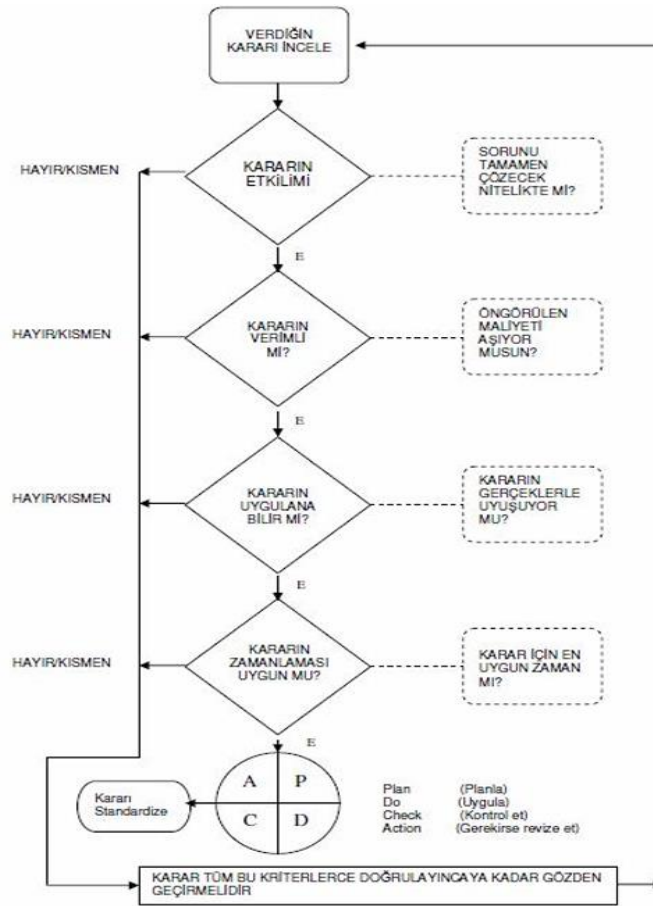
Alhakami ve Slovic (1994), bir eylemin algılanan risk ve getirisinin, karar veren bireyin o eyleme yüklediği olumlu ya da olumsuz duygularla ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu bulgu, karar verme sürecinde bireylerin yalnızca düşüncelerine değil, aynı zamanda hissettikleri duygulara da önem verdiklerini göstermektedir. Günlük yaşamda da duyguların kontrolü genellikle “kalp” (duygu) metaforuyla ilişkilendirilirken, rasyonel düşünme yeteneği ise “akıl” (bilinç) metaforuyla ilişkilendirilmektedir (Uzunöz ve Yıldırım 2021).

Janis (1992), yanlış kararların altında yatan bireysel yetersizlikleri; dünyaya karşı düşmanlık besleme eğilimi, kararsızlık, öz denetim yetersizliği ve özgüven yetersizliği gibi özelliklerle açıklar. Ayrıca aşırı güç ve statü arzusu, kronik iyimserlik veya kötümserlik, başkalarına bağımlılık ve sosyal onaylanma ihtiyacı gibi tutumların da sağlıklı kararlar vermeyi zorlaştırdığını belirtir. Calabrese ve Zepeda (1999) ise

zorluklarla başa çıkma becerisindeki yetersizliğin, bireyin sağlıklı kararlar almasını engelleyen temel faktörlerden biri olduğunu vurgulamaktadır.

Kararların birey ve toplum üzerindeki etkisi ise uzun vadeli sonuçlar doğurabilir. Sağır (2006), bugün yaşananların geçmişte alınan kararların bir yansıması olduğunu ifade eder. Bu nedenle kararların ne derece iyi ve doğru bir karar olup yalnızca anlık değil, uzun vadeli etkileri açısından da değerlendirilmelidir (Sağır, 2006).

Sağır (2006), iyi bir kararın özelliklerini Şekil 1’deki akış şemasıyla açıklamıştır.



Şekil 1. İyi Bir Kararın Özellikleri Akış Şeması (Sağır, 2006, s.31)

Kuzgun (2006), karar verme davranışının başlaması için bireyi karar vermeye iten bir güçlüğün var olması gerektiğini vurgulamış ve bu nedenle “problem” yerine “güçlük” terimini kullanmayı tercih etmiştir (s. 52). Bu görüş çerçevesinde Çoban ve Hamamcı’ya (2006, s. 394) göre ise karar verme davranışının oluşabilmesi için üç temel koşulun

sağlanması gerekir: Bireyin fark edebileceği ve karar verme ihtiyacını tetikleyecek bir güçlüğün bulunması, bu güçlüğü gidermeye yönelik çeşitli seçeneklerin mevcut olması ve bireyin bu seçenekler arasında özgürce tercih yapabilme imkanına sahip olması.

Çevresine uyum sağlama çabasında olan birey, bu gereksinimi karşılamaya çalışırken sürekli yeni kararlar verir. Çözüme ulaşmaya çalışırken, karar verilmesi gereken durumun doğru biçimde tanımlanması doğru yaklaşımı beraberinde getirir. Eğer karşılaşılan sorun önemsizse veya verdiği kararı değiştirme esnekliğine sahipse, daha düşük düzeyde kaygı yaşar; hatta bazı durumlarda, bir davranışı seçerken bir karar vermiş olduğunun farkına bile varmayabilir (Dağ, 1990; Kuzgun ve Bacanlı, 2005, s.9).

Karar verme her ne kadar basit bir eylem gibi görünse de araştırma, öğrenme, hafıza ve yargı gibi değişkenlerden etkilenen karmaşık bir yapıya sahiptir (Mann, Leon, Harmoni ve Power, 1989). İyi bir karar, bireyin hedefine ulaşmasını sağlayan nitelikli bir seçimdir. Etkin bir karar ise yalnızca hedefe ulaşmakla kalmaz, aynı zamanda sürecin sonunda arzu edilen sonuçları doğurur. Byrnes'e göre karar verme, bireyin farklı seçeneklerin iyi ya da kötü sonuçlar doğurma potansiyelini ayırt edebilme becerisidir. Bu beceri, karar verme yetkinliğinin temelini oluşturur ve kişisel başarı ile karar verme yeterliği arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koyar (Byrnes, 2002; Akt. Deniz, 2004, s. 23).

Karar verme davranışı, en temelinde mutluluğa ve başarıya ulaşma arzusu taşır; ancak bu süreçte kişinin mutlu olma ihtimali olduğu gibi, hayal kırıklığına uğrama ihtimali de vardır (Sağır, 2006). Bireyin zamanında verdiği doğru kararlar yaşamını olumlu yönde etkilerken, hatalı veya yanlış kararlar olumsuz sonuçlara yol açabilir (Güçray, 1998; Çoban ve Hamamcı, 2006; Üngüren, 2011, s.100). Temel bir yaşam becerisi olarak karar verme, bireyin psikolojik iyi oluşu üzerinde belirleyici bir role sahiptir. (Bisquerra Alzina ve Pérez Escoda, 2012, s. 73). Bu yetkinliğin değerlendirmesinde ise bireyin problem çözme, eleştirel düşünme ve rasyonel yargılama becerileri birlikte ele alınmalıdır (Mieles ve Alvarado, 2012).

Bununla birlikte, özellikle çok fazla seçenek arasında karar verme zorunluluğu bireyde stres yaratabilmekte, bu durum hem karar verme sürecini hem de iyi oluş halini olumsuz etkileyebilmektedir (Deniz, 2004). Bu bağlamda, karar verme süreci yalnızca bireyin bilişsel ve duygusal özelliklerine değil aynı zamanda çevresel koşullara ve içinde

bulunduğu duruma da bağlıdır. Dawson (1995, s. 9), karar verme gücünü “bireyin yaşamını şekillendiren” bir yeti olarak tanımlar ve bu süreci; bireyin kontrolü dışında gelişen doğal olaylar ve geleceğe dair belirsizlikler, mevcut seçenekler ya da alternatifler ve bu seçeneklerin karşılaştırılmasıyla ortaya çıkan muhtemel sonuçlar üzerinden açıklar. Dawson’ın bu yaklaşımı, karar vermenin yalnızca bireysel bir süreç olmadığını, çevresel koşullarla birlikte ele alınması gerektiğini vurgular.

2.5.1. Karar Verme Sürecinin Temelleri ve Aşamaları

Karar verme süreci, bireyin bir durum veya sorun karşısında nasıl hareket etmesi gerektiğinin analitik bir değerlendirmesini yapması, mevcut alternatifleri avantaj ve dezavantajları açısından karşılaştırması ve kendi koşulları doğrultusunda en faydalı ve uygulanabilir olan alternatifi seçme sürecidir (Bayraktaroğlu ve Demir, 2011). Karar, karar verme ve karar verme süreci, karar mekanizmasıyla ilgili farklı zaman dilimlerini kapsayan dinamik bir yapıya sahiptir. Çünkü karar verme eylemi bir süreçtir (Bilkay, 1990, s.28).

Karar verme süreci üç temel zaman boyutunu içerir. Geçmiş zaman, bireyin karşılaştığı sorunların ortaya çıkıp tanımlandığı süreci ifade ederken, şimdiki zaman, problemin daha ayrıntılı şekilde ele alındığı, gerekli bilgilerin toplandığı ve mevcut seçeneklerin değerlendirilip incelenerek seçildiği süreci kapsar. Gelecek zaman ise, verilen kararın uygulanması ve sonuçlarının değerlendirilmesi sürecini ifade eder. Karar verme süreci bir bütün olarak ele alındığında, karar verme geçmişten şimdiye uzanan bir değerlendirme sürecini oluşturmakta; karar ise şimdiki zamanda gerçekleşen bir eylem olarak öne çıkmaktadır (Bilkay, 1990, s.28).

Karar verme süreci aynı zamanda bireyin kişisel ihtiyaçları ile çevresel koşullar arasında denge kurma çabasıdır. Bu süreçte birey hem içsel gereksinimlerini hem de çevresel beklentileri karşılamaya çalışır. Bu dengeyi sağlamak ise kişisel ve çevresel kaynakları etkili ve olumlu bir biçimde kullanabilmesine bağlıdır (Akaytay, 2004, s.6; Sardoğan, Karahan ve Kaygusuz, 2006, s.79). Bu bağlamda karar verme, bir tür öz düzenleme ve denge sağlama süreci olarak da değerlendirilebilir (Marco vd., 2003).

Bireyin karşılaştığı sorunları çözmek amacıyla gerçekleştirdiği eylem ve uygulamalar bütünü, karar verme sürecini oluşturur (Akaytay, 2004, s.6). Sağlıklı bir

karar verebilmek için bu sürecin nasıl şekillendiğini ve hangi aşamaların takip edildiğini bilmek önemlidir (Tosun, 2000, s.327). Bu süreçte yer alan bireylerin, çeşitli risklere yol açabilecek bazı unsurları göz ardı etmemeleri gerekmektedir. Karar verme sürecinde aceleci davranmak veya gereğinden fazla gecikmek, öncelik sırasını dikkate almamak, yapılan hataları kabul etmemek veya karar sürecinde kimseye danışmamak gibi durumlar çeşitli risklere yol açabilir (Emhan, 2007, s.216).

Bireyin birçok alternatif arasından birine yönelmesi, bilişsel bir değerlendirme sürecidir. Bu süreç, seçenekler hakkında detaylı bilgi edinmeyi, bu bilgileri sınıflandırmayı, önem sırasına göre düzenlemeyi ve her bir seçeneği beklentileri karşılama olasılığı açısından değerlendirmeyi gerektirir (Kökdemir, 2003). Zeleny (1982), Gati ve Tikotzki (1989), bireylerin karar verme sürecine ilişkin kuramsal görüşlerini, sonuç ve süreç üzerine yoğunlaşan iki temel yaklaşımla ele almaktadır.

Sonuç odaklı yaklaşıma göre, karar verme sürecinde ulaşılan sonuçlar, sürecin anlaşılmasında önemli bir rol oynar. Bu yaklaşımın temelinde, verilen kararların sonuçları ve bu sonuçların doğru tahmin edilmesi yer alır. Süreç odaklı yaklaşım ise, karar verme sürecinin anlaşılmasının olası sonuçları öngörmeye yardımcı olacağını ileri sürer. Bu yaklaşımda, kararın nasıl verildiğine dair ayrıntılı bilgi edinmenin, daha bilinçli kararlar alınmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca, bireylerin karar verirken genellikle bilişsel kapasitelerini yeterince kullanmadıkları ve kestirme yolları tercih ettikleri gözlemlenmiştir (Akt; Ersever, 1996; Candangil, 2005).

Karar kuramıyla ilgili literatür incelendiğinde, Zeleny (1982), karar verme sürecinin üç aşamaya ayrıldığını ve her aşamanın kendi içinde alt kararlardan oluştuğunu belirtmiştir. Bu aşamaların birbiriyle ilişkili olmakla birlikte, işlevsel olarak ayrılabilceği ifade edilmektedir (Ersever, 1996; Eldeleklioğlu, 1996; Deniz, 2002; Kesici, 2002; Avşaroğlu, 2007).

Bu süreçler şunlardır:

Karar Öncesi Dönem: Sürecin başlangıcında birey bir çatışma yaşar ve bu durum kararsızlık yaratarak karar verme ihtiyacını beraberinde getirir. Bu aşamada birey, ideal olduğunu düşündüğü seçenekleri aramaya yönelir. Mevcut seçenekler ve bunların olası sonuçları detaylı bir şekilde analiz edilir.

Karar Dönemi: Birey, mevcut seçenekleri belirlenen hedeflere en uygun olanla karşılaştırarak eleme yapar. Uygun olmayan alternatifler elenirken, temel kriterleri karşılayanlar değerlendirmeye alınır.

Karar Sonrası Dönem: Birey, kararını uyguladıktan sonra ortaya çıkan sonuçları değerlendirir ve yorumlar. Bu süreç, kararın etkinliğini ölçmek ve gelecekteki kararlar için geri bildirim sağlamak açısından önemlidir.

Adair'e (2000) göre karar verme süreci, öncelikle problemin veya amacın net biçimde belirlenmesiyle başlar. Ardından gerekli bilgiler toplanarak bireyin kriterlerine uygun seçenekler oluşturulur. Belirlenen en az üç alternatif üzerinde değerlendirme yapılır ve "mutlaka olmalı" ölçütünü taşımayanlar elenir. Bu aşamada, temel ölçütleri karşılayanların yanı sıra "olsa iyi olurdu" kriterine uyan, ideal olmayan ancak tercih edilebilir seçenekler de dikkate alınır. Değerlendirme tamamlandıktan sonra uygun çözüm seçilir, karar uygulanır ve sonuçlar analiz edilerek sürecin başarısı ölçülür (Akt. Deniz, 2002).

Benzer şekilde Gordon'a (1978) göre de karar verme süreci, öncelikle amacın açık ve net bir biçimde tanımlanmasıyla başlar. Ardından bu amaç doğrultusunda kontrol edilebilen ve kontrol edilemeyen değişkenler belirlenir. Bunlar arasındaki ilişkiler değerlendirilir ve en uygun alternatif seçilir. Kararın verilmesinin ardından, alınan kararın sonuçları analiz edilip yorumlanır ve süreç elde edilen veriler ışığında gözden geçirilerek tamamlanır (Akt. Köse, 2002).

Kuzgun'un (2006) yaklaşımına göre ise karar verme süreci, öncelikle bireyin karşılaştığı problemin fark edilmesiyle başlar; daha sonra bu problemin ne olduğunun ve kapsamının tam olarak tanımlanması gerekir. Tanımlanan soruna çözüm yolları oluşturmak amacıyla farklı seçenekler belirlenir ve bu seçeneklerle ilgili veriler toplanır. Toplanan veriler, bireyin belirlediği amaca göre değerlendirilir; ardından en uygun seçenek seçilerek uygulanır ve sonuçlar gözden geçirilerek süreç tamamlanır.

Karar vermenin yalnız bir seçimden ibaret olmadığı vurgulayan Drucker'a (1967) göre ise sürecin temelinde etkili geri bildirim yer alır. Kararın uygulanmasından sonra elde edilen sonuçların değerlendirilmesi, gelecekte alınacak kararların daha verimli olmasına katkı sağlar. Bu yaklaşımı daha sistematik hale getiren Drucker (2001), karar

verme sürecinin öncelikle problemin sınıflandırılmasıyla başladığını belirtmiştir. Sürecin devamında, sorun net bir biçimde tanımlanır, çözüm yolları oluşturulur ve yalnızca kabul edilebilir olanlar değil, “en uygun” çözüm seçilerek uygulanır. Uygulamanın ardından ise kararın geçerliliği ve etkinliği titizlikle değerlendirilir; böylece sürecin başarısı ölçülür.

Karar vermenin çevresel faktörlerden etkilendiğini vurgulayan Gelatt (1962), karar verme sürecinin temelinde kararın etkinliği ve rasyonelliğinin yattığını; bunun bir maliyeti olduğunu ve her karar verme işleminin risk taşıdığını belirtmiştir. Ona göre karar verme, geçmişle geleceği birbirine bağlayan ve sınırlı zamanda yürütülen bir sorun çözme sürecidir (Acıbozlar, 2006).

Gelatt (1989), karar verme sürecini bilgi, işlem ve seçim olmak üzere üç aşamada tanımlamış ve “olumlu belirsizlik” kavramına vurgu yapmıştır. Bireylerin bilgilerini sürekli güncellemesi gerektiğini ve mantıklı stratejilerle verilmiş kararların bile toplumsal değişim nedeniyle geçerliliğini yitirebileceğini ifade etmiştir. Bu nedenle bireylerin değişen koşullara uyum sağlamaları ve kararlarını yeniden gözden geçirebilmesi gerektiğini vurgulamıştır. Olumlu belirsizlik anlayışı, belirsizliği olumsuz değil doğal bir süreç olarak kabul etmeyi esas alır (Avşaroğlu, 2007).

Bu doğrultuda, bireyin mevcut seçenekler arasından birini seçebilmesi için çeşitli bilişsel süreçleri gerçekleştirmesi gerekir. Öncelikle birey, bir sorun olduğunu fark etmeli ve bu sorunu net bir biçimde tanımlamalıdır. Ardından olası çözüm yolları belirleyerek, bilgileri toplamalı; avantaj ve dezavantajlarıyla birlikte değerlendirmelidir. Elde edilen veriler bireyin istek ve ihtiyaçları doğrultusunda analiz edilmeli, en uygun seçenek belirlenmeli ve buna göre bir plan oluşturularak uygulanmalıdır. Sürecin sonunda ise uygulanan planın sonuçları analiz edilmeli; kararın başarısı ve hedefe ulaşma düzeyi değerlendirilmelidir (Akt. Eldeleklioğlu, 1996).

Koçel’e (2007) göre karar verme, belirli bir amaç doğrultusunda farklı seçeneklerin değerlendirilmesi, en uygun alternatifin belirlenmesi ve bu tercihin uygulanmasıyla sonuçlanan bir süreçtir (Öztürk, 1980; Koçel, 1998; Koçel, 2007). Karar verme sürecinin öncesinde bireye ulaşan bilgi akışı kritik bir rol oynar. Bilginin karar mekanizmasındaki yeri nedeniyle doğru ve zamanında bilgiye ulaşmak, sağlıklı kararlar alınabilmesi açısından önemlidir. Bu sürecin aşamaları ise aşağıdaki başlıklar altında incelenebilir.

Amacın Belirlenmesi ve Problemin Tanımlanması: Karar vermenin temel amacı problem çözmek olduğundan, problemin ne olduğu, önemi, kapsamı, etkileri ve sonuçları net bir şekilde tanımlanmalıdır (Tosun, 1992). Problem, amaca ulaşma sürecinde karşılaşılan ve ortadan kaldırılması gereken engeller olarak tanımlanır. Dolayısıyla bu engellerin nasıl tanımlandığı, karar verme sürecini doğrudan etkiler. Sürecin ilerleyen aşamalarında sunulan çözüm alternatifleri, belirlenen amaç ve tanımlanan problem doğrultusunda şekillenir.

Amaç, karar verme sürecinde hedeflenen ve ulaşılmak istenen sonucu ifade eder. Etkili bir karar süreci için, amaçların açık, ölçülebilir, zaman çerçevesi belirlenmiş, motive edici, önceliklendirilmiş ve eyleme dönük olması gerekir (Koçel, 2007).

Karar verme sürecinin başlaması için öncelikle seçim yapmayı gerektiren durumun algılanması gerekir. Ancak algılama, bireysel özellikler ve çevresel koşullara bağlı olarak değişebilir. Aynı verilere bakan bireyler farklı problemler algılayabilir; bu da karar sürecinin ilk aşamasını önemli ölçüde etkiler. “Çerçeveleme etkisi” olarak bilinen bu olgu, olayların sunum biçiminin kararları farklılaştırabileceğini göstermektedir (Koçel, 1998).

Amaç ve Problemleri İrdeme (Öncelikleri Belirleme): Amacın ve problemin tanımlanması, seçim kriterlerini belirlemek için yeterli değildir. Bu aşamada hem amacın hem de problemin önemi, özellikleri ve çözülmediğinde ortaya çıkabilecek sonuçları analiz edilmelidir. Böylece hangi kriterlerin seçim için gerekli olduğu netleşir.

Çözüm Alternatiflerinin Belirlenmesi: Bu aşamada, amaca ulaşmak ve problemi çözmek için alternatifler oluşturulur. Mevcut seçenekler arasından en uygun olanlar belirlenir.

Geliştirilen Alternatiflerin İrdelenmesi: Bu aşamada, belirlenen alternatifler olası sonuçları, uygulanabilirlikleri, maliyetleri, arzu edirlilikleri, hedefe ulaştırma potansiyelleri açısından karşılaştırılarak detaylı biçimde değerlendirilir. Bu aşamanın amacı, uygulanabilirliği ve hedefe ulaştırma potansiyeli en yüksek olan alternatifleri ön plana çıkarmaktır.

Seçim Kriterlerinin Belirlenmesi ve Seçimin Yapılması: Son aşamada, alternatif çözümler arasından un uygun olanı seçilir. Bu seçim, alınan kararı temsil eder. Ardından, uygulamaya geçilecek adımlar belirlenir.

Karar verme sürecinin etkinliği; bireylerin bilgi işleme becerilerine, çevresel koşullara ve belirsizlikle başa çıkma yeteneklerine bağlıdır. Sürecin her aşaması dikkatli değerlendirme ve kapsamlı analiz gerektirir; bu da daha sağlıklı ve etkili kararların alınmasını sağlar.

2.5.2. Karar Verme Davranışını Etkileyen Faktörler

İnsanlar yaşamları boyunca, sürekli olarak karar vermeyi zorunlu kılan sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu kararların niteliği, bireyin içinde bulunduğu gelişim evresine ve karşılaştığı durumun özelliklerine göre değişkenlik gösterir (Ersever, 1996). Birey bir problemin varlığını hissettiğinde, çözüm yolu bulabilmek için öncelikle kendi belleğine, bilgi birikimine, değerlerine ve çeşitli kaynaklardan edindiği bilgilere başvurur; ancak nihai seçimini kendisi yapar.

Bireylerin verdiği kararlar her ne kadar kendi özgür iradeleriyle alınmış gibi görünse de toplumsal etkenler, bireyin karar verme sürecini önemli ölçüde etkilemektedir. Bireysel farklılıklar, toplumsal değerler ve kişisel değer yargıları, kararın oluşmasında belirleyici bir rol oynar. Sağlıklı karar verebilmek için bireyin öncelikle seçenekleri doğru algılaması, ardından kendi ihtiyaç ve gereksinimleri ile bu seçenekler arasında anlamlı bir ilişki kurması gerekir. Özellikle birden fazla seçeneğin var olduğu durumlar, bireyler açısından güçlük yaratarak karar verme sürecini olumsuz etkileyebilir. Bunun yanı sıra, bireylerin içinde bulunduğu ruh hali ve duygusal durumları da süreç üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bireyin belirli değer yargıları doğrultusunda seçim yapmaya çalışırken engellenmesi ya da engellenme korkusu yaşaması kaygıya neden olabilir. Bu kaygı durumu, kendi içinde bir çatışma yaşayan bireyin karar verme sürecinde zorlanmasına neden olmaktadır (Atkinson vd., 1999; Batçioğlu, 1994; Shiloh, Koren ve Zakay, 2001; Deniz, 2004; Morgan, 2004).

Karar verme sürecinde rol oynayan en önemli faktörler, algı, duygu ve iradedir (Özcan, 1999). Psikolojik açıdan bakıldığında karar verme, bireyin zihinsel çabasını ve iradesini kullanmasını gerektiren bir süreçtir. Bazı bireyler, yeteneklerinin sınırlı olması,

zihinsel durgunluk veya tembellik sebebiyle gündelik yaşamlarında basit kararları bile başkalarına bırakma eğilimindedir. Bu durum, özellikle ani bir karar verilmesi gereken anlarda başarısızlığa yol açabilir (Tosun, 1992; Akt. Köse, 2002). Çevresel etkilere açık olan bireyler, bu etkileri sağlıklı bir biçimde algılayarak kişisel gelişimlerine katkıda bulunabilirler. Özgürce seçim yapma şansı elde ettiklerinde, genellikle doğru ve iyi davranış biçimlerini tercih ederler. Ancak deneyimlerini eksik ya da çarpıtılmış biçimde algılayan bireyler, savunmacı bir tutum sergiler ve kaygı duyarlar. Bu durum sağlıklı kararlar vermelerini zorlaştırabilir (Rogers,1951; Eldeleklioğlu, 1996).

Belirsizlik, karar verme sürecini etkileyen önemli unsurlardan biridir. Bireylerin karar verme süreçleri, içinde bulundukları durumun netliği veya belirsizliğiyle doğrudan ilişkilidir. Kesin bilgilere dayalı ortamlarda seçenekler net olduğu için karar verme süreci daha öngörülebilirken; belirsizlik içeren durumlar birey için risk oluşturur. Bursik ve Baba (1986), bireylerin aynı koşullarda farklı risk algılarına sahip olabileceğini belirtmiştir. Bazı bireyler risk almaktan hoşlanırken, bazıları ise riskten kaçınma eğilimindedir; bu da kararlarında farklılıklara yol açar (Tiryaki, 1997; Elbanna ve Child, 2007).

Karar verme sürecini etkileyen bir diğer faktör zamandır. Sağlıklı ve bilinçli kararlar verebilmesi için bireylerin yeterli zamana sahip olmaları gerekir. Verilen kararın önem derecesi de karar verme sürecine etki eder. Özellikle kararlar söz konusu olduğunda, en etkili çözüm yolunu bulabilmek için daha fazla zamana ihtiyaç duyulur. Zamanın kısıtlı olduğu durumlarda ise sağlıklı karar vermek zorlaşır (Eldeleklioğlu, 1998).

Geçmiş deneyimler de karar verme sürecinde önemli bir yer tutar. Bireyler genellikle geçmişteki olumlu ve olumsuz deneyimlerinden faydalanma eğilimindedir. Ancak, kesinlik içermeyen ve varsayımlara dayanan deneyimlere ilişkin bilgiler, bireyin kararlarını olumsuz yönde etkileyebilir. Farkındalık seviyesi yüksek bireylerin odaklanma kapasiteleri artar, dikkat ve derin düşünme yetenekleri gelişir. Farkındalığın yüksek olması ve ön yargılardan kaçınılması, karar verme davranışını olumlu yönde etkilerken; aşırı iyimserlik ve gereğinden fazla özgüven, hatalı karar verme eğilimini artırabilir (Burns, 2016).

Karar verme sürecine ilişkin yaygın görüş; bireylerin istek, ihtiyaç ve inançlarının kararlarını şekillendirdiğidir (Develioğlu, 2006). Bunun yanı sıra, sosyal ve çevresel koşullar da karar verme sürecini etkileyen önemli değişkenlerdir (Sağır, 2006; Can, 2009). Karar vermeyi gerektiren problemin çevresindeki tüm koşullar çevresel faktörleri oluşturur (Cooper, 2000). Bireyin aile üyeleri, arkadaşlar ve yakın çevresiyle kurduğu ilişkiler, hissettiği sorumluluklar, sosyal dinamikler ve ekonomik koşullar karar verme sürecini doğrudan etkiler. Ayrıca karar verme stratejileri yaşa, duruma ve olaylara bağlı olarak farklılık gösterir (Sağır, 2006; Can, 2009).

Karar verme süreci, bireysel ve çevresel faktörlerin etkileşimiyle şekillenen dinamik bir yapıdır. Bireylerin deneyimleri, olaylara bakış açıları ve yaşam koşulları farklı olduğundan, bu süreç kişiye özgü bir yapıya sahiptir. Sosyal çevrenin beklentileri ve bireyin bu beklentileri algılayış biçimi içsel çatışmalar yaratarak, karar verme sürecini karmaşık hale getirebilir. Tüm bu etkenlerin karşılıklı ilişkisi, verilen kararların niteliğini ve sonuçlarını doğrudan etkiler.

2.5.3. Karar Verme Stilleri ve Kuramsal Yaklaşımlar

Literatür incelendiğinde, karar ve karar verme kavramlarının tip, tür, çeşit, metot, strateji, model, teknik, yöntem, teori, süreç, stil vb. birçok ifadeyle sınıflandırıldığı görülmektedir. Yabancı literatürde tek bir terim ile ifade edilen bazı kavramların Türkçe’de birden fazla terim kullanılarak (tip-tür-çeşit) karşılanması, kavramsal çerçevenin net bir şekilde ifade edilmesini zorlaştırmakta ve literatürde yer alan tanımların ve sınıflandırmaların birbirleriyle karıştırılmasına yol açmaktadır (Nas, 2006, s.59).

Karar verme kavramı ele alınırken, öncelikle bireylerin hangi temele dayanarak karar verdikleri araştırılmıştır. Bu bağlamda, karar verme stilleri ön plana çıkmaktadır. Karar verme stili, bireyin karar vermesi gereken durumlarla karşılaştığında verdiği tepkiyi, karar verme tarzını, bireysel özelliklerini, sergilediği tutum ve eylemlerini değerlendirme biçimidir. Bireyin bu süreçte benimsediği tutum ve tavır kararın niteliğini doğrudan etkilemektedir (Phillips ve ark., 1984; Leonard ve ark., 1999; Kuzgun, 2000, s. 87; Brousseau ve Driver, 2005; Dewberry ve ark., 2013; Thunholm, 2004; Bayram ve Aydemir, 2017).

Karar verme stillerinin, bireylerin cinsiyeti, algılanan anne-baba tutumu, sosyo-ekonomik düzeyi, problem çözme kapasitesi, mesleki olgunluk, kimlik statüsü, kendini algıma biçimi ve karar verme stratejileri ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Eldeleklioğlu, 1996; Taşdelen, 2001; Balkıs, 2007, s.70). Bireyin yaşı, yaşadığı durum ve olaylara bağlı olarak karar verme stratejileri değişkenlik gösterebilmektedir. Literatürde, karar verme stratejisi ve karar verme stili kavramları genellikle iç içe geçmiş şekilde ele alınmaktadır. Örneğin, karar verme sürecinde gözlemlenen “erteleme” davranışı kimi zaman karar verme stili, kimi zaman ise karar verme stratejisi olarak değerlendirilmektedir (Ferrari ve Dovidio 2000).

Karar verme stillerinin öğrenilebilen alışkanlıklar olduğu ve farklı koşullara bağlı olarak değişkenlik gösterebileceği ifade edilmiştir. Sporoles ve Sporoles (1990), bireylerin öğrenme stilleriyle karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Brousseau ve Driver, 2005; Ehtiyar ve Tekin, 2010, s.3399). Benzer bir görüşle, karar verme stiliinin öğrenilmiş bir alışkanlık olduğunu belirten Driver (1979), karar verme sürecinde seçeneklerin tanımlanması ve bilginin işlenme biçiminin, farklı karar verme stillerini belirleyen ayırıcı etkenler olduğunu savunmuştur. Buna karşılık Thunholm (2004), karar verme stillerinin alışkanlık niteliği taşımadığını, yalnızca öğretilen veya deneyim yoluyla edinilebilen yetiler olduğunu öne sürmüş ve karar destek sistemlerinin bu çerçevede şekillendirilmesi gerektiğini belirtmiştir (Nas, 2006, s. 66).

Dunham ve Pierce (1989) ise bireysel farklılıkların, temel olarak bireyin karar verme hızı ile karar verme sürecinde toplanan ve değerlendirilen bilgi miktarından kaynaklandığını vurgulamıştır. Özellikle yüksek risk alma eğilimi gösteren bireylerin, karar verme sürecini hızlandırıp bilgi toplama ve değerlendirme süreçlerine daha az zaman ayırdıkları gözlemlenmiştir (Akt. Taşdelen, 2001: 27).

Karar verme stillerine dair literatür incelendiğinde, birçok farklı alan ve disiplinlerde çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Her alanın kendine özgü yaklaşımını ortaya koyan bu çalışmalar, farklı yaklaşımlar arasında da önemli benzerlikler olduğunu göstermektedir. Tambe ve Krishnan (2000), bu yaklaşımları analitik bir bakış açısıyla üç farklı grupta sınıflandırmış ve tavsiye yönlü teoriler, sosyal teoriler ve Jung temelli teoriler olarak adlandırmıştır. Karar verme stilleri birçok araştırmacı tarafından farklı bir

bakış açısıyla ele alınmış olsa da en bilinen ve üzerinde en çok çalışılan yaklaşımlardan biri Jung temelli yaklaşımdır (Nas, 2010).

2.5.3.1. Jung Temelli Karar Verme Stilleri

Jung temelli yaklaşımlarda, bireylerin algı süreçlerinde rastlantısal olmayan karar verme yöntemlerini tercih ettiği ileri sürülmektedir. Bu yaklaşıma göre, algılama ve değerlendirme süreçlerinin, karar verme stilleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olduğu vurgulanmaktadır (Thunholm, 2004, s. 932). Jung'a göre bireylerin davranışları hem geçmiş deneyimlerden etkilenir hem de geleceğe yönelik bir düzenleme sürecinden geçer; dolayısıyla kişilik tiplerimiz, karar verme eğilimlerimizi şekillendirir (Eren, 2001; 88).

Jung'un kişilik tipleri kuramı, bireylerin kişilik yapılarını, içe dönüklük ve dışa dönüklük olmak üzere iki temel tutum çerçevesinde ele alır (Usal ve Kuşluyan, 2000; 92). Jung'a göre algılama işlevi, duyum ve sezgi olmak üzere iki farklı yolla gerçekleşir. Duyum, dış dünyadan algıladığımız somut deneyimleri ifade ederken; sezgi ise bilinçaltımızın bu deneyimlere yüklediği anlamları temsil eder. Karar verme sürecini yöneten yargılama ise birbirlerine zıt iki şekilde ortaya çıkar. Birincisi, mantıksal bir çerçevede objektif bir bakış açısıyla nesnel bir sonuca ulaşmayı hedefleyen düşünme; ikincisi ise kişisel değerleri, ilişkileri ve duyguları merkeze alan hissetme yoludur (Myers ve Myers, 1997; 26).

Jung'un kişilik tipleri teorisi, bireylerin karar verme süreçlerini anlamaya yönelik çeşitli yaklaşımların geliştirilmesine zemin hazırlamıştır. Mitroff ve Kilman (1975), Keegan (1980), Rowe ve Boulgarides (1994) bu teoriden yola çıkarak farklı karar verme stilleri ortaya koymuşlardır.

a. Mitroff ve Kilman Yaklaşımı

Mitroff ve Kilman, Jung'un kişilik tipleri teorisini temel alarak iki boyutla ifade edilen dört karar verme stili tanımlamışlardır. Bu boyutlardan ilki algılamadır ve bireylerin bilgiye nasıl yaklaştığını ve bilgiyi toplama biçimini ifade eder. Bu boyutta veri toplama işlemi duyum veya sezgi yoluyla gerçekleşmektedir. Duyum somut gerçeklere ve detaylara odaklanırken, sezgi soyut kavramlara ve gelecek olasılıklara odaklanır.

İkinci boyut olan yargılama ise bireylerin karar verirken hangi kriterleri önceliklendirdiklerini belirler. Karar verme işlemi ya düşünme ya da duygu yoluyla gerçekleşmektedir. Düşünme, mantıksal bir süreci ifade ederken, duygu kararın kişiselleştirilmesine odaklanır (Mitroff ve Kilman, 1975. Akt. Nutt 1979; 85; Coscarelli vd., 1995, s. 391).

Mitroff ve Kilman, bu iki boyutun kombinasyonu ile sistematik karar stili, hukuki karar stili, spekülasyon karar stili ve sezgisel karar stili olmak üzere dört karar stili tanımlamışlardır. Ayrıca, bireyin finansal riskler alma eğilimleri ve belirsiz durumlara uyum sağlayabilme süreçleri üzerine çalışmalar yapmışlar ve bu çalışmaların sonucunda karar verme stillerinin Jung'un kişilik tipleriyle doğrudan ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır (Nutt 1979, 1990).

		VERİ TOPLAMA ŞEKLİ	
VERİ ANALİZ ŞEKLİ	düşünme (thinking)	duyum (sensing)	sezgi (intuition)
	duygu (feeling)	Sistemik Karar Stili (Systematic)	Spekülasyon Karar Stili (Speculative)
		Hukuki Karar Stili (Judicial)	Sezgisel Karar Stili (Intuitive)

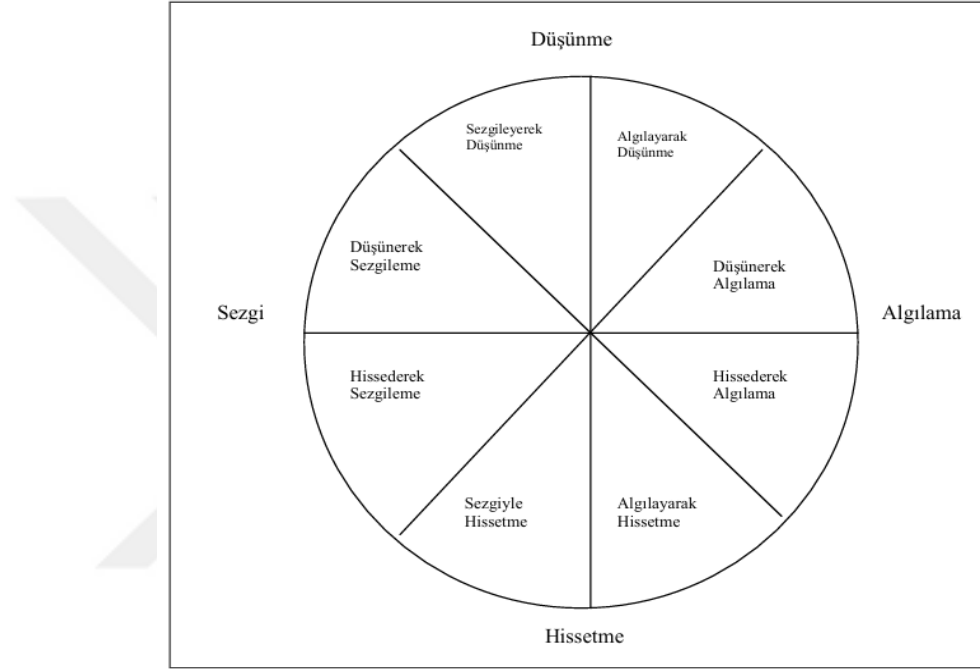
Şekil 2. Mitroff ve Kilman'ın (1975) Karar Stilleri Kaynak: Nutt (1979)

b. Keegan Yaklaşımı

Keegan (1984) geliştirmiş olduğu yaklaşımda, karar verme stillerini bireylerin psikolojik eğilimlerine göre sınıflandırmaktadır. Bu modelde algılama veya veri toplama süreci duyum ve sezgi yoluyla yapılırken, yargılama veya analiz süreci, düşünme ve duygu yoluyla gerçekleşmektedir (Mitroff ve Kilman, 1975; Akt. Nutt 1979, s. 85, Keegan, 1980; Akt. Andersen, 2000; Myers ve Myers, 1997, 25-26). Bu yaklaşıma göre birey, öncelikle mevcut sorunu algılayarak farkına varır, ardından bir yargıya vararak seçim yapar. Bir sorunun tam olarak anlaşılabilmesi ve tanımlanabilmesi için algılama ve sezgiye ihtiyaç duyulmaktadır. Sorunun algılanmasının ardından alternatif seçenekler oluşturulmalı, bu seçenekler değerlendirilerek bir tercihte bulunulmalıdır. Bu

değerlendirmenin yapılabilmesi için ise düşünme ve hissetme boyutlarına ihtiyaç vardır (Andersen, 2000, s. 51).

Keegan'ın tanımladığı karar verme stili, karar verme davranışlarının çok boyutlu doğasının yansıtacak şekilde tasarlanmıştır ve sekiz boyuttan oluşmaktadır (Keegan, 1980; Akt. Andersen 2000). Bu boyutlar, bireylerin karar verme süreçlerindeki psikolojik eğilimlerini ve tercihlerini kapsamlı bir şekilde ele almaktadır.



Şekil 3. Keegan Karar Verme Stili Kaynak: Andersen, 2000, s. 52

c. Rowe Yaklaşımı

Rowe tarafından ortaya atılan bu yaklaşımda dört farklı karar verme stili bulunmaktadır. Bu yaklaşımın Mitroff ve Kilman modeliyle benzerlikler taşıdığı belirtilmektedir. Rowe'un ortaya koyduğu karar verme stilleri Şekil 4'te gösterilmektedir.

ALGILAMA	sezgi (intuition)	NT Analitik	NF Kavramsal
	duyum (sensing)	ST Direktif	SF Davranışsal
		düşünme (thinking)	duygu (feeling)
YARGILAMA			

Şekil 4. Rowe ve Boulgarides’in Karar Verme Stili Yaklaşımı Kaynak: Rowe ve Boulgarides (1994; 37)

Bu yaklaşıma göre karar verme stillerinin açıklamaları aşağıda yer almaktadır.

Direktif Stil: Hızlı ve tatminkar karar vermeyi amaçlayan görev odaklı bir yaklaşımdır. Bu stile sahip bireylerin belirsizliğe tahammülü düşüktür, çünkü karar verme sürecinde sınırlı bilgi ve seçenekten faydalanırlar. Genellikle güç ve kontrol ihtiyacı duyarlar ve diğerleri üzerinde baskı kurarak onları yönetme eğilimindedirler. Prosedürlere sıkı sıkıya bağlı kalma ve saldırgan bir tutum sergileme özellikleriyle öne çıkarlar. Sistematik ve verimli bir yapıya sahiptirler. Hızlı sonuç almak istedikleri için kısa dönemli amaçlara odaklanırlar.

Analitik Stil: Belirsizliğe toleransları direktif stile göre daha yüksektir. Bilişsel olarak karmaşık bir kişiliğe sahip olan bu bireyler, geniş kapsamlı bilgi ve seçeneklerden faydalanırlar. Zorluklarla mücadele etmekten keyif alırlar ve görev odaklı bir yaklaşım sergilerler. Öncelikle mevcut durumu ya da sorunu analiz ederek planlama yaparlar ve önemli verileri kullanarak tahmin ve öngörülerde bulunurlar. Sistematik ve yenilikçi yaklaşımlarıyla, problem çözmeye odaklanır ve her durumda maksimum başarıyı hedeflerler.

Kavramsal Stil: Bu stili benimseyen bireylerin belirsizliklere karşı hoşgörü ve toleransı yüksektir. İlişki odaklı, hayal gücü yüksek ve yapıcı bir yaklaşıma sahiptirler. Hem bilişsel karmaşaya hem de insan ilişkilerine odaklanırlar. Çok sayıda veriden faydalanarak sistematik bir yaklaşım sergilerler. İlişkilerinde dürüstlük ve açıklığı ön planda tutarak ekipleriyle amaçlarını paylaşmak onlar için büyük önem taşır.

Mükemmeliyetçi tutumla birçok seçeneği değerlendirir ve yaratıcı çözümler üretirler. Karmaşık ilişkileri hayal güçleri ile çözümleyebilme yetenekleri sayesinde uzun vadede çözülebilecek problemlere ilgi duyarlar. Örgütsel vatandaşlık yönleri kuvvetlidir. Başarı odaklı olup övgüye, kabul görmeye ve bağımsızlığa değer verirler. Güç kullanımında esnek kontrolü tercih eder ve genellikle katılımcı bir yaklaşım benimserler.

Davranışsal Stil: Belirsizliklere karşı tahammülsüzlüğü yansıtan bu stildeki bireyler, başkalarına ihtiyaçlarına ve gelişimlerine odaklanma eğilimindedirler. Empati yaparak iletişim kurarlar ve destekleyici bir yaklaşım benimserler. İçinde bulundukları grup tarafından kabul edilme ihtiyacı hissederler ve kendilerine danışılmasından memnuniyet duyarlar. Önerilere açık olup sosyal ilişkilerde uyumludurlar. Çatışmaları önleyerek uzlaşma yollarını ararlar. İnsan odaklı bir yaklaşıma sahip olmalarına rağmen zaman zaman güvensizlik hissedebilirler.

2.5.3.2. Scott ve Bruce Karar Verme Stilleri

Scott ve Bruce'a (1995) göre, karar verme sürecindeki bireyler, bilgi edinirken bu bilgileri yorumlayıp ayrıştırma aşamasında, önceden yerleşmiş bilişsel stillerini temel alırlar. Bireyin yaşamında karşılaştığı olayları öznel ve bilişsel bir çerçevede değerlendirmesi, öznel iyi oluş üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu nedenle bireylerin benimsedikleri karar verme stilleri ile öznel iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu düşünülmektedir (Campbell, 1976; Dilmaç ve Bozgeyikli, 2009).

Scott ve Bruce'a göre karar verme stilleri, bireylerin karar verme durumuyla karşılaştıklarında sergiledikleri öğrenilmiş davranışsal tepki yaklaşımlarıdır (Scott ve Bruce, 1995: 820). Scott ve Bruce (1995), karar verme stilleri üzerine daha önce yapılmış çalışmaları birleştirerek, karar vermeyi bireyin karar vermesini gerektiren durumlarla karşılaştığında sergilediği öğrenilmiş ve alışılmış yanıt olarak tanımlamış ve karar verme stillerini “öğrenilmiş alışkanlık” olarak tanımlamışlardır. Scott ve Bruce, karar verme stilleriyle ilgili o güne kadar oluşturulan kavramsal çerçevenin yeterince açık ve net olmadığını, bu alanda yapılmış çalışmaların, konuyla ilgili gerekli enstrümanların ve sentezlenmiş verilerin oluşumu açısından yetersiz kaldığını ifade etmişlerdir (Thunholm, 2004, s.932-933). Bu tespitlerin ardından kendi yaklaşımlarını geliştirmişler ve “Genel Karar Verme Stilleri” modelini ortaya koymuşlardır. Bu model, bireylerin karar verme süreçlerini nasıl yapılandırdıklarını açıklayan beş farklı karar verme stilini içermektedir.

Akılcı (Rasyonel) Karar Verme Stili: Olası tüm alternatiflerin sistemli bir şekilde incelenmesi ve değerlendirilmesi ilkesine dayanır. Bu yaklaşımda birey, dikkatli ve bilinçli bir şekilde alternatifleri ve olası sonuçları kapsamlı bir analizden geçirerek beklentileri en iyi karşılayan seçimi yapar (Uzonwanne, 2014, s. 288). Rasyonel karar verme stiline sahip bireylerin problem çözme yetenekleri ve öz kontrolleri oldukça yüksektir. Karar verme durumuyla karşılaştıklarında konuyu detaylı inceleyerek mantıklarını kullanırlar ve seçimlerinin sorumluluğunu almaya hazırdırlar (Scott ve Bruce, 1995 s. 820; Köse, 2018, s. 24).

Sezgisel Karar Verme Stili: Bireyin içgüdüsel olarak hareket etmesini ve sezgilerine, hislerine ve duygularına dayanarak karar vermesini ifade eder (Scott ve Bruce, 1995). Bu stili benimseyen bireyler, alternatifleri ve olası sonuçları sistematik olarak değerlendirme çabasına girmez; bunun yerine duygularına ve önsezilerine güvenerek seçim yaparlar (Ward, 2016, s. 5). Sezgisel karar verme stiline sahip bireyler, duygusal yanılsamaların etkisinde kalarak hızlı ve düşünmeden karar verme eğilimindedirler. Bu durum, yanlış kararlar verme olasılıklarını artırmaktadır (Cook ve Gonzales, 2016, s. 94; Bodin, Chermack ve Coons, 2016, s. 25-26).

Bağımlı Karar Verme Stili: Bireyin karar verme sürecinde başkalarının desteği ve yönlendirmesine ihtiyaç duyduğu bir yaklaşımdır. Bu stile sahip bireyler, düşük karar verme özgüveni nedeniyle bağımsız karar vermekte zorlanırlar. Kararlarını başkalarının görüş ve önerilerine başvurarak şekillendirmeye çalışırlar ve kararlarının sorumluluğunu başkalarına aktarma eğilimi gösterirler. Bağımlı karar verme stiline sahip bireyler, dış faktörlerin belirleyici olduğuna ve kaderlerinin kendi kontrollerinde olmadığına inanırlar (Scott ve Bruce, 1995, s. 820; Ölçüm ve Titrek, 2015, s. 1938; Bodin, Chermack ve Coons, 2016, s. 25; Köse, 2018, s. 24).

Kaçınan Karar Verme Stili: Bireyin karar vermekten kaçınması ve seçim yapmayı ertelemesi ile karakterize edilir. Bu stile sahip bireyler, karar verme sorumluluğundan kaçma davranışı sergilerler. Olası bir karar verme durumunda, problemi tanımlama ve çözüm önerileri geliştirme konusunda yeterli özgüvene sahip değildirler. Yaşamlarındaki olayları kontrol edemedikleri için bireysel bir çaba harcamadan sorunların çözülmesini beklerler (Bodin, Chermack ve Coons, 2016, s. 26; Köse, 2018, s. 24; Köse, 2019: 51). Araştırmalar, karar verme durumunda kaçınma

eğilimi gösteren bireylerin stres seviyelerinin arttığını ve depresif belirtilerin daha sık gözlemlendiğini ortaya koymaktadır (Leykin ve DeRubeis, 2010, s. 510; Baval'ár ve Orosová, 2015: 215; Remenova ve Jankelova, 2019, s. 101).

Kendiliğinden-Anlık (Spontane) Karar Verme Stili: Bireyin ayrıntılı bir analiz yapmadan, mevcut durum ve koşullara göre hızlı ve anlık kararlar verdiği bir stildir (Baval'ár ve Orosová, 2015: 215; Köse, 2019: 51). Anlık karar verme stiline sahip bireyler, karar verilmesi gereken bir durumla karşılaştıklarında, acil bir durum olduğu hissiyatına kapılarak karar verme sürecini en hızlı şekilde tamamlamak isterler. Bu nedenle, kendiliğinden ve doğal akışına göre seçim yaparak fazla düşünmeden çabuk karar verme eğilimine sahiptirler (Scott ve Bruce, 2005, s.820; Baval'ár ve Orosová, 2015, s. 115; Girard, Reeve ve Bonaccio, 2016, s. 326).

Scott ve Bruce (1995) yapmış oldukları çalışmaların sonucunda, karar verme stillerinin birbirinden bağımsız olduklarını ancak tamamen farklı olmadıklarını belirtmişlerdir. Bireylerin önemli bir karar verirken yalnızca bir stile bağlı kalmayıp, beş stilin bir kombinasyonunu kullanabilecekleri sonucuna ulaşmışlardır (Thunholm, 2004, s.932-933). Scott ve Bruce'a göre, bireyler her ne kadar farklı seviyelerde beş karar verme stiline sahip olsalar da genellikle bir stilin baskın olduğu görülmektedir (Dev ve Arlı, 2025).

2.5.4. Karar Verme Stilleri ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Sitko ve arkadaşları (2025), 20-40 yaş arasındaki 280 katılımcı üzerinde yürüttükleri çalışmada, karar verme stilleri ile mizaç özellikleri, duygulanım, düşünme stilleri ve stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmanın bulguları, bireylerin karar verme stilleri ile öfke düzeyleri, duygusal tepkileri, düşünme stilleri ve başa çıkma stratejileri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Babu (2024), akademik liderlerin karar verme stilleri ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla bir çalışma yürütmüştür. Kerala'daki üniversitelerde görev yapan 497 üst düzey akademik çalışanın katılımıyla gerçekleştirilen çalışmada, duygusal zekâsı yüksek olan akademik liderlerin karar verme stilleri üzerinde anlamlı etkileri olduğu tespit edilmiştir. Araştırma bulgularına göre, duygusal zekâsı yüksek olan akademik liderlerin sezgisel karar verme stilini tercih etme eğiliminde

oldukları, duygusal zekâsı düşük olanların ise rasyonel karar verme stillerini tercih ettiği görülmüştür.

Demirbilek ve arkadaşları (2022), okul yöneticilerinin karar verme stilleri ile zaman yönetimi becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla 2021-2022 eğitim öğretim yılında Bingöl'deki devlet okullarında görev yapan okul yöneticileri üzerinde bir çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmanın sonucunda, karar verme stilleri ile zaman yönetimi becerileri arasında düşük düzeyde anlamlı pozitif ilişkiler bulunmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre yöneticilerin karar verme stilleri tercih sırasına göre rasyonel, bağımlı, sezgisel ve kendiliğinden (anlık) olarak sıralanırken, katılımcıların düşük düzeyde kaçınma davranışları sergiledikleri tespit edilmiştir (Demirbilek, Han ve Atila 2022).

Sarıkaya ve Atsan (2021) X kuşağı (1961-1980) ile Y kuşağı (1981-2000) arasında karar verme stilleri ile risk alma eğilimleri açısından karşılaştırılmalı bir çalışma yapmışlardır. Araştırma sonuçları iki kuşak arasında belirgin farklılıklar olduğunu göstermiştir. X kuşağı daha yüksek düzeyde rasyonel karar verme eğilimi gösterirken, Y kuşağının kendiliğinden (anlık) karar verme stilini daha fazla benimsediği tespit edilmiştir. Ayrıca, Y kuşağının risk alma eğilimlerinin X kuşağına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Sarıkaya ve Atsan, 2021).

Demir ve arkadaşları (2018), bireysel ve takım sporlarıyla aktif olarak ilgilenen sporcuların mental iyi oluş düzeyleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürüttükleri çalışmada, kaçınan ve kendiliğinden (anlık) karar verme stilleri dışındaki alt boyutlarla mental iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuşlardır. Demografik analizlerde, erkek sporcuların mental iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu görülürken, karar verme stilleri açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (Demir, Namlı, Hazar, Türkeli ve Cicioğlu 2018).

Geisler ve Allwood (2017), İsveç'teki üniversite öğrencileri arasında yaptıkları çalışmada, karar verme stillerinin, sosyal yönelim ve zaman yönetimi üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Çalışmanın bulguları, karar verme stilleri ile bireylerin sosyal yönelim ve zaman yönetimi arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmada, rasyonel karar verme stiline sahip olan öğrencilerin zamanlarını daha iyi planladıkları, spontane stili kullanan öğrencilerin ise karar verme süreçlerini daha az

ciddiye aldıkları gözlemlenmiştir. Ayrıca, kaçınan karar verme stilini tercih eden öğrencilerin sosyal ilişkilerinde çekingen davrandıkları, bağımlı karar verme stilini benimseyen öğrencilerin ise sosyal yaşamlarında daha pasif ve kaygılı bir tutum sergiledikleri sonucuna varılmıştır.

Ulaş ve arkadaşları (2015) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, 343 öğretmen adayının karar vermede öz saygı düzeyleri ve karar verme stilleri incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, katılımcıların öz saygı düzeylerinin yüksek olduğu ve en sık kullanılan karar verme stilinin dikkatli karar verme stili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, öz saygı ile dikkatli karar verme stili arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken, kaçınan, panik ve erteleyici karar verme stilleri ile öz saygı arasında negatif yönde ilişkiler saptanmıştır. Çalışmada yaş, cinsiyet vb. demografik değişkenler açısından anlamlı bir farklılık bulunmamış, ancak katılımcıların aylık bireysel harcama miktarlarının karar vermede öz saygı düzeylerini anlamlı düzeyde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Tatlılıoğlu (2014) tarafından gerçekleştirilen araştırmada, lisans öğrencilerinin karar verme süreçlerinde öz saygı ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet değişkeni açısından yapılan analizlerde, dikkatli ve erteleyici karar verme stilleri arasında anlamlı bir farklılık gözlenmezken, kaçınan ve panik karar verme stillerinde cinsiyetin belirgin bir etkisi olduğu ortaya konmuştur. Öğrenim görülen sınıf düzeyi değişkeni incelendiğinde ise, dikkatli karar verme stili ile karar vermede öz saygı arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, kaçınan, erteleyici ve panik karar verme stilleri ile karar vermede öz saygı arasında anlamlı farklılıklar olduğu saptanmıştır. Ayrıca, üniversiteye yerleşme puan türü açısından, karar vermede öz saygı ile kaçınan ve panik karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konmuştur. Öğrencilerin yaşadığı yerle karar vermede öz saygı ve panik karar verme stili arasında da anlamlı bir ilişki bulunurken, anne baba tutumları ve aile yapısı bağlamında ise, karar vermede öz saygının karar verme stilleri ile olan ilişkilerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Kaşık (2009), ergenlerin karar verme süreçlerinde öz saygı ve karar verme stilleri ile algılanan sosyal destek düzeyleriyle ilişkisini anlamak amacıyla 345 öğrenci üzerinde kapsamlı bir çalışma yürütmüştür. Araştırmada ayrıca, bu değişkenlerin sosyal yetkinlik

beklentisi ve diğer değişkenler açısından karşılaştırmalı analizi yapılmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, öğrencilerin karar vermede öz saygı ile dikkatli, kaçınan ve erteleyici alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında cinsiyet açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak, kız öğrencilerin panik karar verme stilini erkek öğrencilere oranla daha fazla kullandıkları görülmüştür.

Avşaroğlu (2007), üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı, karar verme stilleri ve stresle başa çıkma yöntemlerini çeşitli demografik özellikler bakımından farklılaşma durumunu incelemiştir. Çalışmanın sonucunda, öğrencilerin cinsiyetleri ile karar vermede öz saygı puan ortalamaları ve karar verme stilleri arasında anlamlı bir fark olmadığı bulunurken, öğrencilerin okudukları sınıf ile karar vermede öz saygı puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Ayrıca, karar verme stilleri alt boyutları ile sınıf düzeyleri arasında da anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ancak, öğrencilerin yaşadıkları yer (köy-kasaba, il, ilçe vs.) ile karar vermede öz saygı ve karar verme stilleri arasında anlamlı düzeyde farklılıklar saptanmıştır.

Deniz'in (2006) üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu, stresle başa çıkma, karar vermede öz saygı ve karar verme stilleri arasındaki ilişkileri incelediği araştırmanın sonuçlarına göre, yaşam doyumu ile karar vermede öz saygı ve dikkatli karar verme stili arasında anlamlı ve pozitif ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Karar verme özgüveni yüksek olan öğrencilerin yaşam doyumlarının da yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, stresle başa çıkabilmek için kullanılan problem odaklı başa çıkma stiline, karar vermede öz saygı ve dikkatli karar verme stilleriyle pozitif yönde anlamlı bir ilişki içinde olduğu saptanmıştır. Buna karşılık, kaçınan, panik ve erteleyici karar verme stillerinin ise karar vermede öz saygı ile negatif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği bulunmuştur.

Philips, Pazienza ve Ferrin (1984), karar verme stilleri ve etkili problem çözme boyutlarını karşılaştırmak amacıyla üniversitede eğitim gören 243 öğrencinin verilerini incelemiştir. Çalışmanın sonucunda, rasyonel karar verme stiline sahip öğrencilerin, bağımlı karar verme stilini benimseyen öğrencilere kıyasla problem çözme yeteneklerine daha fazla güven duydukları görülmüştür. Araştırma bulgularına göre, problem çözme yeteneğine güvenen öğrencilerin, rasyonel ve sezgisel karar verme stillerini daha fazla kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır.

3. MATERYAL VE YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Bu çalışmada, ontolojik iyi oluşun karar ve seçimlerimiz üzerindeki etkisini incelemek için nicel bir araştırma yöntemi olan ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki farklı nicel değişken arasındaki ilişki ya da etkinin, korelasyon katsayısı kullanılarak belirlenmesini amaçlayan bir araştırma yöntemidir (Fraenkel vd., 2012).

Araştırmanın bağımsız değişkeni; ontolojik iyi oluş, bağımlı değişkenleri ise; karar verme stilleri ve seçim davranışlarıdır. 61351342/020-802 Ocak 2025-16 nolu etik kurul izni alındıktan sonra çalışmaya başlanmıştır.

3.2. Örneklem

Çalışmanın evrenini bilgilendirilmiş onam formunu onaylayan 25-55 yaş arasındaki sağlıklı bireyler oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemi 401 kişinin oluşturması hedeflenmiş, 404 kişiye ulaşılmıştır.

Alt ölçeklere göre örneklem büyüklüğü $\alpha=0.01$ için Şimşek ve Kocayörük'ün çalışmasında Ontolojik İyi Oluş (Yaşam Projesi) ölçeğinin dört alt ölçek betimleyici istatistikleri pişmanlık için 16.07 ± 4.69 ($n=295$), harekete geçme için 14.35 ± 4.86 ($n=304$), hiçlik için 10.71 ± 4.56 ($n=305$), umut için ise 18.78 ± 5.87 ($n=308$) olarak raporlanmıştır. Dört alt ölçeğin raporlanan değerleri referans alındığında her alt ölçek için $d=0.75$ hata payında ve Tip I hata oranı $\alpha=0.01$ olarak alındığında pişmanlık alt ölçeği için $n=256$, harekete geçme ölçeği için $n=275$, Hiçlik alt ölçeği için $n=242$ ve umut alt ölçeği için ise $n=401$ birim çalışmaya alınması gerektiği hesaplanmıştır. Çalışmamızda alt ölçekler içinde en yüksek örneklem büyüklüğü olan $n=401$ birim alınması kararlaştırılmıştır. Ancak çalışmada, ulaşılmış olan 404 kişinin verileri kullanılmıştır. Yani örneklem olarak 404 kişi baz alınmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

3.3.1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Katılımcılara araştırmanın amacı, kapsamı, gizliliği ve sınırları hakkında bilgi veren Bilgilendirilmiş Onam Metni sunulmuştur. Metni okumaları ve izin vermeleri durumunda onay kutusunu işaretleyerek çalışmaya katılmaları istenmiştir.

3.3.2. Sosyodemografik Bilgi Formu

Sosyodemografik bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi ve sosyoekonomik durum gibi demografik bilgilerini toplamak amacıyla bir form kullanılmıştır. (Bkz. Ek 2).

3.3.3. Ontolojik İyi Oluş Ölçeği / Yaşam Projesi Ölçeği (OİÖ)

Araştırmada, katılımcıların varoluşsal deneyimlerini ve kendilik algılarını geçmiş, şimdi ve gelecek bağlamında değerlendirmek amacıyla Ercan, Kocayörük ve Ömer Faruk Şimşek tarafından geliştirilen ve geçerlik-güvenirlik çalışması yapılan Ontolojik İyi Oluş (Yaşam Projesi) ölçeği kullanılmıştır (Bkz. Ek 3). Ölçek 4 alt faktörden (hiçlik, umut, pişmanlık ve harekete geçme) ve toplam 24 maddeden oluşmaktadır. Hiçlik (anlamsızlık) alt boyutu, olumsuz ifadeler içeren 6 maddeden oluşmakta ve toplan varyansın %33,54'ü nü açıklamaktadır. Umut (hope) alt boyutu ise olumlu ifadeler içeren 6 maddelik biri yapıya sahip olup toplam varyansın %13,9'unu açıklamaktadır. Pişmanlık (regret) alt boyutu, geçmişe dair olumsuzluk belirten 7 maddeden oluşurken toplam varyansın %7,95'ini açıklamaktadır. Son alt boyut olan harekete geçme (aktivasyon) ise 1'i olumsuz 4'ü olumlu anlam ifade eden toplam 5 maddeden oluşmakta ve toplam varyansın %7,31'ini açıklamaktadır (Şimşek ve Kocayörük, 2013).

Ontolojik iyi oluş ölçeğinin güvenirlik çalışması için iç tutarlılık katsayıları (Cronbach alfa) hesaplanmıştır. Ölçeğin 4 alt boyutunun tek tek iç tutarlılık (Cronbach alfa) analizleri incelendiğinde; pişmanlık alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .853, aktivasyon alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .865, hiçlik alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .860, umut alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .963, ve 24 maddeli tüm ölçek için iç tutarlılık alfa: .939 bulunmuştur.

Ölçek, 5'li Likert tipinde hazırlanmış olup, “hiç hissetmiyorum” (1) ve “çok hissediyorum” (5) arasındaki seçeneklerle cevaplandırılmaktadır. Ölçeğin dört alt boyutu birlikte değerlendirildiğinde, toplam varyansın %62'sini açıklamaktadır (Şimşek ve Kocayörük, 2013).

Ölçek puanlama sistemi, alt boyutlar ve tüm ölçeğin genel puanlaması için farklı şekillerde tasarlanmıştır. Pişmanlık alt boyutu, 1-7. maddelerinden oluşmakta olup, bu boyutta 1. ve 3. maddeler ters puanlanmaktadır. Aktivasyon alt boyutu, 8, 9, 12, 13, ve 14. maddeleri kapsamakta ve 8. madde ters puanlanmaktadır. Hiçlik alt boyutu, (10-18. maddeler) ve Umut alt boyutu (19-24. maddeler) için ise ters puanlanacak madde bulunmamaktadır. Ölçeğin genel puanının hesaplanmasında ise tüm olumsuz maddeler (2, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 15, 16, 17 ve 18. maddeler) ters puanlanarak toplanmaktadır (Şimşek ve Kocayörük, 2013)

3.3.4. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği (PİOYAAÖ)

Araştırmada, katılımcıların yönlendirilmişlik duygusunu ve hedeflerini ölçmek amacıyla (Ryff, a1989) tarafından geliştirilen, Ahmet Akın ve arkadaşları tarafından Türkçe'ye uyarlanan, Bülent Baki Telef tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan Psikolojik İyi Olma Ölçeğinin 14 maddeden oluşan “Yaşamdaki Amaç” alt ölçeği kullanılmıştır (Bkz. Ek 4). Bu nedenle alt ölçeğe ait puanlar, toplam alt ölçek puan sayısına bölünerek elde edilmiştir. 2, 3, 5, 6, 7, 11 ve 14 numaralı sorular ters puanlanmaktadır (Akın, 2008).

Psikolojik iyi olma ölçeğinin tüm alt boyutlarının yeterli düzeyde güvenilir olduğu belirtilmiştir. Güvenirlik çalışmalarında; ölçeğin genel güvenirlik (Cronbach alfa) katsayısı .802 olarak hesaplanmıştır. Toplam varyansın %6,149'ünü açıklayan ve 14 maddeden oluşan yaşam amaçları alt ölçeğinin faktör yükleri .55 ile .88 arasında değişmektedir. Ölçek, 6'lı Likert formatında oluşturulmuş olup, “hiç katılmıyorum” (1) ve “tamamen katılıyorum” (6) arasında puanlandırılmaktadır (Akın, 2008).

Ölçeğin toplam puanları 84 (en yüksek) ile 21 (en düşük) arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireylerin hayatta bir amacı ve yönelimi olduğunu, geçmiş ve şimdiki yaşamlarında anlam bulduklarını, yaşamdaki hedef ve amaçlarının bilincinde olduklarını ve bu hedeflere ulaşmak için aktif çaba gösterdiklerini ifade

etmektedir. Düşük puanlar ise, bireyin yaşamında anlam eksikliği hissettiğini, belirgin yaşam amaçları ve hedeflerinin sınırlı olduğunu, hayatında yön bulmakta zorlandığını, geçmiş yaşantısında bir amaç göremediğini ve yaşamın anlamına dair bir inanç ya da öngörü sahibi olmadığını ortaya koymaktadır (Akin, 2008).

3.3.5. Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ)

Katılımcıların karar verme süreçlerindeki bireysel farklılıkları ölçmek amacıyla, Scott ve Bruce (1995) tarafından geliştirilen ve Arzu Taşdelen Karçkay (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanıp geçerlik-güvenirlik çalışması yapılan Karar Verme Stilleri Ölçeği kullanılmıştır (Bkz. Ek 5). Ölçeğin 25 maddeli orijinal formu beş alt boyut içeren bir yapıya sahiptir:

1. Rasyonel Karar Verme Stili: 1, 2, 3, 4, 5.
2. Sezgisel Karar Verme Stili: 6, 7, 8, 9, 10.
3. Bağımlı Karar Verme Stili: 11, 12, 13, 14, 15.
4. Kaçınan Karar Verme Stili: 16, 17, 18, 19, 20.
5. Kendiliğinden-Anlık Karar Verme Stili: 21, 22, 23, 24, 25.

Karar verme stilleri ölçeğinin güvenirlik çalışması için iç tutarlılık katsayıları (Cronbach alfa) hesaplanmıştır. Ölçeğin beş alt boyutunun tek tek iç tutarlılık (Cronbach alfa) analizleri incelendiğinde; rasyonel karar verme stili alt Ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .829, sezgisel karar verme stili alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .826, bağımlı karar verme stili alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .759, kaçınan karar verme stili alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .885, kendiliğinden-anlık karar verme stili alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .804 ve 25 maddeli tüm ölçek için iç tutarlılık alfa: .762 bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin tutarlı olduğunun göstergesidir. Ölçek maddeleri; “kesinlikle katılmıyorum” (1), “katılmıyorum” (2), “kararsızım” (3), “katılıyorum” (4), “kesinlikle katılıyorum” (5) şeklinde sıralanan Likert tipi 5’li bir dereceleme göre puanlanmaktadır.

3.3.6. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği (AKVSÖ)

Katılımcıların içinde bulundukları durum karşısında karar mekanizmalarının işleyişini anlamak amacıyla, Hamilton ve arkadaşları (2018) tarafından geliştirilip,

Makbule Kalı Soyer, Yakup İme ve Muhammet Şerif Keskinoglu (2020) tarafından Türkçe'ye uyarlanıp geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılan Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği kullanılmıştır (Bkz. Ek 6).

Toplam ölçek için Cronbach'ın alfa değeri .753 olarak ifade edilmiştir. Alt ölçek boyutlarından akılcı karar verme için .907 sezgisel karar verme için .887 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin bütünü için test-tekrar test korelasyon değeri .86 şeklinde bulunmuştur. Akılcı ve sezgisel karar verme ölçeği toplam 10 madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. İlk beş madde akılcı, diğer beş madde ise sezgisel karar vermeyi belirlemeye yönelik maddelerdir. Ölçek, 5'li Likert formatında oluşturulmuş olup, “kesinlikle katılmıyorum” (1) ve “kesinlikle katılıyorum” (5) arasında cevaplandırılmaktadır. Tersten puanlanacak madde yoktur.

3.4. Verilerin Toplanma Süreci

Bu araştırma kapsamında, ontolojik iyi oluş ile karar verme süreçleri ve seçim davranışları arasındaki ilişki dinamikler, çalışmaya gönüllü katılım gösteren 25-55 yaş arası sağlıklı yetişkin bireyler üzerinde incelenmiştir. Araştırma gönüllülük esasına dayalı olarak yürütülmüştür. Öncelikle kapsamlı bir literatür taraması yapılmış ve problem durumu net bir şekilde ortaya konmuştur. Araştırmanın amaçları belirlendikten sonra bu hedeflere uygun ölçekler seçilerek gerekli düzenlenmeler yapılmıştır. Örneklem grubu belirlendikten sonra seçilen ölçekler katılımcılara uygulanmış ve veri toplama işlemi gerçekleştirilmiştir.

Veri toplama sürecinde, öncelikle araştırma kapsamında kullanılacak veri toplama araçları Google Forms'a aktarılmıştır. Oluşturulan form linki Instagram, Facebook, WhatsApp, Telegram gibi çeşitli sosyal medya platformları aracılığıyla katılımcılara ulaştırılmıştır. Çalışmaya katılım öncesinde tüm katılımcılara “Bilgilendirilmiş Onam Formu” (Bkz. Ek 1) sunularak araştırmanın amacı, yöntemi, katılımcı hakları, verilerin gizliliği ve gönüllülük esası gibi etik bilgiler paylaşılmıştır. Ayrıca araştırmacıların iletişim bilgileri de katılımcılara iletilerek soru sormalarına olanak sağlanmıştır. Bu forma onay veren katılımcılara; Ontolojik İyi Oluş (Yaşam Projesi) Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Ölçekleri Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği, Karar Verme Stilleri Ölçeği ve Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği uygulanmıştır. Ölçeklerin cevaplanma süresi ortalama 10-15 dakika olarak belirlenmiştir. Toplanan veriler uygun istatistiksel yöntemler kullanılarak

analiz edilmiş, elde edilen bulgular sistematik bir şekilde sunulmuş ve literatür ışığında tartışılmıştır.

Çalışmaya ait verilerin toplanmasına Şubat 2025 tarihinde başlanmış ve Nisan 2025'te hedeflenen katılımcı sayısına ulaşıldığında sonlandırılmıştır. Verilerin sadece araştırmacının ulaşabildiği dijital ortamda, tezin kabulünden bir yıl sonrasına kadar saklanması, sonrasında ise geri dönüşümsüz olarak imha edilmesi planlanmıştır.

3.5. Analiz

Verilerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro-Wilks testi ile test edilmiştir. Verilerin normal dağılım göstermemesinden dolayı non-parametrik testler uygulanmış ve betimleyici istatistikler medyan (min-max) değer olarak verilmiştir. İki grup olması durumunda; gruplar arası karşılaştırmalar Mann-Whitney U testi ile yapılmıştır. İki'den fazla grup olması durumunda ise Kruskal Wallis testi ile gruplar arası karşılaştırmalar yapılmıştır. Anlamlılık bulunması durumunda Dunn-Bonferroni testi ile ikili karşılaştırmalar yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler Spearman sıra korelasyon katsayısı ile incelenmiştir. Kategorik veriler frekans ve yüzde olarak betimlenmiştir. Basit ve çoklu doğrusal regresyon analizi ile ölçek ve alt ölçekler arasındaki yordama değerlendirilmiştir.

4. BULGULAR

4.1. Ölçek Güvenirlik Analizleri

Çalışmada kullanılacak ölçeklerin güvenirliği, yapılan çalışma kapsamında iç tutarlılık katsayısı Cronbach alpha katsayısı ile yeniden incelenmiştir. İstatistiksel analizlerde Tip I hata düzeyi olarak $\alpha=0,05$ alınmıştır. Verilerin analizi SPSS v25 paket programı ile yapılmıştır. Elde edilen veriler incelendiğinde güvenirliklerinin yüksek düzeyde olduklarını söylemek mümkündür (Tablo1).

Tablo 1. Ölçek Güvenirlik Analizi

Ölçek	Madde Sayısı	Güvenirlik Katsayısı (Cronbach alpha)
OİO_Pişmanlık	7	0,853
OİO_Aktivasyon	5	0,865
OİO_Hıçlık	6	0,860
OİO_Umut	6	0,963
OİO_Toplam	24	0,939
PIOYAAÖ	14	0,802
KVSÖ_Rasyonel	5	0,829
KVSÖ_Seizgisel	5	0,826
KVSÖ_Bağımlı	5	0,759
KVSÖ_Kaçınan	5	0,885
KVSÖ_Kendiliğinden	5	0,804
KVSÖ	25	0,762
AKSVÖ_Akılci	5	0,907
AKSVÖ_Seizgisel	5	0,887
AKSVÖ	10	0,753

Bu bölümde ilk olarak verileri elde etmek için kullanılan analiz yöntemleri aktarılmış ve katılımcıların sosyodemografik özellikleri incelenmiştir. Daha sonra araştırmanın konusu olan “Ontolojik iyi oluşun karar ve seçimler üzerine etkileri” ne dair veriler, tablolar ve açıklamalar halinde sunulmuştur.

4.2. Sosyodemografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Araştırma sürecinde veri toplamak için katılımcılara 2 farklı form ve 4 tane ölçek sunulmuştur. Katılımcıların medeni durum, eğitim, çalışma durumu, kronik rahatsızlık, geçmişte deneyimlenen psikolojik rahatsızlık ve ilaç kullanma durumu gibi demografik değişkenlerine ilişkin bilgi edinmek amacıyla sunulmuş olan “Sosyodemografik Bilgi Formu” ndan elde edilen istatistiksel veriler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Sosyodemografik Değişkenler

Sosyodemografik Değişkenler	n	(%)	
Medeni Durum	Bekar	110	27,2
	Birlikte yaşıyor	4	1,0
	Evli	226	55,9
	Boşanmış	59	14,6
	Dul	5	1,2
Eğitim	İlköğretim	6	1,5
	Lise	30	7,42
	Lisans	221	54,7
	Lisansüstü	147	36,4
Çalışma Durumu	Çalışan	290	71,8
	Çalışmayan	114	28,2
Kronik Rahatsızlık	Var	107	26,5
	Yok	297	73,5
Psikolojik Rahatsızlık	Var	33	8,2
	Yok	371	91,8
Geçmişte Psikolojik Rahatsızlık	Var	81	20,0
	Yok	323	80,0

Çalışmaya katılım gösteren 25-55 yaş aralığındaki 404 katılımcının 51’i (%12,6) erkek, 353’ü (%87,4) kadındır. Çalışmaya katılan bireylerin büyük çoğunluğunun kadın olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaş medyan değeri 41 (min-max:25-59) dir (Tablo 2).

Tablo 2’de katılımcıların medeni durumuna göre dağılımı incelendiğinde; %27,7’sinin (110) bekar, %1’inin (4) birlikte yaşıyor, %55,9’unun (226) evli, %14,6’sının (59) boşanmış, %1,2’sinin (5) dul olduğu tespit edilmiştir. Eğitim durumuna göre dağılım incelendiğinde; %1,5’inin (6) ilköğretim, %7,4’ünün (30) lise, %54,7’sinin (221) lisans, %36,4’ünün (147) lisansüstü mezunu olduğu görülmektedir. Elde edilen verilere göre lisans ve lisansüstü mezunu olan katılımcıların diğer katılımcılara oranla çok daha fazla olduğunu söylemek mümkündür. Çalışma durumuna göre dağılım incelendiğinde; çalışan bireylerin %71,8 (290), çalışmayan bireylerin oranı %28,2’dir (114). Katılımcıların çoğunluğu çalışan bireylerden oluşmaktadır. Kronik rahatsızlık durumuna göre dağılım incelendiğinde; kronik rahatsızlık yaşayan katılımcıların çalışmanın %26,5’ini (107) kronik rahatsızlık geçirmemiş katılımcıların ise %73,5’ini (297) oluşturduğu görülmektedir. Geçmişte psikolojik rahatsızlık yaşama durumuna göre dağılım incelendiğinde; katılımcıların %20’sinin (81) geçmişte bir psikolojik rahatsızlık öyküsünün bulunmadığı %80’inin (323) ise psikolojik rahatsızlık öyküsüne sahip olduğu bulunmuştur. Mevcut psikolojik rahatsızlık yaşama durumuna göre dağılım incelendiğinde; psikolojik rahatsızlık yaşayan katılımcıların çalışmanın %8,2’sini (33), psikolojik rahatsızlık yaşamayan katılımcıların ise çalışmanın %91,8’ini (371) oluşturduğu gözlenmiştir (Tablo 2).

4.3. Yaş ile Alt Ölçek ve Ölçek Puanları Arasındaki İlişkiler

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin yaşa göre değişimi Spearman sıra korelasyon katsayısı kullanılarak analiz edilmiştir. Yaş faktörünün diğer değişkenlerle ilişkisini araştırmak amacıyla yapılan çalışmanın sonucunda, katılımcıların yaş dağılımına göre elde edilen istatistiksel veriler Tablo 3’te yer almaktadır.

Tablo 3. Yaş ile alt ölçek ve ölçek puanları arasındaki ilişkiler

Yaş	n=404	
	R	P
OİÖ_Pişmanlık	-0,119	0,017
OİÖ_Aktivasyon	0,100	0,045
OİÖ_Hiçlik	-0,176	<0,001
OİÖ_Umut	-0,047	0,345
OİÖ_Toplam	0,093	0,062
PİÖYAAÖ	0,098	0,049
KVSÖ_Rasyonel	0,046	0,358
KVSÖ_Sezgisel	-0,024	0,636
KVSÖ_Bağımlı	-0,008	0,877
KVSÖ_Kaçınan	-0,051	0,307
KVSÖ_Kendiliğinden	-0,140	0,005
KVSÖ	-0,049	0,326
AKSVÖ_Akılcı	0,105	0,035
AKSVÖ_Sezgisel	-0,103	0,038
AKSVÖ	0,014	0,780

*R: Korelasyon katsayısı, P: Anlamlılık değeri, n: Kişi sayısı, OİÖ: Ontolojik iyi oluş, PİÖYAAÖ: Psikolojik iyi olma yaşamdaki amaç alt ölçeği, KVSÖ: Karar verme stilleri ölçeği, AKSVÖ: Akılcı ve sezgisel karar verme stilleri ölçeği

Yaşa göre OİÖ ölçek, alt ölçek ve diğer ölçek puanları arasındaki ilişkiler incelendiğinde elde edilen bulgulara göre; yaş ile OİÖ ölçeğinin pişmanlık alt ölçek puanı ($r=-0,119$; $p=0,017$) ve hiçlik alt ölçek puanı ($r=-0,176$; $p=0,001$) arasında ters yönde, aktivasyon alt ölçek puanı ($r=0,100$; $p=0,045$) arasında ise aynı yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,005$). Yaşa göre PİÖYAAÖ incelendiğinde ise; yaş ile PİÖYAAÖ puanı ($r=0,098$; $p=0,049$) arasında aynı yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0,005$) (Tablo 3).

Yaş ile diğer ölçek puanları arasındaki ilişkiler incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı ilişkiler bulunamamıştır ($p>0,05$) (Tablo 3).

4.4. Cinsiyete Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin cinsiyete göre değişimi Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır. Cinsiyet durumuna göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4. Cinsiyete göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Cinsiyet	Erkek (n=51)	Kadın (n=353)	p-değeri
	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)	
OİÖ_Pişmanlık	16(7-35)	16(7-35)	0,521
OİÖ_Aktivasyon	13(5-25)	12(5-25)	0,153
OİÖ_Hiçlik	11(6-24)	9(6-30)	0,251
OİÖ_Umut	15(6-30)	16(6-30)	0,909
OİÖ_Toplam	82(34-117)	81(26-119)	0,999
PİOYAAÖ	60(21-80)	63(23-82)	0,087
KVSÖ_Rasyonel	21(11-25)	20(8-25)	0,232
KVSÖ_Sezgisel	18(9-25)	19(8-25)	0,006
KVSÖ_Bağımlı	17(5-24)	18(5-25)	0,391
KVSÖ_Kaçınan	11(5-21)	12(5-25)	0,544
KVSÖ_Kendiliğinden	12(5-24)	13(5-25)	0,335
KVSÖ	79(52-107)	82(55-125)	0,058
AKSVÖ_Akılci	20(16-25)	20(5-25)	0,226
AKSVÖ_Sezgisel	14(7-22)	16(5-25)	0,003
AKSVÖ	35(28-46)	36(10-50)	0,054

Erkek katılımcı sayısı 51, kadın katılımcı sayısı ise 35’tir. Cinsiyete göre ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre; KVSÖ sezgisel alt ölçeği ile AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanları cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,005$). KVSÖ ölçeğinin sezgisel alt ölçek puanı ($p=0,006$) erkeklerde medyan değeri 18(9-25), kadınlarda medyan değeri 19(8-25) olarak bulunmuştur. AKSVÖ alt ölçek puanı ($p=0,003$) erkeklerde medyan değeri 14(7-22), kadınlarda medyan değeri 16(5-25) olarak bulunmuştur. KVSÖ sezgisel alt ölçek ve AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanları kadınlarda erkeklere göre daha yüksek bulunmuştur (Tablo 5).

Cinsiyet ile diğer ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 5).

4.5. Eğitim Durumu ile Alt Ölçek ve Ölçekler Puanları Arasındaki İlişkiler

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin eğitim durumuna göre değişimi Spearman sıra korelasyon katsayısı kullanılarak analiz edilmiştir. Eğitim durumunun diğer değişkenlerle ilişkisini araştırmak amacıyla yapılan çalışmanın sonucunda, katılımcıların eğitim durumuna göre elde edilen istatistiksel veriler Tablo 5’te yer almaktadır.

Tablo 5. Eğitim durumu ile alt ölçek ve ölçekler puanları arasındaki ilişkiler

Eğitim	n=404	
	R	P
OİÖ_Pişmanlık	-0,126	0,011
OİÖ_Aktivasyon	0,148	0,003
OİÖ_Hıçlık	0,026	0,598
OİÖ_Umut	0,145	0,003
OİÖ_Toplam	0,145	0,004
PİÖYAAÖ	0,092	0,064
KVSÖ_Rasyonel	0,046	0,358
KVSÖ_Seizgisel	-0,024	0,636
KVSÖ_Bağımlı	-0,008	0,877
KVSÖ_Kaçınan	-0,051	0,307
KVSÖ_Kendiliğinden	-0,140	0,005
KVSÖ	-0,049	0,326
AKSVÖ_Akılci	0,105	0,035
AKSVÖ_Seizgisel	-0,103	0,038
AKSVÖ	0,014	0,780

Eğitim durumuna göre OİÖ alt ölçekleri arasındaki ilişki incelendiğinde elde edilen bulgulara göre; eğitim ile OİÖ ölçeğinin pişmanlık alt ölçek puanı ($r = -0,126$; $p = 0,011$), KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı ($r = -0,140$ $p = 0,005$) ve AKSVÖ sezgisel alt ölçek

puanı ($r=-0,103$ $p=0,038$) arasında ters yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken, aktivasyon alt ölçek puanı ($r=0,148$; $p=0,003$), umut alt ölçek puanı ($r=0,145$; $p=0,003$) OİÖ toplam ölçek puanı ($r=0,145$; $p=0,004$) ve AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($p=0,105$ $r=0,035$) arasında aynı yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,005$) (Tablo 4).

Eğitim ile diğer ölçek puanları arasındaki ilişkiler incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı ilişkiler bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 4).

4.6. Medeni Duruma Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin medeni duruma göre değişimi Kruskal Wallis testi ile karşılaştırılmıştır. Medeni duruma göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Medeni duruma göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Medeni Durum	Bekar (n=110) Medyan (Min-Max)	Evli (n=226) Medyan (Min-Max)	Boşanmış (n=59) Medyan (Min-Max)	p-değeri	İkili karşılaştırmalar p-değeri
OİÖ_Pişmanlık	15(7-35)	15(7-34)	16(8-35)	0,499	-
OİÖ_Aktivasyon	13(5-25)	12(5-25)	12(6-24)	0,251	-
OİÖ_Hiçlik	9(6-30)	9(6-27)	9(6-24)	0,515	-
OİÖ_Umut	17(6-30)	16(6-30)	15(8-30)	0,253	-
OİÖ_Toplam	83(26-118)	80,5(37-119)	78(34-117)	0,399	-
PİOYAAÖ	61,5(31-82)	63(21-81)	60(36-79)	0,285	-
KVSÖ_Rasyonel	20(8-25)	20(8-25)	20(12-25)	0,462	-
KVSÖ_Sezgisel	19(8-25)	19(9-25)	19(10-25)	0,846	-
KVSÖ_Bağımlı	17(5-25)	18(5-25)	18(6-25)	0,739	-
KVSÖ_Kaçman	12(5-25)	11(5-25)	13(5-25)	0,143	-
KVSÖ_Kendiliğinden	12(5-23)	13(5-25)	14(5-24)	0,019	Bk-Ev: 0,629 Bk-Bş: 0,015 Ev-Bş: 0,107
KVSÖ	83(55-115)	81(52-125)	83(59-107)	0,510	-
AKSVÖ_Akılcı	20(5-25)	20(10-25)	20(13-25)	0,036	Bk-Ev: 1,000 Bk-Bş: 0,047 Ev-Bş: 0,054
AKSVÖ_Sezgisel	17(5-25)	16(6-25)	16(7-25)	0,052	-
AKSVÖ	37(10-50)	36(22-50)	36(28-45)	0,136	-

*Bk: Bekar Ev: Evli Bş: Boşanmış

Bekar katılımcı sayısı, 110, evli katılımcı sayısı, 226, boşanmış katılımcı sayısı ise 59'dur. Dul (5) ve birlikte yaşayan (4) katılımcıların sayısı çok az olduğu için bu değerlendirmede kapsam dışı bırakılmıştır. Medeni duruma göre ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre; KVSÖ kendiliğinden alt ölçeği ile AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,005$).

KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı ($p=0,019$) bekarlarda medyan değeri 12(5-23), evlilerde medyan değeri 13(5-25), boşanmışlarda medyan değeri 14(5-24) olarak bulunmuştur. AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($p= 0,036$) bekarlarda medyan değeri 20(5-25), evlilerde medyan değeri 20(10-25), boşanmışlarda medyan değeri 20(13-25) olarak bulunmuştur. (Tablo 6). Yapılan ikili karşılaştırmalarda; bekarlarla boşanmışlar arasında KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı ($p=0,015$), AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($p=0,047$) olarak bulunmuştur. KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı boşanmış grupta bekar grubuna göre daha yüksek bulunurken, AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı bekar grupta boşanmış gruba göre daha yüksek bulunmuştur (Tablo 6).

Medeni durum ile diğer ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p >0,05$) (Tablo 6).

4.6.1. Erkeklerde Medeni Duruma Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin erkeklerde medeni duruma göre değişimi Kruskal Wallis ve Dunn- Bonferroni testi ile karşılaştırılmıştır. Erkeklerde medeni duruma göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Erkeklerde medeni duruma göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Erkeklerde Medeni Durum	Bekar (n=18)	Evli (n=22)	Boşanmış (n=10)	p-değeri	İkili karşılaştırmalar p-değeri
	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)		
OİÖ_Pişmanlık	15(7-22)	16(10-28)	18,5(8-35)	0,457	-
OİÖ_Aktivasyon	14,5(11-25)	12(5-19)	13(6-24)	0,077	-
OİÖ_Hiçlik	11(6-16)	11,5(6-18)	8,5(6-24)	0,430	-

Tablo 7. Erkeklerde medeni duruma göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması (devam)

OİÖ_Umut	19(10-30)	13,5(6-28)	16(9-29)	0,043	Bk-Ev: 0,037 Bk-Bş: 0,611 Ev-Bş: 1,000
OİÖ_Toplam	89(65-116)	76,5(51-107)	84,5(34-117)	0,125	-
PİOYAAÖ	61,5(47-80)	58(21-72)	62(47-75)	0,478	-
KVSÖ_Rasyonel	21(15-25)	21(11-25)	20(12-23)	0,264	-
KVSÖ_Sezgisel	18(10-25)	18(9-24)	17,5(12-21)	0,607	-
KVSÖ_Bağımlı	17(5-21)	17(5-24)	18(13-23)	0,605	-
KVSÖ_Kaçınan	11(5-17)	11(5-20)	15(5-21)	0,342	-
KVSÖ_Kendiliğinden	12(6-18)	12(5-20)	15(10-24)	0,095	-
KVSÖ	78,5(59-89)	79(52-97)	84(66-107)	0,380	-
AKSVÖ_Akılcı	20(18-25)	21(16-25)	19(16-21)	0,016	Bk-Ev: 1,000 Bk-Bş: 0,025 Ev-Bş: 0,027
AKSVÖ_Sezgisel	14(7-21)	13,5(8-22)	16(7-20)	0,526	-
AKSVÖ	35(29-46)	35(29-44)	34,5(28-38)	0,701	-

Bekar erkek katılımcı sayısı 18, evli erkek katılımcı sayısı 22, boşanmış erkek katılımcı sayısı ise 10 dur. Çalışmaya katılan erkeklerin medeni durumuna göre ölçek puanları incelendiğinde; Erkeklerde umut alt ölçek puanı ve AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,005$).

OİÖ umut alt ölçek puanı ($p=0,043$) bekarlarda medyan değeri 19(10-30), evlilerde medyan değeri 13,5(6-28), boşanmışlarda medyan değeri 16(9-29), AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($p=0,016$) bekarlarda medyan değeri 20(18-25), evlilerde medyan değeri 21(16-25), boşanmışlarda medyan değeri 19(16-21) olarak bulunmuştur. Yapılan ikili karşılaştırmalarda; bekar erkeklerle evli erkekler arasında umut alt ölçek puanı ($p=0,037$) açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir ($p<0,005$). Bekar olan erkeklerin umut alt ölçek puanı, evli olanlara göre daha yüksektir. Ayrıca bekar olanlarla boşanmış olanlar arasında AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($p=0,025$) açısından, evli erkeklerle de boşanmış erkekler arasında AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($p=0,027$) açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir ($p<0,005$). AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı, bekar olanlarda ve evli olanlarda boşanmış olanlara göre daha yüksektir (Tablo 7).

Medeni durum ile diğer ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 7).

4.6.2. Kadınlarda Medeni Duruma Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin kadınlarda medeni duruma göre değişimi Kruskal Wallis testi ile karşılaştırılmıştır. Kadınlarda medeni duruma göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8. Kadınlarda medeni duruma göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Kadınlarda Medeni Durum	Bekar (n=92)	Evli (n=204)	Boşanmış (n=49)	p-değeri	İkili karşılaştırmalar p-değeri
	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)		
OİÖ_Pişmanlık	15(9-35)	15(7-34)	16(9-24)	0,749	-
OİÖ_Aktivasyon	13(5-25)	12(5-25)	12(7-22)	0,590	-
OİÖ_Hiçlik	9(6-30)	9(6-27)	9(6-24)	0,675	-
OİÖ_Umut	17(6-30)	16(6-30)	15(8-30)	0,690	-
OİÖ_Toplam	81,5(26-118)	81(37-119)	77(55-111)	0,644	-
PİOYAAÖ	61,5(31-82)	64(23-81)	60(36-79)	0,128	-
KVSÖ_Rasyonel	20(8-25)	20(8-25)	20(14-25)	0,636	-
KVSÖ_Seizgisel	19(8-25)	19,5(10-25)	20(10-25)	0,619	-
KVSÖ_Bağımlı	17(5-25)	18(5-25)	17(6-25)	0,707	-
KVSÖ_Kaçınan	13(5-25)	11(5-25)	13(5-25)	0,045	Bk-Ev: 0,049 Bk-Bş: 1,000 Ev-Bş: 0,672
KVSÖ_Kendiliğinden	12(5-23)	13(5-25)	14(5-23)	0,093	-
KVSÖ	83(55-115)	82(57-125)	82(59-105)	0,718	-
AKSVÖ_Akılcı	20(5-25)	20(10-25)	20(13-25)	0,264	-
AKSVÖ_Seizgisel	17,5(5-25)	16(6-25)	17(10-25)	0,010	Bk-Ev: 0,010 Bk-Bş: 1,000 Ev-Bş: 0,397
AKSVÖ	37,5(10-50)	36(22-50)	36(29-45)	0,095	-

Bekar kadın katılımcı sayısı 92, evli kadın katılımcı sayısı 204, boşanmış kadın katılımcı sayısı ise 49 dur. Çalışmaya katılan kadınların medeni durumuna göre ölçek puanları incelendiğinde; Kadınlarda KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ile AKSVÖ sezgisel

alt ölçek puanı medeni duruma göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir ($p<0,005$).

KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($p=0,045$) bekarlarda medyan değeri 13(5-25), evlilerde medyan değeri 11(5-25), boşanmışlarda medyan değeri 13(5-25), AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanı ($p=0,010$) bekarlarda medyan değeri 17,5(5-25), evlilerde medyan değeri 16(5-25), boşanmışlarda medyan değeri 17(10-25), olarak bulunmuştur. Yapılan ikili karşılaştırmalarda; bekar olan kadınlarla evli olanlar arasında KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($p=0,049$) ve AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanı ($p=0,010$) açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir ($p<0,005$). Bekarların KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ve AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanı evlilere göre daha yüksektir (Tablo 8).

Kadınlarda medeni durum ile diğer ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$) (Tablo 8).

4.7. Çalışma Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin çalışma durumuna göre değişimi Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır. Kadınlarda medeni duruma göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9. Çalışma durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Çalışma Durumu	Evet (n=290)	Hayır (n=114)	p-değeri
	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)	
OİÖ_Pişmanlık	15(7-35)	16(8-35)	0,031
OİÖ_Aktivasyon	12(5-25)	12(5-25)	0,116
OİÖ_Hiçlik	9(6-30)	9(6-27)	0,764
OİÖ_Umut	16(6-30)	16(6-30)	0,856
OİÖ_Toplam	82(26-118)	80(32-119)	0,234
PİOYAAÖ	62(21-82)	63(23-79)	0,461
KVSÖ_Rasyonel	20(8-25)	20(8-25)	0,154
KVSÖ_Sezgisel	19(8-25)	19(10-25)	0,789
KVSÖ_Bağımlı	17(5-25)	18(5-25)	0,055
KVSÖ_Kaçınan	12(5-25)	11(5-23)	0,663
KVSÖ_Kendiliğinden	13(5-25)	12(5-24)	0,099

Tablo 9. Çalışma durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması (devam)

KVSÖ	82(52-125)	82(58-107)	0,656
AKSVÖ_Akılcı	20(9-25)	20(5-25)	0,324
AKSVÖ_Sezgisel	16(6-25)	16(5-25)	0,122
AKSVÖ	36(22-50)	36(10-50)	0,850

Çalışan katılımcı sayısı 290, çalışmayan katılımcı sayısı ise 114'tür. Çalışma durumuna göre ölçek puanları incelendiğinde; OİÖ ölçeğinin pişmanlık alt ölçek puanı ($p=0,031$) çalışan katılımcılarda medyan değeri 15(7-35), çalışmayan katılımcılarda medyan değeri 16(8-35) olarak bulunmuştur. Elde edilen bulgulara göre pişmanlık alt ölçek puanı çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Çalışmayan katılımcıların çalışanlara göre pişmanlık alt ölçek puanları daha yüksektir ($p<0,005$) (Tablo 9).

Çalışma durumuna göre diğer ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 9).

4.8. Kronik Rahatsızlık Görülme Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan ontolojik iyi oluş ölçeğinin ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin kronik rahatsızlık görülme durumuna göre değişimi Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır. Kronik rahatsızlık görülme durumuna göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10. Kronik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Kronik Rahatsızlık	Evet (n=107)	Hayır (n=297)	p-değeri
	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)	
OİÖ_Pişmanlık	16(7-34)	15(7-35)	0,365
OİÖ_Aktivasyon	12(5-25)	12(5-25)	0,627
OİÖ_Hiçlik	9(6-30)	9(6-26)	0,068
OİÖ_Umut	17(6-30)	16(6-30)	0,413
OİÖ_Toplam	81(26-118)	81(32-119)	0,625
PİOYAAÖ	63(21-79)	62(31-82)	0,964

Tablo 10. Kronik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması (devam)

KVSÖ_Rasyonel	20(8-25)	20(8-25)	0,783
KVSÖ_Sezgisel	19(10-25)	19(8-25)	0,503
KVSÖ_Bağımlı	17(5-25)	18(5-25)	0,711
KVSÖ_Kaçman	12(5-25)	11(5-25)	0,085
KVSÖ_Kendiliğinden	13(5-24)	13(5-25)	0,280
KVSÖ	83(59-115)	81(52-125)	0,097
AKSVÖ_Akılcı	20(11-25)	20(5-25)	0,372
AKSVÖ_Sezgisel	16(6-25)	16(5-25)	0,692
AKSVÖ	36(23-48)	36(10-50)	0,711

Kronik rahatsızlığı olan katılımcı sayısı 107, kronik rahatsızlığı olmayan katılımcı sayısı ise 297'dir. Kronik rahatsızlık görülme durumuna göre ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 19).

4.9. Psikolojik Rahatsızlık Görülme Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre değişimi Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır. Psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11. Psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Psikolojik Rahatsızlık	Evet (n=33)	Hayır (n=371)	p-değeri
	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)	
OİÖ_Pişmanlık	19(9-35)	15(7-35)	0,005
OİÖ_Aktivasyon	12(5-22)	12(5-25)	0,027
OİÖ_Hiçlik	12(6-27)	9(6-30)	<0,001
OİÖ_Umut	15(6-30)	16(6-30)	0,552
OİÖ_Toplam	74(34-114)	81(26-119)	0,004
PİÖYAAÖ	60(23-79)	63(21-82)	0,145

Tablo 11. Psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması (devam)

KVSÖ_Rasyonel	21(8-25)	20(8-25)	0,821
KVSÖ_Sezgisel	19(11-25)	19(8-25)	0,933
KVSÖ_Bağımlı	18(6-23)	18(5-25)	0,898
KVSÖ_Kaçınan	14(5-23)	11(5-25)	0,125
KVSÖ_Kendiliğinden	12(6-24)	13(5-25)	0,766
KVSÖ	82(74-107)	82(52-125)	0,510
AKSVÖ_Akılcı	20(9-25)	20(5-25)	0,585
AKSVÖ_Sezgisel	17(9-25)	16(5-25)	0,120
AKSVÖ	38(25-50)	36(10-50)	0,171

Psikolojik rahatsızlığı olan katılımcı sayısı 33, psikolojik rahatsızlığı olmayan katılımcı sayısı ise 371'dir. Psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre OİÖ alt ölçek puanları incelendiğinde; psikolojik rahatsızlığı olanlarla olmayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,005$).

OİÖ ölçeğinin pişmanlık alt ölçek puanı ($p=0,005$) psikolojik rahatsızlığı olanlarda medyan değeri 19(9-35), psikolojik rahatsızlığı olmayanlarda medyan değeri 15(7-35) olarak bulunmuştur. Aktivasyon alt ölçek puanı ($p=0,027$) psikolojik rahatsızlığı olanlarda medyan değeri 12(5-22), psikolojik rahatsızlığı olmayanlarda medyan değeri 12(5-25) olarak bulunmuştur. Hiçlik alt ölçek puanı ($p<0,001$) psikolojik rahatsızlığı olanlarda medyan değeri 12(6-27), psikolojik rahatsızlığı olmayanlarda medyan değeri 9(6-30) olarak bulunmuştur. Umut alt ölçek puanı ($p=0,552$) psikolojik rahatsızlığı olanlarda medyan değeri 15(6-30), psikolojik rahatsızlığı olmayanlarda medyan değeri 16(6-30) olarak bulunmuştur. OİÖ toplam puanı ($p=0,004$) ise psikolojik rahatsızlığı olanlarda medyan değeri 74(34-114), psikolojik rahatsızlığı olmayanlarda medyan değeri 81(26-119) olarak bulunmuştur. Psikolojik rahatsızlığı olanlarda pişmanlık, hiçlik alt ölçek puanları psikolojik rahatsızlığı olmayanlara göre daha yüksek iken, psikolojik rahatsızlığı olanlarda aktivasyon alt ölçek puanı ve OİÖ toplam puanı psikolojik rahatsızlığı olmayanlara göre daha düşük bulunmuştur (Tablo 11).

Psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre diğer ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$) (Tablo 11).

4.10. Geçmişte Psikolojik Rahatsızlık Görülme Durumuna Göre Alt Ölçek ve Ölçek Puanlarının Karşılaştırılması

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçek ve kullanılan diğer ölçeklerin geçmişte psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre değişimi Mann-Whitney U testi ile karşılaştırılmıştır. Geçmişte psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre ölçek ve alt ölçekler arasındaki karşılaştırmalar Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12. Geçmişte psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre alt ölçek ve ölçek puanlarının karşılaştırılması

Geçmişte Psikolojik Rahatsızlık	Evet (n=81)	Hayır (n=323)	p-değeri
	Medyan (Min-Max)	Medyan (Min-Max)	
OİÖ_Pişmanlık	16(7-35)	15(7-34)	0,092
OİÖ_Aktivasyon	12(5-20)	12(5-25)	0,133
OİÖ_Hiçlik	11(6-27)	9(6-30)	<0,001
OİÖ_Umut	17(6-30)	16(6-30)	0,620
OİÖ_Toplam	80(32-110)	81(26-119)	0,109
PİOYAAÖ	62(21-79)	63(31-82)	0,358
KVSÖ_Rasyonel	21(8-25)	20(8-25)	0,779
KVSÖ_Sezgisel	19(8-25)	19(10-25)	0,703
KVSÖ_Bağımlı	17(5-25)	18(5-25)	0,479
KVSÖ_Kaçınan	12(5-25)	11(5-25)	0,519
KVSÖ_Kendiliğinden	12(5-24)	13(5-25)	0,994
KVSÖ	83(52-115)	82(57-125)	0,448
AKSVÖ_Akılcı	20(10-25)	20(5-25)	0,582
AKSVÖ_Sezgisel	20(10-25)	16(5-25)	0,792
AKSVÖ	36(23-50)	36(10-50)	0,640

Geçmişte psikolojik rahatsızlığı olan katılımcı sayısı 81, geçmişte psikolojik rahatsızlığı olmayan katılımcı sayısı ise 323’tür. Geçmişte psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre OİÖ alt ölçek puanları incelendiğinde; hiçlik alt ölçek puanına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,005$). Hiçlik alt ölçek puanı ($p<0,001$) geçmişte psikolojik rahatsızlığı olanlarda medyan değeri 11(6-27), geçmişte psikolojik rahatsızlığı olmayanlarda medyan değeri 9(6-30) olarak bulunmuştur. Geçmişte psikolojik rahatsızlığı olanlarda hiçlik alt ölçek puanı geçmişte psikolojik rahatsızlığı olmayanlara göre daha yüksektir (Tablo 12).

Geçmişte psikolojik rahatsızlık görülme durumuna göre diğer ölçek puanları incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 12).

4.11. Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkiler

Çalışmada kullanılan OİÖ ölçek, alt ölçekler ve kullanılan diğer tüm ölçeklerle arasındaki karşılıklı ilişkiler, Spearman sıra korelasyon katsayısı kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizin sonucunda elde edilen istatistiksel veriler Tablo 13'te yer almaktadır.

Tablo 13. Ölçek ve alt ölçekler arası ilişkiler (n=404)

<i>Genel n=404</i>		<i>PİÖ YAAÖ</i>	<i>KVSÖ Rasyo nel</i>	<i>KVSÖ Sezgi sel</i>	<i>KVS Ö Bağı mlı</i>	<i>KVSÖ Kaçı nan</i>	<i>KVSÖ Kendili ğinden</i>	<i>KVSÖ</i>	<i>AKS VÖ Akılcı</i>	<i>AKS VÖ Sezgi sel</i>	<i>AKS VÖ</i>
<i>OİÖ Pişman lık</i>	r	-0,534	-0,215	-0,105	0,108	0,459	0,112	0,188	-0,177	0,072	-0,064
	P	<0,001	<0,001	0,035	0,030	<0,001	0,024	<0,001	<0,001	0,149	0,200
<i>OİÖ Aktivas Yon</i>	R	0,502	0,135	0,136	-0,026	-0,264	0,016	-0,041	0,115	-0,019	0,100
	P	<0,001	0,006	0,006	0,598	<0,001	0,747	0,409	0,021	0,708	0,045
<i>OİÖ Hiçlik</i>	R	-0,550	-0,127	-0,062	0,145	0,403	0,084	0,198	-0,016	0,083	0,039
	P	<0,001	0,011	0,214	0,004	<0,001	0,093	<0,001	0,754	0,097	0,432
<i>OİÖ Umut</i>	R	0,555	0,183	0,187	-0,097	-0,282	-0,036	-0,052	0,118	0,037	0,132
	P	<0,001	<0,001	<0,001	0,051	<0,001	0,474	0,298	0,017	0,455	0,008
<i>OİÖ Toplam</i>	R	0,672	0,225	0,159	-0,113	-0,431	-0,081	-0,139	0,156	-0,039	0,093
	P	<0,001	<0,001	0,001	0,023	<0,001	0,104	0,005	0,002	0,431	0,061
<i>PİÖ YAAÖ</i>	R	-	0,303	0,074	-0,097	-0,489	-0,262	-0,252	0,255	-0,141	0,082
	P	-	<0,001	0,138	0,051	0,459	<0,001	<0,001	<0,001	0,004	0,102

OİÖ pişmanlık alt ölçek puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=-0,534$; $p<0,001$) arasında ters yönde orta düzeyde; KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=-0,215$; $p<0,001$), KVSÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=-0,105$; $p=0,035$) ve AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=-0,177$; $p<0,001$) ile ters yönde düşük düzeyde; KVSÖ bağımlı alt ölçek puanı ($r=0,108$; $p=0,030$), KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı ($r=0,112$; $p=0,024$) ve KVSÖ puanı

($r=0,188$; $p<0,001$) ile aynı yönde düşük düzeyde; KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=0,459$; $p<0,001$) ile aynı yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 13).

OİO aktivasyon alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ puanı ($r=0,502$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde; KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=0,135$; $p=0,006$) ve AKSVÖ puanı ($r=0,100$; $p=0,045$) ile aynı yönde düşük düzeyde; KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,264$; $p<0,001$) ile ters yönde düşük düzeyde, anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 13).

OİO hiçlik alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ puanı ($r=0,550$; $p<0,001$) arasında ters yönde orta düzeyde, KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=-0,127$; $p=0,011$) ile ters yönde düşük düzeyde; KVSÖ bağımlı alt ölçek puanı ($r=0,145$; $p=0,004$) ve KVSÖ puanı ($r=0,198$; $p<0,001$) ile aynı yönde düşük düzeyde; KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=0,403$; $p<0,001$) ile aynı yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 13).

OİO umut alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ puanı ($r=0,555$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde; KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=0,183$; $p<0,001$) ve AKSVÖ puanı ($r=0,132$; $p=0,008$) ile aynı yönde düşük düzeyde; KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,282$; $p<0,001$) ile ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 13).

OİO toplam ölçek puanı ile PİOYAAÖ puanı ($r=0,672$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde, KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=0,225$; $p<0,001$) ve AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=0,156$; $p=0,002$) arasında aynı yönde düşük düzeyde; KVSÖ kaçınan alt ölçeği puanı ($r=-0,431$; $p<0,001$) ile ters yönde orta düzeyde; KVSÖ bağımlı alt ölçek puanı ($r=-0,133$; $p=0,023$) ve KVSÖ puanı ($r=-0,139$; $p=0,005$) ile ters yönde düşük düzeyde, anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 13).

PİOYAAÖ puanı ile KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=0,303$; $p<0,001$), AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=0,255$; $p<0,001$) arasında aynı yönde düşük düzeyde; KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,489$; $p<0,001$) ile ters yönde orta düzeyde; KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı ($r=-0,262$; $p<0,001$), KVSÖ puanı ($r=-0,252$; $p<0,001$) ve AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=-0,141$; $p=0,004$) ile ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 13).

Diğer ölçek ve alt ölçekler arasındaki puanlar incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı ilişkiler bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 13).

4.11.1. Erkeklerde Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkiler

Çalışmada erkek katılımcıların verileri kapsamında, OİÖ ölçek, alt ölçekler ve kullanılan diğer tüm ölçeklerle arasındaki karşılıklı ilişkiler, Spearman sıra korelasyon katsayısı kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizin sonucunda elde edilen istatistiksel veriler Tablo 14’te yer almaktadır.

Tablo 14. Erkeklerde ölçek ve alt ölçekler arası ilişkiler (n=51)

Erkek n=51		<i>PİÖ YAAÖ</i>	<i>KVSÖ Rasyo nel</i>	<i>KVSÖ Sezgi sel</i>	<i>KVSÖ Bağım lı</i>	<i>KVSÖ Kaçı nan</i>	<i>KVSÖ Kendili ğinden</i>	<i>KVSÖ</i>	<i>AKS VÖ Akılcı</i>	<i>AKS VÖ Sezgi sel</i>	<i>AKS VÖ</i>
<i>OİÖ Pişman lık</i>	r	-0,475	-0,445	0,013	0,136	0,483	0,263	0,240	-0,385	0,252	0,012
	p	<0,001	0,001	0,929	0,340	<0,001	0,062	0,090	0,005	0,074	0,932
<i>OİÖ Aktivas yon</i>	r	0,539	0,128	0,068	-0,105	-0,210	0,031	-0,069	0,050	-0,038	-0,032
	p	<0,001	0,372	0,636	0,462	0,139	0,831	0,629	0,726	0,791	0,825
<i>OİÖ Hiçlik</i>	r	-0,579	-0,183	-0,125	0,187	0,268	-0,068	0,075	0,096	-0,021	0,030
	p	<0,001	0,199	0,382	0,188	0,057	0,635	0,603	0,502	0,884	0,836
<i>OİÖ Umut</i>	r	0,476	0,077	0,096	-0,291	-0,346	-0,045	-0,222	0,107	0,077	0,111
	p	<0,001	0,589	0,505	0,038	0,013	0,754	0,117	0,455	0,591	0,440
<i>OİÖ Toplam</i>	r	0,637	0,235	0,092	-0,235	-0,413	-0,088	-0,199	0,154	-0,050	0,014
	p	<0,001	0,097	0,520	0,096	0,003	0,539	0,163	0,280	0,728	0,920
<i>PİÖ YAAÖ</i>	r	-	0,240	0,099	-0,147	-0,350	-0,031	-0,200	0,192	-0,031	0,075
	p	-	0,089	0,491	0,304	0,012	0,827	0,160	0,177	0,826	0,600

Erkeklerde OİÖ pişmanlık alt ölçek puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=-0,475$; $p<0,001$) ve KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=-0,445$; $p=0,001$) arasında ters yönde orta düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=0,483$; $p<0,001$) ile aynı yönde orta düzeyde, AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=-0,385$; $p=0,005$) ile ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 14).

Erkeklerde OİÖ aktivasyon alt ölçek puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=0,539$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 14).

Erkeklerde OİO hiçlik alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ puanı ($r=-0,579$; $p<0,001$) arasında ters yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 14).

Erkeklerde OİO umut alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ puanı ($r=0,476$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,346$; $p=0,013$) ile ters yönde orta düzeyde, KVSÖ bağımlı alt ölçek puanı ($r=-0,291$; $p=0,038$) ile ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 14).

Erkeklerde OİO toplam ölçek puanı ile PİOYAAÖ puanı ($r=0,637$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,413$; $p=0,003$) ile ters yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 14).

Erkeklerde PİOYAAÖ puanı ile KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,350$; $p=0,012$) arasında ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur (Tablo 14).

Erkeklerde diğer ölçek ve alt ölçekler arasındaki puanlar incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı ilişkiler bulunamamıştır ($p>0,05$) (Tablo 14).

4.11.2. Kadınlarda Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkiler

Çalışmada kadın katılımcıların verileri kapsamında, OİO ölçek, alt ölçekler ve kullanılan diğer tüm ölçeklerle arasındaki karşılıklı ilişkiler, Spearman sıra korelasyon katsayısı kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizin sonucunda elde edilen istatistiksel veriler Tablo 15'te yer almaktadır.

Tablo 15. Kadınlarda ölçek ve alt ölçekler arası ilişkiler (n=353)

<i>Kadın n=353</i>		<i>PİÖY AAÖ</i>	<i>KVSÖ Rasyo nel</i>	<i>KVSÖ Sezgi sel</i>	<i>KVSÖ Bağımlı</i>	<i>KVSÖ Kaçı nan</i>	<i>KVSÖ Kendili ğinden</i>	<i>KVSÖ</i>	<i>AKS VÖ Akılcı</i>	<i>AKS VÖ Sezgi sel</i>	<i>AKS VÖ</i>
<i>OİÖ Pişman lık</i>	r	-0,539	-0,183	-0,125	0,107	0,453	0,092	0,184	-0,149	0,048	-0,070
	p	<0,001	0,001	0,019	0,045	<0,001	0,085	0,001	0,005	0,366	0,191
<i>OİÖ Aktivas yon</i>	r	0,506	0,140	0,153	-0,015	-0,272	0,014	-0,030	0,125	-0,010	0,121
	p	<0,001	0,009	0,004	0,785	<0,001	0,798	0,569	0,019	0,855	0,023
<i>OİÖ Hiçlik</i>	r	-0,541	-0,120	-0,050	0,141	0,419	0,111	0,223	-0,033	0,110	0,053
	p	<0,001	0,025	0,349	0,008	<0,001	0,037	<0,001	0,538	0,039	0,322
<i>OİÖ Umut</i>	r	0,568	0,202	0,201	-0,068	-0,272	-0,033	-0,023	0,123	0,030	0,130
	p	<0,001	<0,001	<0,001	0,203	<0,001	0,543	0,666	0,021	0,573	0,014
<i>OİÖ Toplam</i>	r	0,679	0,222	0,170	-0,093	-0,431	-0,081	-0,131	0,154	-0,040	0,097
	p	<0,001	<0,001	0,001	0,080	<0,001	0,129	0,014	0,004	0,453	0,070
<i>PİÖYAA Ö</i>	r	-	0,320	0,058	-0,098	-0,511	-0,300	-0,270	0,273	-0,177	0,071
	p	-	<0,001	0,279	0,065	<0,001	<0,001	<0,001	<0,001	0,001	0,183

Kadınlarda OİÖ pişmanlık alt ölçek puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=-0,539$; $p<0,001$) arasında ters yönde orta düzeyde, KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=-0,183$; $p=0,001$), KVSÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=-0,125$; $p=0,019$), AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=-0,149$; $p=0,005$) ile ters yönde düşük düzeyde, KVSÖ bağımlı alt ölçek puanı ($r=0,107$; $p=0,045$) ile aynı yönde düşük düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=0,453$; $p<0,001$) ile aynı yönde orta düzeyde, KVSÖ puanı ($r=0,184$; $p=0,001$) ile aynı yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 15).

Kadınlarda OİÖ aktivasyon alt ölçek puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=0,506$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde, KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=-0,140$; $p=0,09$), KVSÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=0,153$; $p=0,004$), AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=0,125$; $p=0,019$) ve AKSVÖ puanı ($r=0,121$; $p=0,023$) arasında aynı yönde düşük düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,272$; $p<0,001$) ile ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 15).

Kadınlarda OİÖ hiçlik alt ölçek puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=-0,541$; $p<0,001$) arasında ters yönde orta düzeyde, KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=-0,120$; $p=0,025$) ile ters yönde düşük düzeyde, KVSÖ bağımlı alt ölçek puanı ($r=0,141$; $p=0,008$) ve KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı ($r=0,111$; $p=0,037$) ile aynı yönde düşük düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=0,419$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde, AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=0,110$; $p=0,039$) ile aynı yönde düşük düzeyde, KVSÖ puanı ($r=0,223$; $p<0,001$) ile aynı yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki vardır (Tablo 15).

Kadınlarda OİÖ umut alt ölçek puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=0,568$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde, KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=0,202$; $p<0,001$), KVSÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=0,201$; $p<0,001$), AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=0,123$; $p=0,021$) ve AKSVÖ puanı ($r=0,130$; $p=0,014$) ile aynı yönde düşük düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,272$; $p<0,001$) arasında ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. (Tablo 15).

Kadınlarda OİÖ toplam puanı ile PİÖYAAÖ puanı ($r=0,679$; $p<0,001$) arasında aynı yönde orta düzeyde, KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=0,222$; $p<0,001$), KVSÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=0,170$; $p=0,001$) ve AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=0,154$; $p=0,004$) ile aynı yönde zayıf düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,431$; $p<0,001$) ile ters yönde orta düzeyde, KVSÖ puanı ($r=-0,131$; $p=0,014$) ile ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Tablo 15).

Kadınlarda PİÖYAAÖ puanı ile KVSÖ rasyonel alt ölçek puanı ($r=0,320$; $p<0,001$) ve AKSVÖ akılcı alt ölçek puanı ($r=0,273$; $p<0,001$) arasında aynı yönde zayıf düzeyde, KVSÖ kaçınan alt ölçek puanı ($r=-0,511$; $p<0,001$) ile ters yönde orta düzeyde, KVSÖ kendiliğinden alt ölçek puanı ($r=-0,300$; $p<0,001$), KVSÖ puanı ($r=-0,270$; $p<0,001$) ve AKSVÖ sezgisel alt ölçek puanı ($r=-0,177$; $p=0,001$) arasında ters yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur (Tablo 15).

Kadınlarda diğer ölçek ve alt ölçekler arasındaki puanlar incelendiğinde elde edilen bulgulara göre anlamlı ilişkiler bulunamamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 15).

4.12. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği ile Karar Verme Stilleri ve Alt Ölçeklerinin Ontolojik İyi Oluş Düzeylerini Yordaması

PİOYAAÖ ve KVSÖ, AKVSÖ ve alt boyutlarının OİO düzeylerini ne derecede yordadığını belirlemek için basit ve çoklu doğrusal regresyon analizleri yapılmıştır. Ölçekteki bütün alt ölçekler her ne kadar anlamlı bulunmasa da model anlamlılığından dolayı OİO'nun yordanmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

4.12.1. OİO Toplam Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi

OİO toplam ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ rasyonel, KVSÖ sezgisel, KVSÖ bağımlı, KVSÖ kaçınan, KVSÖ kendiliğinden, AKVSÖ akılcı, AKVSÖ sezgisel karar verme stilleri alt ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 16'da verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO toplam skorunun %48,9' unu açıklamaktadır.

Tablo 16. OİO toplam ölçek puanı için regresyon analizi

OİO Toplam	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	15,68	7,87	1,993	0,047
PİOYAAÖ	0,99	0,07	13,898	<0,001
KVSÖ_Rasyonel	0,01	0,26	0,051	0,959
KVSÖ_Sezgisel	0,46	0,25	1,843	0,066
KVSÖ_Bağımlı	0,15	0,18	0,864	0,388
KVSÖ_Kaçınan	-0,76	0,16	-4,67	<0,001
KVSÖ_Kendiliğinden	0,54	0,20	2,702	0,007
AKSVÖ_Akılcı	-0,11	0,23	-0,479	0,632
AKSVÖ_Sezgisel	-0,06	0,23	-0,264	0,792

Model $p<0,001$ $R^2=0,489$

*B: Beta katsayısı, Std. Hata: Standart hata, T: T istatistiği, p-değeri: Anlamlılık değeri

OİO toplam ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=0,99$ $p<0,001$) ve KVSÖ kendiliğinden karar verme stili alt ölçeği ($b=0,54$ $p=0,007$) OİO ölçek puanıyla aynı yönde etki gösterirken, KVSÖ kaçınan karar verme stili alt ölçeği ($b=-0,76$ $p<0,001$) ise OİO ölçek puanıyla ters yönde etki göstermektedir. Diğer alt ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.2. OİO Pişmanlık Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi

OİO pişmanlık alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ rasyonel, KVSÖ sezgisel, KVSÖ bağımlı, KVSÖ kaçınan, KVSÖ kendiliğinden, AKVSÖ akılcı ve AKVSÖ sezgisel karar verme stilleri alt ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 17’de verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO pişmanlık skorunun %33,3’ünü açıklamaktadır.

Tablo 17. OİO pişmanlık alt ölçek puanı için regresyon analizi

OİO Pişmanlık	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	28,591	2,837	10,079	<0,001
PİOYAAÖ	-0,206	0,026	-8,055	<0,001
KVSÖ_Rasyonel	0,005	0,094	0,055	0,956
KVSÖ_Sezgisel	-0,107	0,09	-1,189	0,235
KVSÖ_Bağımlı	-0,052	0,063	-0,828	0,408
KVSÖ_Kaçınan	0,331	0,058	5,674	<0,001
KVSÖ_Kendiliğinden	-0,112	0,072	-1,544	0,123
AKSVÖ_Akılcı	-0,022	0,083	-0,259	0,796
AKSVÖ_Sezgisel	0,052	0,081	0,641	0,522

Model $p<0,001$ $R^2=0,333$

OİO pişmanlık alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=-0,206$ $p<0,001$) OİO pişmanlık alt ölçek puanıyla ters yönde etki gösterirken, KVSÖ kaçınan karar verme stili alt ölçeği ($b=0,033$ $p<0,001$) ise OİO pişmanlık alt ölçek puanıyla aynı yönde etki göstermektedir. Diğer alt ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.3. OİO Aktivasyon Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi

OİO aktivasyon alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ rasyonel, KVSÖ sezgisel, KVSÖ bağımlı, KVSÖ kaçınan, KVSÖ kendiliğinden, AKVSÖ akılcı ve AKVSÖ sezgisel karar verme stilleri alt ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 18’de verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO aktivasyon skorunun %29,8’ini açıklamaktadır.

Tablo 18. OİO aktivasyon alt ölçek puanı için regresyon analizi

OİO Aktivasyon	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	-3,082	2,414	-1,277	0,202
PİOYAAÖ	0,214	0,022	9,798	<0,001
KVSÖ_Rasyonel	-0,066	0,08	-0,824	0,411
KVSÖ_Sezgisel	0,125	0,077	1,633	0,103
KVSÖ_Bağımlı	0,064	0,054	1,187	0,236
KVSÖ_Kaçınan	-0,119	0,05	-2,396	0,017
KVSÖ_Kendiliğinden	0,215	0,062	3,49	0,001
AKSVÖ_Akılcı	0,046	0,071	0,645	0,519
AKSVÖ_Sezgisel	-0,059	0,069	-0,854	0,393

Model p<0,001 R²=0,298

OİO aktivasyon alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ (b=-0,214 p<0,001) ve KVSÖ kendiliğinden karar verme stili alt ölçeği (b=0,215 p=0,001) OİO aktivasyon alt ölçek puanıyla aynı yönde etki göstermektedir. Diğer ölçek ve alt ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.4. OİO Hiçlik Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi

OİO hiçlik alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ rasyonel, KVSÖ sezgisel, KVSÖ bağımlı, KVSÖ kaçınan, KVSÖ kendiliğinden, AKSVÖ akılcı ve AKSVÖ sezgisel karar verme stilleri alt ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 19’da verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO hiçlik skorunun %34,5’ini açıklamaktadır.

Tablo 19. OİO hiçlik alt ölçek puanı için regresyon analizi

OİO Hiçlik	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	21,15	2,429	8,709	<0,001
PİOYAAÖ	-0,217	0,022	-9,872	<0,001
KVSÖ_Rasyonel	-0,055	0,081	-0,676	0,499
KVSÖ_Sezgisel	-0,052	0,077	-0,671	0,503
KVSÖ_Bağımlı	-0,096	0,054	-1,776	0,077
KVSÖ_Kaçınan	0,204	0,05	4,088	<0,001
KVSÖ_Kendiliğinden	-0,026	0,062	-0,423	0,673

Tablo 19. OİO hiçlik alt ölçek puanı için regresyon analizi (devam)

AKSVÖ_Akılcı	0,192	0,071	2,688	0,007
AKSVÖ_Sezgisel	0,006	0,07	0,079	0,937

Model $p<0,001$ $R^2=0,345$

OİO hiçlik alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=-0,217$ $p<0,001$) OİO hiçlik alt ölçek puanıyla ters yönde etki gösterirken, KVSÖ kaçınan karar verme stili alt ölçeği ($b=0,204$ $p<0,001$) ise OİO hiçlik alt ölçek puanıyla aynı yönde etki göstermektedir. Diğer ölçek ve alt ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.5. OİO Umut Alt Ölçek Puanı İçin Regresyon Analizi

OİO umut alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ rasyonel, KVSÖ sezgisel, KVSÖ bağımlı, KVSÖ kaçınan, KVSÖ kendiliğinden, AKVSÖ akılcı ve AKVSÖ sezgisel karar verme stili alt ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 20’de verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO umut skorunun %33,1’ini açıklamaktadır.

Tablo 20. OİO umut alt ölçek puanı için regresyon analizi

OİO Umut	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	-9,5	3,592	-2,645	0,008
PİOYAAÖ	0,351	0,032	10,823	<0,001
KVSÖ_Rasyonel	0,03	0,119	0,251	0,802
KVSÖ_Sezgisel	0,176	0,114	1,546	0,123
KVSÖ_Bağımlı	-0,061	0,08	-0,759	0,448
KVSÖ_Kaçınan	-0,101	0,074	-1,374	0,170
KVSÖ_Kendiliğinden	0,19	0,092	2,068	0,039
AKSVÖ_Akılcı	0,014	0,106	0,131	0,896
AKSVÖ_Sezgisel	0,057	0,103	0,555	0,579

Model $p<0,001$ $R^2=0,331$

OİO umut alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=0,351$ $p<0,001$) ve KVSÖ kendiliğinden karar verme stili alt ölçeği ($b=0,204$ $p<0,001$) OİO umut alt ölçek puanıyla aynı yönde etki göstermektedir. Diğer ölçek ve alt ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.6. OİO Toplam Ölçek Puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi

OİO toplam ölçek puanı ile alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ, AKVSÖ ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 21’de verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO toplam skorunun %44,3’ünü açıklamaktadır.

Tablo 21. OİO toplam ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi

OİO Toplam	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	12,015	7,784	1,544	0,123
PİOYAAÖ	1,098	0,064	17,136	<0,001
KVSÖ	0,009	0,074	0,118	0,906
AKVSÖ	0,064	0,139	0,462	0,645

Model $p<0,001$ $R^2=0,443$

OİO toplam ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=1,098$ $p<0,001$) OİO toplam ölçek puanıyla aynı yönde etki göstermektedir. Diğer ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.7. OİO Pişmanlık Alt Ölçek Puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi

OİO pişmanlık alt ölçek puanı ile alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ, AKVSÖ ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 22’de verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO pişmanlık skorunun %28,0’ını açıklamaktadır.

Tablo 22. OİO pişmanlık alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi

OİO Pişmanlık	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	29,322	2,794	10,493	<0,001
PİOYAAÖ	-0,261	0,023	-11,338	<0,001
KVSÖ	0,05	0,026	1,879	0,061
AKVSÖ	-0,035	0,05	-0,694	0,488

Model $p<0,001$ $R^2=0,280$

OİO pişmanlık alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=-0,261$ $p<0,001$) OİO pişmanlık alt ölçek puanıyla ters yönde etki göstermektedir. Diğer ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.8. OİO Aktivasyon Alt Ölçek Puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi

OİO aktivasyon alt ölçek puanı ile alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ, AKVSÖ ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 23'te verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO aktivasyon skorunun %26,4'ünü açıklamaktadır.

Tablo 23. OİO aktivasyon alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi

OİO Aktivasyon	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	-3,545	2,343	-1,513	0,131
PİOYAAÖ	0,228	0,019	11,802	<0,001
KVSÖ	0,038	0,022	1,693	0,091
AKVSÖ	-0,001	0,042	-0,028	0,978

Model $p<0,001$ $R^2=0,26$

OİO aktivasyon alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=0,228$ $p<0,001$) OİO aktivasyon alt ölçek puanıyla aynı yönde etki göstermektedir. Diğer ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.9. OİO Hiçlik Alt Ölçek Puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi

OİO hiçlik alt ölçek puanı ile alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ, AKVSÖ ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 24'te verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO hiçlik skorunun %30,5'ini açıklamaktadır.

Tablo 24. OİO hiçlik alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi

OİO Hiçlik	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	22,407	2,372	9,446	<0,001
PİOYAAÖ	-0,246	0,02	-12,607	<0,001
KVSÖ	0,009	0,022	0,415	0,679
AKSÖ	0,061	0,042	1,438	0,151

Model $p<0,001$ $R^2=0,305$

OİO hiçlik alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=0,246$ $p<0,001$) OİO hiçlik alt ölçek puanıyla ters yönde etki göstermektedir. Diğer ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

4.12.10. OİO Umut Alt Ölçek Puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ Ölçek Puanları Arasındaki Regresyon Analizi

OİO umut alt ölçek puanı ile alt ölçek puanı için PİOYAAÖ, KVSÖ, AKVSÖ ölçeklerine göre regresyon analiz sonuçları Tablo 25'te verilmiştir. Regresyon modeli anlamlıdır ve OİO umut skorunun %30,7'sini açıklamaktadır.

Tablo 25. OİO umut alt ölçek puanı ile PİOYAAÖ, KVSÖ ve AKVSÖ ölçek puanları arasındaki regresyon analizi

OİO Umut	B	Std. Hata	T	p-değeri
Sabit	-10,711	3,466	-3,09	0,002
PİOYAAÖ	0,363	0,029	12,736	<0,001
KVSÖ	0,03	0,033	0,918	0,359
AKSÖ	0,092	0,062	1,48	0,140

Model $p<0,001$ $R^2=0,307$

OİO umut alt ölçek puanı için yordamada anlamlı olan PİOYAAÖ ($b=0,363$ $p<0,001$) OİO umut alt ölçek puanıyla aynı yönde etki göstermektedir. Diğer ölçekler modelde anlamlı bulunmamıştır.

5. TARTIŞMA

İnsanı diğer canlılardan ayıran temel özelliklerden biri, rasyonel temellere ve nedensellik ilkesine dayalı analiz yapabilme yeteneğidir. Ancak insan davranışları yalnızca akıl ve mantıkla sınırlı değildir; duyguların, geçmiş yaşantıların, sosyal çevrenin ve bireysel tercihlerin etkisiyle şekillenmektedir. İnsanlık tarihi boyunca, duyguların düşünce ve eylemler üzerindeki etkisi ile rasyonel düşünme süreçleri arasındaki denge tartışma konusu olmuştur. Toplum, bireylerden çoğu zaman mantıklı neden-sonuç ilişkileri kurarak en uygun seçimi yapmalarını bekler. Ancak çevresel koşullar, bireyin geçmiş yaşantılarından edindiği olumlu ve olumsuz tecrübeleri, kişisel değerleri ve hedefleri gibi faktörler, bu süreci önemli ölçüde etkileyebilmektedir (Uzunöz ve Yıldırım 2021).

Karar verme, insan yaşamının temel işlevlerinden biridir. Bireyler yaşamlarının her evresinde çeşitli kararlar alarak hayatlarına yön verirler. Bu kararlar, yalnızca sonuçları açısından değil, bireyin psikolojik iyi oluş düzeyi açısından da belirleyici bir rol oynar. Bireyin yaşamından memnuniyeti, hedeflerine ulaşma inancı ve içsel uyumu, verdiği kararların ardından hissettiği duygularla doğrudan ilişkilidir (Noone, 2002, s.21; Çakır, 2004).

Payne, Bettman ve Johnson (1993), bireylerin karar verme davranışlarının, yalnızca kişisel faktörlerle değil, aynı zamanda içinde bulundukları sosyal çevreden önemli ölçüde etkilendiğini ifade etmiştir. Aile üyeleri, arkadaşlar ve yakın çevreye karşı hissedilen sorumluluk duygusu, bireylerin geliştirdiği karar verme stratejilerini belirlemede etkili olabilir. Bu sosyal bağlar, bireylerin hangi karar verme yöntemini seçeceklerini belirleme sürecinde önemli bir rol oynar. Karar verme sürecinde etkili bir strateji geliştirebilmek için; problemin niteliği, bireyin kişisel özellikleri ve içinde bulunduğu sosyal koşullar gibi belirleyici faktörlerin etkileşimi dikkate alınmalıdır (Akt. Taşdelen, 2002: 27).

5.1. Sosyodemografik Özelliklere İlişkin Açıklamalar

Araştırmaya dahil olan katılımcıların büyük çoğunluğunu kadın bireyler oluşturmakta ayrıca eğitim düzeyi olarak lisans ve lisansüstü mezunlarının daha fazla olduğu görülmektedir. Bu bağlamda örneklem yapısını baskın olarak eğitilmiş kadın

bireylerin oluşturduğunu ve konuya dair genelleme yapmanın sınırlı olabileceğini söylemek mümkündür. Benzer şekilde katılımcıların çoğunun çalışan bireylerden oluşması, yaşam deneyimleri, sosyal roller ve psikolojik durumlar açısından anlamlı farklılıklar yaratabilir.

Yaş değişkeni açısından yapılan analizlerin sonucunda; yaş ile OİÖ ölçeğinin pişmanlık ve hiçlik alt boyutları arasında negatif yönde, aktivasyon alt boyutuyla ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, yaş ilerledikçe bireylerin geçmişe dair pişmanlık duygularının ve hiçlik hissinin azaldığını buna karşılık yaşamlarını anlamlı kılmak için harekete geçme, yaşam projelerine yönelik eylemde bulunma eğilimlerinin arttığını göstermektedir. Şimşek ve Kocayörük (2013), ontolojik iyi oluşun pişmanlık ve hiçlik alt boyutlarının, bireyin geçmiş deneyimlerine dair duygusal tepkilerini yansıttığını ifade etmişlerdir. Bu çalışmada söz konusu boyutların yaşla zayıf düzeyde ilişkili olduğu, yaş arttıkça bireylerin geçmişe ve şimdiye dair daha olumlu değerlendirmelerde bulundukları gözlemlenmiştir. Laura L. Carstensen tarafından geliştirilen Sosyo-duygusal Seçicilik Teorisi'nden hareketle Carstensen ve arkadaşları (1999) tarafından yapılan bir çalışmada, yaşlı bireylerin duygusal deneyimlerini daha olumlu hale getirdikleri ve olumsuz duygulara karşı daha az duyarlı oldukları belirtilmektedir. Frankl (1963) ve Ryff (1989) da yaşla birlikte artan yaşam deneyimlerinin, bireylerin anlam arayışında daha istikrarlı ve kabullenici bir yaklaşım geliştirmelerine katkı sağladığını vurgulamaktadır.

Özellikle orta yaş döneminde, bireylerin yaşamlarına dair daha fazla anlam yüklemeye başladıkları ve pişmanlık gibi duyguları dönüştürme becerilerinin geliştiğini ifade etmek mümkündür. Ayrıca yaş ile PİOYAAÖ puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, yaş ilerledikçe bireylerin yaşam amaçlarına ilişkin farkındalıklarında artış olduğunu göstermektedir. Öte yandan, yaş ile OİÖ umut alt boyutu ve OİÖ toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu bulgular, yaşın bireylerin genel ontolojik iyi oluş düzeyleri veya umutları üzerinde belirleyici bir faktör olmadığını düşündürmektedir.

Eğitim değişkeni açısından yapılan analizlerin sonucunda; eğitim düzeyi ile OİÖ ölçeğinin pişmanlık alt boyutu, KVSÖ kendiliğinden karar verme stili ve AKSVÖ sezgisel karar verme stili arasında negatif yönde; aktivasyon alt boyutu, umut alt boyutu,

OİÖ ve AKSVÖ akılcı karar verme stili arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, eğitim düzeyi yüksek bireylerin geçmişte verdikleri kararlara yönelik pişmanlık yaşama olasılıklarının daha düşük olduğunu ve kararlarını daha iyi düşünerek, planlı bir biçimde verme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Ayrıca, eğitim düzeyinin bireylerin hayata daha aktif katılım sağlamalarına, yaşam projelerine yönelik umutlarını desteklemelerine ve geçmişe ilişkin olumsuz duygularının azalmasına sınırlı da olsa katkı sağlayabileceği anlaşılmaktadır. Sarıtaş-Atalar ve Kağıtçıbaşı (2014) tarafından yapılan bir çalışmada, ontolojik iyi oluşun psikolojik iyi oluş, benlik saygısı ve akademik başarı ile pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Bu bağlamda, eğitim düzeyinin bireylerin hem duygusal hem de bilişsel becerilerini geliştirerek karar verme süreçlerini olumlu yönde etkilediğini söylemek mümkündür.

Cinsiyet değişkeni açısından yapılan analizlerin sonucunda; KVSÖ sezgisel karar verme stili ile AKSVÖ'nün sezgisel karar verme stiline göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Kadın katılımcılar her iki stilde de erkeklere kıyasla daha yüksek puanlara sahiptir. Bu bulgu, literatürde sıkça vurgulanan cinsiyet temelli bilişsel ve duygusal farklarla uyumludur. Soyer ve Keskinoglu'nun (2021) yaptığı bir çalışmada, kadın üniversite öğrencilerinin sezgisel karar verme stili düzeyleri erkek öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur. Rasyonel karar verme stilleri açısından ise anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Yapılan bu çalışmalar literatürdeki diğer çalışmalarla uyumludur.

Medeni duruma göre yapılan analizlerin sonucunda; KVSÖ kendiliğinden karar verme stili ile AKSVÖ akılcı karar verme stiline göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu bulgular, boşanmış bireylerin kendiliğinden karar verme düzeylerinin bekar bireylerden daha yüksek olduğunu; buna karşın akılcı karar verme düzeylerinin bekar bireylerde boşanmış bireylere göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Boşanmış bireylerin kendiliğinden karar verme puanlarının daha yüksek olması, boşanmış bireylerin kararlarını daha çok anlık, plansız şekilde alma eğiliminde olduğunu göstermektedir. Öte yandan, bekar bireylerde akılcı karar verme puanlarının daha yüksek olması, bekar bireylerin daha planlı, düşünerek ve rasyonel kararlar verdiğini ortaya koymaktadır. Ancak, literatür taramasında medeni duruma bağlı olarak bireylerin karar verme süreçlerini ve ontolojik iyi oluşlarını doğrudan ele alan bir çalışmaya

rastlanamamıştır. Bu yönüyle elde edilen bulgular, alan yazına katkı sunabilecek nitelikte özgün veriler ortaya koymaktadır.

Erkek katılımcılarda medeni duruma göre yapılan analizlerin sonucunda; OİÖ ölçeğinin umut alt boyutu ile AKSVÖ akılcı karar verme stilinin medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bekar erkeklerin umut düzeylerinin evli erkeklerle kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca bekar ve evli erkeklerin, boşanmış erkeklerle göre daha yüksek akılcı karar verme puanlarına sahip oldukları saptanmıştır. Bailey ve Snyder (2007) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, evli ve hiç evlenmemiş bireylerin umut düzeylerinin, boşanmış, ayrı yaşayan ya da dul bireylere kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, bekar bireylerin bireysel hedeflerine ve gelecek planlarına daha özgür biçimde odaklanabildiklerini göstermektedir. Bireylerin içinde bulunduğu toplumsal roller, yaşam beklentilerini ve umut düzeylerini etkileyebilmektedir.

Kadınlarda medeni duruma göre yapılan analizlerin sonucunda; bekar ve evli kadınların KVSÖ kaçınan karar verme stili ile AKSVÖ sezgisel karar verme stilinin medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bekar kadınların evli kadınlara göre daha yüksek kaçınan ve sezgisel karar verme puanlarına sahip oldukları saptanmıştır. Bu bulgu, bekar kadınların karar verme süreçlerinde daha fazla kararsızlık yaşayabildiklerini ve kararlarını daha çok sezgilerine dayanarak verebildiklerini göstermektedir. Kaçınan karar verme, genellikle karar alma sorumluluğundan uzak durma eğilimiyle ilişkiliyken; sezgisel karar verme, duygulara ve içgüdülere dayalı hızlı kararları ifade eder (Scott & Bruce, 1995). Bu sonuçlar, bekar kadınların daha bireysel hareket etmeleri ya da destek kaynaklarının sınırlı olması nedeniyle karar süreçlerinde bu stilleri daha sık kullanıyor olabileceklerini göstermektedir.

Çalışma durumu açısından yapılan araştırmanın sonucunda; OİÖ ölçeğinin pişmanlık alt boyutunun, çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Çalışmayan katılımcıların çalışanlara kıyasla pişmanlık düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgular, çalışmayan bireylerin geçmişte verdikleri kararları daha fazla sorguladıklarını ve özellikle iş yaşamına dair yapılan hatalı tercihlerin, kaçırılan fırsatların ya da gerçekleşmeyen hedeflerin pişmanlık duygusunu artırabileceğini düşündürmektedir. Bu da geçmiş kararların, bireyin ontolojik iyi oluşunu

etkileyebileceğini göstermektedir. Pultz (2017), genç ve yaşlı iş arayanları işsizlik ve öznel iyi oluş bağlamında karşılaştırdığı bir çalışmada, iş arayanların yaştan bağımsız olarak aynı düzeyde öznel iyi oluşa sahip oldukları, ayrıca yaşlı olanların depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin önemli ölçüde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

5.2. Psikolojik Rahatsızlık Görülme Durumuna İlişkin Açıklamalar

Psikolojik rahatsızlık görülme durumu açısından yapılan araştırmanın sonucunda; OİÖ ölçeğinin pişmanlık alt boyutu, hiçlik alt boyutu ve OİÖ ölçeği toplam puanının psikolojik rahatsızlık öyküsüne sahip bireylerle sahip olmayanlar arasında anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Psikolojik rahatsızlığı olan bireylerde pişmanlık ve hiçlik düzeylerinin daha yüksek, aktivasyon alt boyut düzeyi ve toplam OİÖ düzeylerinin ise daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgular, psikolojik rahatsızlık yaşayan bireylerin, geçmişteki kararları ve yaşam deneyimlerinin varoluşsal düzeyde zorluk yaşamalarına sebep olduğunu ortaya koymaktadır. Varoluşsal psikoloji, özellikle geçmiş yaşantılarla ilgili pişmanlık, anlamsızlık ve boşluk duygularının bireyin ruh sağlığı ile doğrudan ilişkili olduğunu savunmaktadır (Yalom, 1980; Frankl, 1963). Literatürde, ontolojik iyi oluşun pişmanlık ve hiçlik alt boyutunun çeşitli psikolojik faktörlerle ilişkili olduğu belirtilmiştir. Kuzu ve Taşçı (2014), 18-30 yaş aralığındaki 252 kişiyle gerçekleştirdikleri bir çalışmada, erken dönem uyumsuz şemaların depresyonla ilişkisinde ontolojik iyi oluşun aracı rolünü incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçları, onay arayıcılık, ayrıcalıklılık, sosyal izolasyon, başarısızlık, kendini feda, duygusal yoksunluk ve karamsarlık şemalarının, depresyon üzerindeki etkisinin ontolojik iyi oluş aracılığıyla gerçekleştiğini ortaya koymuştur. Bu bağlamda, pişmanlık ve hiçlik boyutlarının depresyonla ilişkili olduğunu ve bireyin geçmiş deneyimlerini değerlendirme biçiminin ruh sağlığı üzerinde etkili olduğunu söylemek mümkündür.

Ayrıca aktivasyon alt boyut puanlarının düşük olması, psikolojik rahatsızlığı olan bireylerin günlük yaşamlarında harekete geçmek için motivasyon eksikliği yaşadıklarını göstermektedir. Bu durum, bireyin yaşamını sürdürme ve hedeflerine ulaşma konusundaki istekliliğini olumsuz etkileyebileceğini düşündürmektedir. OİÖ toplam puanlarının düşük olması ise, psikolojik rahatsızlıkların bireyin benlik algısı, yaşam amacı ve bütünlük duygusu üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini, dolayısıyla yaşam projesini oluşturmakta güçlük çekebileceğini göstermektedir. Bu durum psikoterapötik

yaklaşımlarda yalnızca semptomlara değil, bireyin anlam arayışına ve varoluşsal yapılarına da odaklanılmasının önemini vurgular (Wong, 2010).

Geçmişte psikolojik rahatsızlık görülme durumu açısından yapılan araştırmanın sonucunda; OİÖ ölçeğinin hiçlik alt boyut puanının psikolojik rahatsızlık öyküsüne sahip bireylerle sahip olmayanlar arasında anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Geçmişte psikolojik rahatsızlık yaşayan bireylerde hiçlik düzeyinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgular, psikolojik rahatsızlık öyküsüne sahip bireylerde daha derin bir boşluk ve anlamsızlık hissiyatının deneyimlenebileceğini, bu bireylerin yaşamlarına dair anlam oluşturma süreçlerinde daha fazla zorluk yaşayabileceğini düşündürmektedir. Topal (2016), çocukluk çağı travmalarının ruh sağlığı üzerindeki etkilerini araştırdığı çalışmada, çocukluk çağı travmaları ile ontolojik iyi oluş arasında anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur.

5.3. Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkilere Dair Açıklamalar

Ölçekler arası yapılan analizlerin sonucunda; OİÖ ölçeğinin pişmanlık ve hiçlik alt boyutlarının PİOYAAÖ ile negatif yönde anlamlı ilişkisinin olduğu bulunmuştur.

OİÖ pişmanlık alt boyutu ile karar verme stilleri arasındaki ilişki incelendiğinde; KVSÖ sezgisel ve AKSVÖ akılcı karar verme stilleri arasında negatif; bağımlı, kendiliğinden ve kaçınan karar verme stilleri ile KVSÖ arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, pişmanlık duygusu hisseden bireylerin mantıklı kararlar almakta zorlandıklarını, sezgilerine güvenemediklerini, kararsızlık yaşadıkları için dış yönlendirmelere ihtiyaç duyduklarını, belirsizlikten ve olumsuz duygulardan kaçmak için kararlarını erteleme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Bu sonuçlar, Scott ve Bruce'un (1995) içsel tutarlılığı olan kararların pişmanlık düzeyini azalttığına ilişkin görüşüyle uyumludur.

Benzer biçimde, pişmanlık ile KVSÖ kendiliğinden karar verme stili ve KVSÖ ile arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Bu sonuç, düşünmeden, plansız ve hızlı alınan kararların pişmanlık yaratabileceğini göstermektedir. Zeelenberg ve Pieters (2007) pişmanlığın bireylerin geçmişteki seçimlerini sorgulamalarına neden olarak karar verme süreçlerinde daha temkinli, kararsız ya da kaçınmacı davranışlara yol açabileceğini ifade etmişlerdir.

OİO pişmanlık ve hiçlik boyutlarına dair analizlerde, bu boyutların KVSÖ rasyonel karar verme stili ile negatif yönde, KVSÖ bağımlı karar verme stili, KVSÖ kaçınan karar verme stili ve KVSÖ toplam puanıyla ise pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği bulunmuştur. Bu bulgular, pişmanlık ve Frankl'ın (1963) tanımladığı “varoluşsal boşluk” hissinin artmasıyla, bireylerin mantıklı ve rasyonel karar verme eğilimlerinin zayıfladığını; karar verme sürecinde zorlanarak dış yönlendirmelere daha açık hale geldiklerini göstermektedir. KVSÖ kaçınan karar verme stili ile pozitif yönde anlamlı ilişkilerin bulunması ise bireylerin yaşadıkları belirsizlik ve pişmanlık hissinden kaçınmak amacıyla kararlarını erteleme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Bu bulgular, literatürdeki kuramsal açıklamalarla da örtüşmektedir. Wrosch ve Heckhausen (2002), pişmanlık duygusunun bireyin motivasyonunu ve eyleme geçme isteğini azaltabileceğini belirtmişlerdir. Snyder (2002) tarafından geliştirilen umut kuramı ise, umut düzeyinin bireyin hedeflerine ulaşma inancı ve bu hedeflere ulaşmak için yollar bulma becerisiyle ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Bu doğrultuda, pişmanlık duygusunun, bireyin bu becerilerini zayıflatarak umudunu ve geleceğe dair olumlu beklentilerini azaltabileceği söylenebilir.

Auhagen (2000) tarafından yapılan bir çalışmada, yaşamın anlamı ve amacı ile iyi oluş arasında güçlü bir ilişki olduğu; bireyi depresyon ve intihar girişimlerinden koruyan varoluş amacının, zorluklar ve travmatik yaşam olayları karşısında psikolojik dayanıklılığı artırdığı ifade edilmiştir. Bu bulgular, anlam eksikliğinin karar verme süreçlerini olumsuz etkilediğini ortaya koyan mevcut sonuçları desteklemektedir.

Bir diğer analiz sonucuna göre, OİO toplam puanı ile OİO aktivasyon ve umut alt boyutları, PİOYAAÖ, KVSÖ rasyonel karar verme ve AKSVÖ akılcı karar verme stilleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, OİO toplam puanı ile PİOYAAÖ puanı arasında pozitif yönde orta düzeyde; KVSÖ rasyonel karar verme ve AKSVÖ akılcı karar verme stilleriyle ise pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkiler gözlemlenmiştir. Buna karşılık, KVSÖ kaçınan karar verme stili ile OİO toplam puanı, OİO aktivasyon ve umut alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, ontolojik iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin geleceğe daha umutla baktıklarını, yaşamlarında belli amaçlar doğrultusunda hedefler belirleme ve onları gerçekleştirebilmek için harekete geçme konusunda gerekli motivasyona sahip olduklarını göstermektedir. Aynı zamanda, bu bireylerin karar verme süreçlerinde

karşılaştıkları sorunlara daha bilinçli yaklaştıkları, sorumluluktan ve belirsizlikten kaçınmadıkları, kararlarını ertelemeden akılcı ve doğru kararlar verme eğiliminde oldukları anlaşılmaktadır.

OİÖ toplam puanı ile KVSÖ bağımlı karar verme stili ve KVSÖ toplam puanı arasında da negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, ontolojik iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin başkalarının yönlendirmelerine daha az ihtiyaç duyduklarını ve kararlarını dışsal baskılara maruz kalmadan içsel tutarlılıkla verdiklerini göstermektedir. Ontolojik iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin, karar verme süreçlerinde daha bilinçli oldukları, sorumluluktan ve belirsizlikten kaçınmadıkları, akılcı ve planlı kararlar verdikleri anlaşılmaktadır. Bu durumu destekleyen bir diğer bulgu, OİÖ toplam ölçek puanı ile KVSÖ puanı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin bulunmasıdır. Ontolojik iyi oluş düzeyi arttıkça bireylerin daha sağlıklı kararlar verme eğilimi de artmaktadır.

Son olarak, PİÖYAAÖ puanı ile KVSÖ rasyonel karar verme stili ve AKSVÖ akılcı karar verme stili arasında pozitif yönde; KVSÖ kaçınan ve kendiliğinden karar verme stilleri, AKSVÖ sezgisel karar verme stili ve KVSÖ puanı ile negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, yaşamında bir amaç edinmiş bireylerin, kararlarını daha planlı ve bilinçli bir biçimde verdiklerini; kararsızlık, belirsizlikten kaçınma ya da düşünmeden, ani ve içgüdüsel karar verme eğilimlerinin ise daha düşük olduğunu ortaya koymaktadır.

5.4. Cinsiyete Göre Ölçek ve Alt Ölçekler Arası İlişkilere Dair Açıklamalar

Cinsiyet değişkeni temelinde yapılan analizler, çalışmada kullanılan ölçekler arasındaki ilişkilerde hem benzerlikler hem de farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen bulgular, cinsiyete göre değerlendirilmiş, erkek ve kadın katılımcılar arasında gözlenen sonuçlar karşılaştırmalı olarak aşağıda sunulmuştur.

Hem kadın hem de erkek katılımcılarda OİÖ'nün pişmanlık alt boyut puanları arttıkça, PİÖYAAÖ puanlarının azaldığı görülmektedir. Bu bulgu, pişmanlığın yaşamda amaç edinme sürecindeki olumsuz etkilerinin cinsiyetten bağımsız olabileceğini göstermektedir. Kadınlarda OİÖ pişmanlık alt boyutu ile KVS sezgisel karar verme stili, AKSVÖ akılcı karar verme stili ve KVSÖ rasyonel karar verme stilinin negatif yönde

anlamalı ilişkisinin olduğu bulunmuştur. Bu durum, pişmanlık arttıkça kadınların hem içgüdüsel hem de bilişsel süreçlere dayalı karar verme eğilimlerinin azaldığını göstermektedir. Erkeklerde ise pişmanlık ile KVSÖ rasyonel ve AKSVÖ akılcı karar verme stilleri arasındaki negatif ilişki daha güçlüdür. Bu bulgu, pişmanlığın, erkeklerde karar verme süreçleri üzerinde daha olumsuz etkilerinin olabileceğini göstermektedir. Pişmanlık alt boyutu her iki cinsiyette de KVSÖ kaçınan karar verme stili ile pozitif yönde anlamalı bir ilişkiye sahiptir. Bu bulgu, pişmanlık hissinin bireylerde belirsizlikten kaçınma, erteleme ve karar verme sürecinden uzaklaşma eğilimini artırdığını göstermektedir. Buna ek olarak kadınlarda pişmanlık ile KVSÖ bağımlı karar verme stili ve KVSÖ puanı arasında pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur. Aradaki bu fark, pişmanlığın erkeklerde daha çok kaçınma davranışıyla ilişkiliyken; kadınlarda, pişmanlık düzeyi arttıkça hem karar vermekten kaçınma hem de kararlarını başkalarına bırakma eğilimlerinin arttığını göstermektedir. Literatürde ontolojik iyi oluşun cinsiyetler arası farklılıklara odaklandığı bir çalışma bulunamasa da ontolojik iyi oluşun temel aldığı öznel iyi oluşla ilgili çalışmalar yer almaktadır. Örneğin, Bana ve Jain (2023) tarafından en az 5 yıllık iş tecrübesine sahip, 30-45 yaş aralığındaki idari hizmetler memurlarıyla yürütülen çalışmada, cinsiyetin karar verme stilleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler üzerinde etkili olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, erkek memurlarda rasyonel karar verme stili ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamalı bir ilişki bulunurken, kadın memurlarda hem rasyonel hem de sezgisel stillerin öznel iyi oluş ile pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Ayrıca, erkeklerde kaçınan karar verme stili ile öznel iyi oluşla negatif yönde anlamalı bir ilişkisinin olduğu; bağımlı ve kendiliğinden (anlık) karar verme stillerinin ise her iki cinsiyette de öznel iyi oluş ile anlamalı ilişki göstermediği bulunmuştur. Bu bulgular, yapılan çalışma ile birçok açıdan örtüşmektedir.

OİO aktivasyon alt boyutu hem kadın hem erkek katılımcılarda, PİOYAAÖ ile pozitif yönde anlamalı ilişkiye sahiptir. Bu durum, içsel motivasyonun artmasının yaşamda bir amaç belirleme isteğini artırdığını göstermektedir. Kadınlarda OİO aktivasyon alt boyutu ile KVSÖ rasyonel ve AKSVÖ arasında pozitif yönde, KVSÖ kaçınan karar verme stili ile negatif yönde anlamalı bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgular, içsel olarak daha enerjik ve motive bireylerin karar süreçlerinde daha aktif rol aldıklarını, kararsızlık ya da sorumluluktan kaçınma eğilimlerinin azalarak daha mantıklı kararlar verdiklerini göstermektedir. Buna ek olarak OİO aktivasyon alt boyutu ile KVSÖ sezgisel karar verme stili ve AKSVÖ akılcı karar verme stili arasında pozitif yönde anlamalı ilişkiler

bulunmuştur. Bu bulgular, kadınların içsel motivasyonlarının hem bilinçli düşünmeye hem de sezgilerine güvenerek karar vermeye katkı sağladığını göstermektedir. Erkeklerde ise aktivasyon ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Ancak, erkeklerde aktivasyonun PİOYAAÖ ile ilişkisinin kadınlara kıyasla daha güçlü olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, içsel motivasyonun erkeklerde daha çok hedefe yönelik davranışları etkilediği söylenebilir.

Hem kadın hem de erkek katılımcılarda OİO hiçlik alt boyut puanları arttıkça, PİOYAAÖ puanlarının azaldığı görülmektedir. Bu bulgu, yaşamda boşluk ve anlamsızlık hissi yaşayan bireylerde amaç edinmeye yönelik içsel motivasyonun zayıflayabileceğini ve bu etkinin cinsiyetten bağımsız olabileceğini göstermektedir. Öte yandan, kadınlarda hiçlik alt boyutu ile PİOYAAÖ ve KVSÖ rasyonel karar verme stili arasında negatif yönde; KVSÖ bağımlı, kendiliğinden, kaçınan karar verme stilleri ve AKSVÖ sezgisel karar verme stili arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca, hiçlik ile KVSÖ toplam puanı arasında da pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgular, kadınların varoluşsal boşluk hissi yaşadıklarında, karar vermekten kaçındıklarını, yaşamlarında bir amaç edinme motivasyonlarının azaldığını ve karar verme süreçlerinde dışsal onaya ihtiyaç duydukları ve daha tepkisel, sezgisel kararlar verme eğiliminde olduklarını göstermektedir. Erkeklerde hiçlik ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Cinsiyetler arası bu fark, varoluşsal boşluk hissinin kadınlarda karar verme süreçlerini daha fazla etkilediğini, erkeklerde ise daha çok motivasyonel düzeyde etkili olduğunu düşündürmektedir.

OİO umut alt boyutu hem kadın hem de erkek katılımcılarda PİOYAAÖ ile pozitif yönde, KVSÖ kaçınan karar verme alt boyutu ile negatif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Bu bulgular, umut düzeyi yüksek bireylerin yaşamda bir amaca sahip olma motivasyonlarının arttığını, karar vermekten kaçınma eğilimlerinin azaldığını göstermektedir. Erkeklerde umut ile kaçınan karar verme arasındaki ters yönlü ilişki daha güçlüdür; umut arttıkça karar vermekten kaçınma daha belirgin şekilde azalmaktadır. Bu da umut duygusunun karar verme sürecine etkisinin cinsiyete göre farklılık gösterebileceğini ve erkeklerde daha koruyucu bir rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Ayrıca, kadınlarda OİO umut alt boyutu ile KVSÖ rasyonel ve sezgisel karar verme alt boyutları ve AKSVÖ arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, umut faktörünün kadınların hem bilinçli hem de sezgilerine

güvenerek kararlar verebilmelerine destek olduğunu göstermektedir. Erkeklerde ise kadınlardan farklı olarak umut alt boyutu ile KVSÖ bağımlı karar verme alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu durum, erkeklerde umut düzeyinin artmasıyla kararlarını başkalarının görüşlerine ihtiyaç duymadan verebildiklerini ve sorumluluk bilincinin arttığını göstermektedir. Madvari ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan bir çalışmada, hemşirelerde psikolojik sıkıntı düzeyinin karar verme stillerini etkilediği, kaygı ve psikolojik sıkıntı arttıkça, bireylerin kendiliğinden, bağımlı ve kaçınan karar verme stillerini tercih etme eğiliminde oldukları görülmüştür. Bu bulgu, psikolojik yük altında olan bireylerin karar verme sürecinde daha kararsız, tepkisel ya da dışarıdan gelen yönlendirmelere bağımlı hale gelebildiğini göstermektedir.

OİO toplam puanı hem kadın hem de erkek katılımcılarda PİOYAAÖ ile pozitif yönde, KVSÖ kaçınan karar verme stili ile negatif yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. Bu bulgular, ontolojik iyi oluş düzeyi yüksek bireylerin, kendi yaşam projelerini oluşturabilme, yaşamda bir amaç edinme konusunda daha istekli olduklarını ve karar verme süreçlerinde belirsizlikten kaçınma eğilimlerinin daha düşük olduğunu göstermektedir. Kadın katılımcılar açısından değerlendirildiğinde, OİO toplam puanının AKSVÖ akılcı karar verme, KVSÖ rasyonel ve sezgisel karar verme stilleri ile pozitif yönde, KVSÖ genel puanıyla ise negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, ontolojik iyi oluş düzeyinin kadınların karar verme süreçlerinde daha planlı, bilinçli ve sezgilere dayalı kararlar almalarını desteklediğini göstermektedir. Erkeklerde ise OİO toplam puanı yalnızca kaçınan karar verme stiliyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu durum, ontolojik iyi oluşun kadınların karar verme süreçleri üzerinde daha belirgin bir etkiye sahip olduğunu; erkeklerde ise daha çok yaşamda bir amaç edinme veya genel motivasyon düzeyleriyle daha yakından ilişkili olabileceğini göstermektedir.

PİOYAAÖ puanı, kadın ve erkek katılımcıların KVSÖ kaçınan karar verme stili ile ters yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Bu bulgu, yaşamda bir amaca sahip olmanın, bireylerin kararlarını erteleme eğilimlerini azalttığını, sorumluluk bilincine katkı sağladığını göstermektedir. Kadınlarda bu ilişki daha güçlüdür. Ayrıca kadınlarda, PİOYAAÖ ile KVSÖ rasyonel karar verme stili, AKSVÖ akılcı karar verme stili ile pozitif yönde; KVSÖ kendiliğinden karar verme stili, AKSVÖ sezgisel karar verme stili ve KVSÖ puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bu bulgular, daha önce elde ettiğimiz bulgularla tutarlıdır. Yaşamda bir amaca sahip olmanın, kadınların

karar verme süreçlerinde daha bilinçli ve planlı davranmalarını desteklediği, kararsızlıktan ve sorumluluktan kaçma eğilimlerini ise azalttığı görülmektedir. Erkeklerde ise karar verme stillerinin büyük çoğunluğuyla anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu fark, yaşamda bir amaç edinmenin karar süreçleri üzerinde kadınlarda daha etkili olabileceğini göstermektedir. Bu bulgular, Steger ve arkadaşlarının (2006) yaşamda anlam düzeyi yüksek bireylerin karar verme süreçlerinde daha bilinçli ve içsel tutarlılığı yüksek tercihler yaptığını ortaya koyduğu bulgularla da örtüşmektedir.

Araştırma bulguları, ontolojik iyi oluşun karar verme süreçleriyle yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Ontolojik iyi oluşun alt boyutları olan pişmanlık, hiçlik, umut ve aktivasyon hem kadın hem de erkek katılımcılarda PİOYAAÖ ile anlamlı ilişkilere sahiptir. Ancak bu alt boyutların karar verme stilleriyle kurduğu ilişkiler cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Kadınlarda özellikle rasyonel, sezgisel ve akılcı karar verme stilleriyle bağlantılıyken; erkeklerde özellikle kaçınan karar verme ve bunun yanında rasyonel karar verme stiliyle anlamlı ilişkili bulunmuştur. Bu bağlamda, kadınlarda duyguların karar verme sürecine daha fazla yansıdığı, erkeklerde ise etkinin daha çok amaç edinme ya da karar vermekten kaçınma eğilimiyle sınırlı kaldığı söylenebilir. Bu durum, karar verme süreçlerinin ontolojik iyi oluş bağlamında cinsiyete göre değişebileceğini göstermektedir.

Ölçekler arası yapılan analizlerin sonucunda; OİÖ ölçeğinin pişmanlık ve hiçlik alt boyutlarının PİOYAAÖ ile negatif yönde anlamlı ilişkisinin olduğu bulunmuştur.

5.5. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği ile Karar Verme Stilleri ve Alt Ölçeklerinin Ontolojik İyi Oluş Düzeylerini Yordaması

Ölçekler arası yapılan analizler sonucunda, OİÖ toplam puanı üzerinde PİOYAAÖ ve bazı karar verme stillerinin anlamlı etkileri olduğu görülmüştür. PİOYAAÖ ve KVSÖ kendiliğinden karar verme stili, OİÖ puanlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişki gösterirken; KVSÖ kaçınan karar verme stili OİÖ ile negatif yönde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Dolayısıyla, PİOYAAÖ, KVSÖ kendiliğinden ve kaçınan karar verme stillerinin OİÖ'nun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Bu bulgular, yaşamda belirgin bir amaca sahip olan, kararlarını hızlı ve içgüdüsel veren bireylerin kendilerini varoluşsal olarak daha anlamlı ve dengede hissedebildiklerini ve yaşam projelerine bağlılıklarını gösterirken; belirsizlikten kaçınan ve karar vermekte zorlanan bireylerin ise yaşamda

anlam arayışında zorlandıklarını ve varoluşsal boşluk hissi yaşayabildiklerini göstermektedir. Frankl'ın (2004) logoterapi yaklaşımı çerçevesinde yaşamda amaçlılık, bireyin varoluşsal boşlukla başa çıkmasında merkezi bir rol oynar. Bulgular da bu görüşle paralellik göstermektedir.

OİÖ pişmanlık alt boyutuna ilişkin analizlerde; PİOYAAÖ arttıkça pişmanlık düzeyinin azaldığı KVSÖ kaçınan karar verme stilinin arttığı görülmüştür. Bu bulgular, yaşamda bir amaca sahip olan bireylerin geçmiş kararlarıyla barışık olduklarını, geçmiş yaşamlarına dair pişmanlıkların daha az yaşandığını ve belirsizlikten kaçınmak adına karar almaktan uzak duran bireylerin, karar alamamanın sonuçlarıyla yüzleşmek zorunda kaldıklarında daha yoğun pişmanlık yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Nitekim Zeelenberg ve Pieters (2007), pişmanlığın bireyleri daha temkinli ve kaçınmacı kararlar almaya yönleltebildiğini belirtmişlerdir.

OİÖ'nün aktivasyon alt boyutuna ilişkin analizlerde; PİOYAAÖ ve KVSÖ'nün kendiliğinden karar verme stili, bu boyutu yordamada anlamlı bulunmuştur. PİOYAAÖ arttıkça OİÖ aktivasyonun arttığı KVSÖ kendiliğinden karar verme stilinin azaldığı görülmüştür. Bu bulgular, yaşamlarında bir amaca sahip olan bireylerin, yaşamlarına yönelik içsel farkındalıklarının arttığını, daha bilinçli karar verme eğiliminde olduklarını, ani ve düşünmeden karar verme eğilimlerinin azaldığını göstermektedir.

OİÖ'nün hiçlik alt boyutuna ilişkin analizlerde; PİOYAAÖ ile KVSÖ kaçınan karar verme stilinin OİÖ hiçlik alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. OİÖ hiçlik puanı ile PİOYAAÖ arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; KVSÖ kaçınan karar verme stili ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki göstermiştir. Bu bulgular, yaşamda belirli hedeflere sahip olan bireylerin varoluşsal boşluk ve anlamsızlık hislerini daha az deneyimlediklerini, karar verme sürecinden kaçınan bireylerin ise belirsizlikle başa çıkmakta zorlandıklarını ve bu durumun onları daha yoğun hiçlik duygusuyla karşı karşıya bıraktığını ortaya koymaktadır.

OİÖ'nün umut alt boyutuna ilişkin analizlerde; PİOYAAÖ ile KVSÖ kendiliğinden karar verme stilinin OİÖ umut alt boyutunun anlamlı yordayıcıları olduğu, her iki değişkenin de umutla pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bu bulgular; yaşamda güçlü bir amaç duygusuna sahip olan, geleceğe yönelik plan ve hedeflere sahip olan, kararlarını daha ani ve içgüdüsel biçimde veren bireylerin, hayatın belirsizliklerine

rağmen iyimser bir bakış açısına ve geleceğe dair olumlu beklentilere sahip olabildiklerini göstermektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, yaşamda belirgin bir amaca sahip bireylerin ontolojik iyi oluşlarının daha yüksek, pişmanlık ve hiçlik duygularının ise daha düşük olduğu görülmektedir. Ayrıca karar verme stillerinden kaçınan ve kendiliğinden karar verme stillerinin bazı alt boyutlarla anlamlı ilişkiler göstermesi, bireyin karar alma biçiminin bireyin yaşam projesini nasıl şekillendirdiğine dair fikir vermektedir. Bu sonuçlar, karar verme süreçlerinin sadece bilişsel değil, varoluşsal düzeyde de etkileri olduğunu göstermekte; bireyin kendini gerçekleştirme ve anlam bulma sürecinde kararlarının merkezi rol oynadığını ortaya koymaktadır.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada bireylerin ontolojik iyi oluş düzeylerinin karar verme süreçleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Elde edilen bulgular ontolojik iyi oluş düzeyinin bireylerin karar ve seçim süreçlerini etkilediği; yaş, cinsiyet, eğitim ve çalışma durumu gibi demografik değişkenlerin bu ilişki üzerinde belirleyici bir rol oynadığı görülmüştür.

Yaş değişkeni açısından değerlendirildiğinde, yaş arttıkça bireylerin geçmişe dair pişmanlık duygularının ve yaşamda hissettikleri boşluk hissini azaldığı; buna karşılık yaşamda amaç edinmeye yönelik içsel motivasyonlarının arttığı gözlemlenmiştir. Bu durum, bireylerin yaş ilerledikçe yaşamlarına anlam katan unsurları daha iyi kavradıklarını ve yaşamlarını belirli amaçlar doğrultusunda sürdürmenin daha önemli hale geldiğini göstermektedir. Bununla birlikte, ontolojik iyi oluşun umut alt boyutu ile genel ontolojik iyi oluş düzeyi arasında yaş değişkeni bakımından anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu durum, umut düzeyinin yaş dışındaki faktörlerden etkilenebileceğine işaret etmektedir. Ancak, ontolojik iyi oluşla ilgili alanda yapılmış çalışmaların sınırlı olması ve bu çalışmanın yalnızca 25-55 yaş aralığındaki bireylerle sınırlandırılmış olması, farklı yaş gruplarını kapsayan gelecekteki araştırmalarda farklı sonuçların elde edilebileceğini düşündürmektedir.

Medeni durum değişkeni açısından değerlendirildiğinde, erkek katılımcılarda bekar olanların evli olanlara göre geleceğe dair daha olumlu bir bakış açısına sahip oldukları görülmüştür. Ayrıca bekar ve evli erkeklerin, boşanmış erkeklere kıyasla daha mantıklı ve bilinçli kararlar alma eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir. Bu durum, boşanmış bireylerin mantıklı kararlar verme konusunda daha fazla zorlanabileceklerini düşündürmektedir. Kadın katılımcılarda ise bekar olanların evli olanlara kıyasla karar verme sürecinde daha fazla zorlandıkları, kararsızlık yaşadıkları ve bu nedenle kararlarını erteleme eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir. Ayrıca, bekar kadınların evli kadınlara göre kararlarını daha çok sezgilerine dayanarak verdikleri gözlemlenmiştir. Bununla birlikte medeni duruma göre yapılan genel değerlendirmelerde; boşanmış bireylerin kararlarını daha çok anlık tepkilerle verdikleri; bekar bireylerin ise daha kontrollü ve mantıklı şekilde karar verdikleri gözlemlenmiştir. Tüm bu bulgular, medeni durumun karar verme süreçlerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Eğitim düzeyi açısından değerlendirildiğinde, bireylerin eğitim düzeyi arttıkça, içsel motivasyonlarının ve geleceğe dair umut besleme eğilimlerinin güçlendiği, karar verme süreçlerinde daha planlı ve akılcı bir yaklaşım sergiledikleri tespit edilmiştir. Buna karşılık, geçmiş kararlarına yönelik pişmanlık duygularının aynı zamanda düşünmeden, aceleci ve içgüdüsel karar verme eğilimlerinin azaldığı gözlenmiştir. Bu durum, eğitim düzeyi yüksek bireylerin hem duygusal hem de bilişsel olarak daha sağlıklı ve dengeli kararlar alabildiklerini, geçmiş deneyimlerinden kaynaklanan olumsuz duygularla daha yapıcı şekilde başa çıkabildiklerini ve yaşamlarını daha hedef odaklı sürdürebildiklerini göstermektedir.

Psikolojik rahatsızlık yaşayan bireylerde, geçmişe dair pişmanlık ve anlamsızlık hissinin daha yoğun olduğu; buna karşılık yaşamlarına yön vermek ve harekete geçmek konusunda duygusal olarak zorlandıkları g r lm ştir. Geçmişte psikolojik rahatsızlık öyküsüne sahip bireylerin de benzer şekilde anlamsızlık ve yönsüzlük hissi yaşadıkları gözlemlenmiştir. Bu sonuçlar, psikolojik rahatsızlıkların bireylerin yaşamla kurdukları bağı zedeleyebileceğini ve bu etkinin kalıcı olma ihtimalinin olduğunu göstermektedir.

Çalışma durumu açısından değerlendirildiğinde, çalışmayan bireylerin geçmişe dair daha fazla pişmanlık yaşadıkları gözlemlenmiştir. Bu bağlamda, bir işte çalışıyor olmanın bireylerin geçmiş deneyimlerini daha olumlu bir perspektiften değerlendirmelerine yardımcı olabileceği söylenebilir.

Cinsiyet değişkeni açısından değerlendirildiğinde, kadın ve erkek katılımcıların yaşamı anlamlandırmaya dair bakış açıları birbirinden farklılık göstermektedir. Ancak, özellikle geçmişe dair pişmanlık ve yaşama yönelik anlamsızlık hislerinin, her iki cinsiyette de yaşamda amaç edinme sürecini olumsuz etkilediği g r lm ştir. Bu duyguların artmasıyla birlikte bireylerin yaşamlarını belirli bir amaç doğrultusunda yönlendirme eğilimlerinin azaldığı, yaşamla kurdukları bağın zayıfladığı dikkat çekmektedir. Ayrıca içsel motivasyona sahip olmanın hem kadın hem de erkeklerde yaşamda bir amaç edinme isteğini artırdığı g r lm ştir. Erkeklerde bu içsel motivasyon daha güçlüdür. Kadınlarda ise bu yönelimin artmasıyla birlikte sezgisel ve bilinçli karar verme eğiliminin arttığı, karar vermekten kaçınma, erteleme eğiliminin azaldığı gözlemlenmiştir.

Her iki cinsiyette de pişmanlık ve anlamsızlık hisleri arttıkça kararları erteleme ve karar vermekten kaçınma eğiliminin arttığı, kararların sorumluluğunu almaktan kaçınıldığı ve dış etkenlerin çok fazla etkili olduğu görülmüştür. Kadınlarda bu süreçte, başkalarının onayına ihtiyaç duyma, sezgisel, ani ve tepkisel karar verme eğilimlerinin arttığı, erkeklerde ise özellikle mantıklı ve bilinçli karar verebilme becerisinin azaldığı gözlemlenmiştir. Buna karşılık umut hem kadın hem de erkek katılımcıların karar verme süreçlerini olumlu yönde etkilemekte, kararsızlık hissini azaltarak bireylerin yaşamla daha sağlam bir bağ kurmalarına destek olmaktadır.

Erkeklerde umut duygusunun karar süreçleri üzerinde daha koruyucu bir rol oynadığı, umut düzeyi arttıkça yaşama dair bir amaç belirleme isteğinin belirgin biçimde arttığı görülmüştür. Yaşama dair umutlu bir bakış açısına sahip olmak, kadınlarda hem mantıklı hem de sezgisel karar vermeyi desteklemektedir. Ayrıca kadınların duygulara güvenerek karar verme eğilimlerinin erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Pişmanlık duygusu yaşadıklarında daha çok sezgilerine güvenerek hareket ettikleri, karar verirken başkalarının onayına ihtiyaç duydukları ve kararsızlık yaşama eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir. Aynı zamanda mantıklı kararlar vermekte daha fazla zorlandıkları dikkat çekmektedir. Erkeklerde ise pişmanlık ve anlamsızlık hislerinin, özellikle bilinçli ve mantıklı karar verebilme sürecini olumsuz yönde etkilediği görülmüştür. Tüm bu bulgular, cinsiyetin hem duygusal deneyimler hem de karar verme biçimleri üzerinde belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymaktadır.

Genel analizler incelendiğinde, ontolojik iyi oluşun bireylerin yaşamla kurdukları ilişkiyi ve karar verme biçimlerini önemli ölçüde etkilediği görülmektedir. Yaşamda belirgin bir amaca sahip bireylerin ontolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu; pişmanlık ve hiçlik gibi olumsuz varoluşsal deneyimleri daha az yaşadıkları, karar verirken içgüdülerine güvenebildikleri ve geleceğe yönelik daha umutlu bir bakış açısına sahip oldukları görülmektedir. Buna karşılık, pişmanlık ve yaşama dair anlamsızlık duygularının arttığı bireylerde, yaşamda amaç edinme eğilimlerinin zayıfladığı; karar verme süreçlerinde ise kaçınma, kararsızlık ve dışsal onay ihtiyacının ön plana çıktığı görülmektedir. Bu durum, bireylerin mantıklı ve sezgisel olarak karar verebilme becerilerinin zayıflamasına; anlık, tepkisel, dış yönlendirmelere açık ve sorumluluktan uzak karar vermelerine yol açmaktadır. Öte yandan, yaşamı daha umutlu bir bakış açısıyla değerlendiren ve yüksek içsel motivasyon sahip bireylerin, daha rasyonel kararlar aldığı,

yaşamlarına dair net hedefler belirlediği ve bu hedefleri gerçekleştirme eğiliminde oldukları gözlemlenmiştir. Karar verme stillerinden kaçınan ve kendiliğinden karar verme eğiliminde olan bireylerin ontolojik iyi oluşun bazı boyutlarıyla anlamlı ilişkiler göstermesi; karar verme süreçlerinin yalnızca bilişsel değil, aynı zamanda varoluşsal bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır. Ontolojik iyi oluş düzeyinin artması, bireylerin kararlarını daha bilinçli, sağlıklı ve tutarlı verebilmelerine olanak sağlamakta; yaşamlarını anlamlandırma ve yön verme süreçlerinde merkezi bir rol oynamaktadır.

Sonuç olarak, bireyin kendi yaşam projesine olan bağlılığı, yani ontolojik iyi oluş düzeyi, karar ve seçim süreçleri üzerinde belirleyici bir rol oynamaktadır. Yaşamın anlamını yitirdiği, geçmişe dair pişmanlıkların yoğun olarak hissedildiği, geleceğe dair kaygıların yaşandığı durumlarda; bireylerin karar verme süreçlerinde zorlandıkları, kararsızlık yaşadıkları, sorumluluktan kaçındıkları ve başkalarının yönlendirmesine ihtiyaç duydukları gözlemlenmiştir. Buna karşılık, yaşam doyumu yüksek olan ve yaşamla daha güçlü bağ kurabilen bireylerin hem daha bilinçli hem de içsel olarak daha tutarlı kararlar verdikleri görülmektedir. Ontolojik iyi oluş, yalnızca duygusal değil; aynı zamanda bilişsel, varoluşsal ve davranışsal süreçlerde de belirleyici bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Ayrıca, bireyin içinde bulunduğu çevresel ve sosyal koşulların da bu süreci doğrudan etkilediği söylenebilir.

Bu araştırma, ontolojik iyi oluşun karar verme süreçleriyle olan ilişkisine dair önemli bulgular sunmakla birlikte, elde edilen bulguların genellenebilirliğini artırmak amacıyla araştırmanın daha geniş ve çeşitli örneklemlemlerle desteklenmesi önerilmektedir. Gelecek çalışmalarda farklı yaş grupları, sosyoekonomik düzeyler ve kültürler arası farklılıklar açısından karşılaştırmalar yapılması ontolojik iyi oluşun karar verme üzerindeki etkilerinin daha kapsamlı biçimde değerlendirilmesine olanak sağlayacaktır. Bu çalışmada örneklem 25-55 yaş ile sınırlandırılmıştır; bu nedenle, ergenlik ve yaşlılık dönemlerinde ontolojik iyi oluşun karar verme mekanizmaları üzerindeki etkileri incelenerek gelişimsel farklılıklar ortaya konabilir. Ayrıca, ontolojik iyi oluş kavramı psikoloji literatüründe hala görece yeni bir alan olduğu için bu alanda yapılacak yeni çalışmalar sadece bireysel düzeyde değil, aynı zamanda eğitim, sosyoloji ve psikolojinin çeşitli alanlarına da katkılar sağlayacaktır.

7. KAYNAKÇA

- Acıbozlar, Ö. (2006). *Yönetici Hemşirelerin Karar Verme Stratejileri ve Yaratıcılık Düzeyleri*. (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi).
- Açıkgöz Karaoğlu, B. (2016). *Travma Sonrası Stres Bozukluğu ve Depresyon Arasındaki İlişkide Ontolojik İyi-Oluşun Aracılık Etkisi: Bir Yapısal Eşitlik Modellemesi Çalışması* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi).
- Adair, J. (2000). *Karar Verme ve Problem Çözme*. Gazi Kitabevi.
- Adorno, T. W. (2009). *Kültür Endüstrisi*. İletişim Yayınları.
- Akaytay, A. (2004). *Karar Verme Sürecinde Maliyet Verilerinin Rolü: ABC Makine ve Ticaret Sanayii AŞ. Uygulaması*. (Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi).
- Akın, A. (2008). The Scales of Psychological Well-Being: A Study of Validity and Reliability. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 8(3), 741-750.
- Alhakami, A. S., & Slovic, P. (1994). A Psychological Study of the Inverse Relationship Between Perceived Risk and Perceived Benefit. *Risk Analysis*, 14(6), 1085-1096. <https://doi.org/10.1111/j.1539-6924.1994.tb00080.x>
- Andersen, J. A. (2000). Intuition in Managers: are Intuitive Managers More Effective? *Journal of Managerial Psychology*, Vol. 15 No. 1, 46 67.
- Atkinson, L.R., Atkinson, C.R., Smith, E.E. & Bem, J.S. (1999). *Psikolojiye Giriş*. Arkadaş Yayınları.
- Auhagen, A. E. (2000). On the Psychology of Meaning of Life. *Swiss Journal of Psychology/Schweizerische Zeitschrift für Psychologie/Revue Suisse de Psychologie*, 59(1), 34. <https://doi.org/10.1024//1421-0185.59.1.34>
- Avşaroğlu, S. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stres Başa Çıkma Stilllerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. <https://hdl.handle.net/20.500.12395/9732>
- Aydemir Dev, M., & Bayram Arlı, N. (2025). The Role of Personality Traits and Decision-Making Styles in Career Decision-Making Difficulties. *Behavioral Sciences*, 15(2), 159. <https://doi.org/10.3390/Bs15020159>
- Bacakoğlu, Taha Yasin. (2017). Yakın Çevre Eğitiminin İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarısına ve Çevreye Yönelik Tutumuna Etkisi. (Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Balkıs, M. (2007). Öğretmen Adaylarının Davranışlarındaki Erteleme Eğiliminin, Düşünme ve Karar Verme Tarzları ile İlişkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(21), 67-83.
- Bana, S., & Jain, M. (2023). Decision-Making Styles in Relation to Subjective Well-Being in Officers of Rajasthan Administrative Services. *Indian Journal of Positive Psychology*, 14(2).
- Babu, N. M. (2024). Impact of Emotional Intelligence on the Decision-Making Styles of Academic Leaders. *Educational Administration: Theory and Practice*, 30(6), 4346-4353. <https://doi.org/10.53555/Kuey.V30i6.6905>
- Bailey, T. C., & Snyder, C. R. (2007). Satisfaction With Life and Hope: A Look at Age and Marital Status. *The Psychological Record*, 57(2), 233–240. <https://doi.org/10.1007/BF03395574>
- Batçıoğlu, G. (1994). *Karar Verme Sürecinin Analizi*. (Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

- Bauer, J. J., Mcadams Dp, Sakaeda Ar (2005) Crystallization of Desire and Crystallization of Discontent in Narratives of Life-Changing Decisions. *Journal of Personality*, 73:1181-1213. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2005.00346.x>
- Bauer, J. J., Mcadams, D. P., & Pals, J. L. (2008). Narrative Identity and Eudaimonic Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 81-104. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9021-6>
- Bavol'ár, J., & Orosová, O. (2015). Decision-Making Styles and Their Associations With Decision-Making Competencies and Mental Health. *Judgment and Decision Making*, 10(1), 115-122
- Bayraktaroğlu, S., & Demir, K. (2011). *İşyerinde Karar Verme ve Problem Çözme Yöntemleri*. İş ve Meslek Danışmanlığı Derneği Yayınları.
- Bayram, N., & Aydemir, M. (2017). Decision-Making Styles and Personality Traits. *International Journal of Recent Advances in Organizational Behaviour and Decision Sciences*, 3(1), 905-915.
- Bergland, B., & Quatrano, L. (1974). Promoting Adolescent Decision Making Skills With Group Social Models and Structured Group Interaction.
- Bettman, J. R., Johnson, E. J., Luce, M. F., & Payne, J. W. (1993). Correlation, Conflict, and Choice. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 19(4), 931.
- Bilkay, S. (1990). *Karar Alma Süreci ve Kararın Yönetimdeki Önemi*. (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2012). Educación Emocional: Estrategias Para Su Puesta en Práctica. *Avances en Supervisión Educativa*, 2012, Num. 16, P. 1-11.
- Bodin, R., Chermack, T. J., & Coons, L. M. (2016). The Effects of Scenario Planning on Participant Decision-Making Style: A Quasi-Experimental Study of Four Companies. *Journal of Futures Studies*, 20(4), 21-40.3. [https://doi.org/10.6531/Jfs.2016.20\(4\).A21](https://doi.org/10.6531/Jfs.2016.20(4).A21)
- Bradburn, N. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Aldine Publishing.
- Brousseau, K. R., & Driver, M. J. (2005). Decision Style Basics: A Primer on Styles of Decision Making.
- Brown L. M. (1999). Raising Their Voices: *The Politics of Girls' Anger*. Harvard, Harvard University Press.
- Bruner, J. (1990). Culture and Human Development: A New Look. *Human Development*, 33(6), 344-355.
- Bulgan, G., & Bulgan, G. (2018). Türkiye'deki Yetişkinlerde Ontolojik İyi Oluşun Umut, Hiçlik, Harekete Geçme ve Pişmanlık Gibi Alt Boyutlarıyla Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. *Mutluluk Çalışmaları Dergisi*, 19(8), 2437-2452.
- Burns, K. (2016). Judges, 'Common Sense' and Judicial Cognition. *Griffith Law Review*, 25(3), 319-351.
- Bursik Jr, R. J., & Baba, Y. (1986). Individual Variations in Crime-Related Decisions. *Social Science Research*, 15(1), 71-81.
- Byrnes, James, P. (2002). The Development of Decision-Making. *Journal of Adolescent Health*. C.31. S.6: 208-215.
- Calabrese, R. L., & Zepeda, S. J. (1999). Decision-Making Assessment: Improving Principal Performance. *International Journal of Educational Management*, 13(1), 6-13.
- Campbell, A. (1976). Subjective Measures of Well-Being. *American Psychologist*, 31(2), 117-124. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.31.2.117>

- Can, Ö. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Akılcı Olmayan İnançları ve Karar Verme Stillerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Selçuk Üniversitesi)
- Candangil, S. Ö. (2005). *Denetim Odakları Farklı Lise Öğrencilerinin Bazı Kişisel, Sosyal ve Ailesel Özelliklerine Göre Karar Vermede Öz-Saygı ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi)
- Carstensen, L. L., Isaacowitz, D. M., & Charles, S. T. (1999). Taking Time Seriously: A Theory of Socioemotional Selectivity. *American Psychologist*, 54(3), 165–181. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.3.165>
- Carr, A. (2016). Pozitif Psikoloji: Mutluluğun ve İnsanın Güçlü Yönlerinin Bilimi.
- Chatoupis, C. (2007). Decision Making in Physical Education: Theoretical Perspectives. *Studies in Physical Culture & Tourism*, 14(2).
- Cook, C., & Gonzales, H. (2016). Australian Individual Decision Styles, Intuitive and Rational Decision Making in Business. *International Proceeding of Economics Development and Research*, 86, 93-100.
- Cooper, D. Joseph (2000). *Etkili Karar Verme Sanatı*. (Çeviren: Alp E. Arslan). Emre Yayınları.
- Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The Construction of Autobiographical Memories in the Self-Memory System. *Psychological Review*, 107(2), 261.
- Coscarella, W. C., Burk, J., & Cotter, A. (1995). HRD and Decision-Making Styles. *Human Resource Development Quarterly*, 6(4): 383-395.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An Experimental Study in Existentialism: The Psychometric Approach to Frankl's Concept of Noogenic Neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Çağırca, T. (2020). *Öğretmenlerin Tolerans Düzeyi ile Psikolojik İyi Oluşları Arasındaki İlişki*. (Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi)
- Çakır, M. A. (2004). Mesleki Karar Envanterinin Geliştirilmesi, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(2), 1-14.
- Çoban, A. E., & Hamamcı, Z. (2006). Kontrol Odakları Farklı Ergenlerin Karar Stratejileri Açısından İncelenmesi. *Kastamonu Education Journal*, 14(2), 393-402.
- Çolakkaıoğlu, O. (2010). *Çatışma Kuramına Dayalı Olarak Geliştirilen Karar Verme Beceri Eğitimi Grup Uygulamalarının Ergenlerin Karar Verme Stillerine Etkisi*, (Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Dağ, İ. (1990). *Kontrol Odağı, Stresle Başa Çıkma Stratejileri ve Psikolojik Belirti Gösterme İlişkileri*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi).
- Damon, W., Menon, J., & Bronk, K. C. (2003). The Development of Purpose During Adolescence. *Applied Developmental Science*, 7(3), 119-128.
- Dawson, R. (1995). *Güvenli Karar Alma Rehberi*. (E. Kütevin ve Z. Kütevin, Çev.). İnkılap Kitabevi.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000b). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Demir, G. T., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Bireysel ve Takım Sporcularının Karar Verme Stilleri ve Mental İyi Oluş Düzeyleri. *Cbü Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 176-191.

- Demirbilek, N., Han, F., & Atila, F. (2022). Examination of the Relationship Between the Decision-Making Styles and Time Management Skills of School Managers. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 7(19), 2375-2388. <https://doi.org/10.35826/ijoecc.619>
- Deniz, M. Engin (2002). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejileri ve Sosyal Beceri Düzeylerinin Taban Ben Durumları ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*. (Yayınlanmış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü)
- Deniz, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Öz Saygı, Karar Verme Stilleri ve Problem Çözme Yöntemleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*. 4(15), 25- 35.
- Deniz, M. E. (2006). The Relationships Among Coping With Stress, Life Satisfaction, Decision-Making Styles and Decision Self-Esteem: An Investigation With Turkish University Students. *Social Behavior and Personality*, 34(9), 1161-1170.
- Develioğlu, M. (2006). *Problem Çözme Becerileri Yüksek ve Düşük Olan Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Dewberry, C., Juanchich, M., & Narendran, S. (2013). Decision-Making Competence in Everyday Life: The Roles of General Cognitive Styles, Decision-Making Styles and Personality. *Personality and Individual Differences*, 55(7), 783-788.
- Diener, E., (1984), Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. (1989). Issues in Defining Subjective Well-Being and Ill-Being'. *Unpublished Manuscript*.
- Diener, E. (1999). Duygu Yapısı ile İlgili Özel Bölüme Giriş. *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi*, 76(5), 803.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-Being: The Science of Happiness and A Proposal For a National Index. *American Psychologist*, <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.34> 55(1), 34-43.
- Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1-43.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most People are Happy. *Psychological Science*, 7,181-185.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R., & Smith, H., (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Research, *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (2000). Explaining Differences in Societal Levels of Happiness: Relative Standards, Need Fulfillment, Culture, and Evaluation Theory. *Journal of Happiness Studies*, 1(1), 41-78.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Scollon, C. N. (2006). Beyond the Hedonic Treadmill: Revising the Adaptation Theory of Well-Being. *American Psychologist*, 61(4), 305.
- Diener, E., Lucas, R. E. and Oishi, S. (2002). Subjective Well-Being. *Handbook of Positive Psychology*, 2, 63-73.
- Diener, E. & Seligman, M. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, 13(1), 81-84.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Wellbeing. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1-31.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*.
- Diener, E., Tay, L., & Oishi, S. (2013). Rising Income and the Subjective Well-Being of Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(2), 267.

- Dilmaç, B., & Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen Adaylarının Öznel İyi Olma ve Karar Verme Stillerinin İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187.
- Dimaggio, G., Salvatore, G., Azzara, C., & Catania, D. (2003). Rewriting Self-Narratives: the Therapeutic Process. *Journal of Constructivist Psychology*, 16(2), 155-181. <https://doi.org/10.1080/10720530390117920>
- Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., and Sanders, L. D. (2012). The Challenge of Defining Wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2, 222-235. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2i3.4>
- Driver, M. J. (1979). Individual Decision Making and Creativity. In S. Kerr (Ed.), *Organizational Behavior* (Pp. 59-91). Grid Publishing.
- Drucker, P. F. (1967). The Effective Decision. *Management Review*, 56(3).
- Drucker, P. F. (2001). Karar Alma İçinde “Etkin Karar”. Çeviren: Ahmet Kardam), *Mess Yayınları*.
- Dunham, R. B. and Pierce, J. L. (1989). *Management* (2nd ed.). Scott, Foresman.
- Ehtiyar, Ö. A. T. V. R., & Ehtiyar, V. R. (2010). Yönetimde Karar Verme: Batı Antalya Bölgesindeki Beş Yıldızlı Otellerde Çalışan Farklı Departman Yöneticilerinin Karar Verme Stilleri Üzerine Bir Araştırma. *Yaşar Üniversitesi E-Dergisi*, 5(20), 3394-3414.
- Elbanna, S., & Child, J. (2007). Influences on Strategic Decision Effectiveness: Development and Test of an Integrative Model. *Strategic Management Journal*, 28(4), 431-453.
- Eldeleklioğlu, J. (1996). *Karar Stratejileri ile Ana Baba Tutumları Arasındaki İlişki*. (Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Eldeleklioğlu, J. (1998). Ergenlerde Karar Verme Becerisini Etkileyen Faktörler.
- Ekşioğlu, H. (2011). *İnanç veya Dünya Görüşüne Sahip Olma Tarzıyla Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişki* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Emhan, A. (2007), “Karar Verme Süreci ve Bu Süreçte Bilişim Sistemlerinin Kullanılması”, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt:6, Sayı:21, 212 – 224.
- Emmons, R. A. (1986). Personal Strivings: An Approach to Personality and Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(5), 1058.
- Eren, E. (2001) *Yönetim ve Organizasyon*. 5. Baskı, Beta Basım.
- Ergezen, F. D. (2024). İyileştirici Bakım İlişkisine Yönelik Engeller ve Çözüm Önerileri. *Onehealth Plus Journal*, 2(1), 37-42.
- Ergün, U. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Akademik Erteleme Eğilimi, Mükemmeliyetçilik ve İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi).
- Ersever, Ö. H. (1996). *Karar Verme Becerileri Kazandırma Programının ve Etkileşim Grubu Deneyiminin Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Becerileri Üzerindeki Etkileri* (Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi).
- Eryılmaz, A. (2017). Pozitif Psikoterapiler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(3), 346-362.
- Ferrari, J. R., & Dovidio, J. F. (2000). Examining Behavioral Processes in Indecision: Decisional Procrastination and Decision-Making Style. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 127-137.
- Foresight Mental Capital and Wellbeing Project. (2008). *Final Project Report: Mental Capital and Well Being – Making the Most of Ourselves in the 21st Century*. Government Office for Science.

<https://www.gov.uk/government/publications/mental-capital-and-wellbeing-making-the-most-of-ourselves-in-the-21st-century>

- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. Washington Square Press.
- Frankl, V. (1988). *Discovering Meaning in Life*. Montreal, Éditions De L'homme.
- Frankl, V. E. (2004). *İnsanın Anlam Arayışı* (K. Ayhan, Çev.). Okuyan Us Yayınları. (Orijinal eser 1946'da yayımlanmıştır)
- Gable L.S., & Haidt J. (2005). What (And Why) is Positive Psychology? *Review of General Psychology*, 9(2), 103–110.
- Gambetti, E., Fabbri, M., Bensi, L., & Tonetti, L. (2008). A Contribution to the Italian Validation of the General Decision-Making Style Inventory. *Personality & Individual Differences*, 44(4), 842-852.
- Gati, I., & Tikotzki, Y. (1989). Strategies for Collection and Processing of Occupational Information in Making Career Decisions. *Journal of Counseling Psychology*, 36(4), 430–439. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.36.4.430>
- Geisler, M., & Allwood, C. M. (2017). Relating Decision-Making Styles to Social Orientation and Time Approach. *Journal of Behavioral Decision Making*, 31(3), 415-429. <https://doi.org/10.1002/bdm.2066>
- Gelatt, Harry B. (1962). Decision-Making: A Conceptual Frame of Reference for Counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 9(3), 240-245.
- Gelatt, H.B. (1989). Positive Uncertainty A New Decision-Making Framework for Counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 36. 252-256.
- Girard, A. J., Reeve, J. L., & Bonaccio, S. (2016). Assessing Decision-Making Style in French-Speaking Populations: Translation and Validation of the General Decision-Making Style Questionnaire. *Revue Européenne De Psychologie Appliquée/European Review of Applied Psychology*, 66(6), 325 333.
- Gonzalez, S. E. (2020). Ontological Well-Being, Emotional Intelligence, and Resilience in Health Care Professionals. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 8(2), 37-49. <https://doi.org/10.11648/J.Jpbs.20200802.11>
- Gordon, L. A., Larcker, D. F., & Tuggle, F. D. (1978). Strategic Decision Processes and the Design of Accounting Information Systems: Conceptual Linkages. *Accounting, Organizations and Society*, 3(3-4), 203-213.
- Göller, L., & Gürbüz, F. (2022). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluşları ile Üstbilişsel (Metakognitif) Düşünme ve Ruminatif Düşünceleri Arasındaki İlişkinin İncelemesi. *Humanistic Perspective*, 4(1), 64-81. <https://doi.org/10.47793/HP.1028294>
- Güçray, S. S. (1998). Relations Between Some Socio-Demographic Variables, Perceived Social Support From Family/Friends, Assertiveness and the Decision Response Style. *Turkish Psychol Counseling and Guidance, Journal* 2(9), 7-16.
- Güçray, S. S. (2001). Ergenlerde Karar Verme Davranışlarının Öz Saygı ve Problem Çözme Becerileri Algısı ile İlişkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(8), 1-13.
- Gülaç, M. (2025). *Kanser Hastalarında Depresyon ile Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Ontolojik İyi Oluşun Etkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Güngör, S., & Özcan, U. (2022). Karar Kuramı ve Karar Verme. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, (33), 119-125. <https://doi.org/10.31590/Ejosat.103568210282>

- Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., ... & Harney, P. (1991). The Will and the Ways: Development and Validation of An Individual Differences Measure of Hope, *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>
- Hau, K. T., Kong, C. K., & Marsh, H. W. (2003). Chinese Self-Description Questionnaire. *International Advances in Self Research*, (1), 49.
- Heidegger, M. (1996). *Being and Time* (J. Macquarrie & E. Robinson, Trans.). Oxford: Blackwell.
- Hofer, J., Busch, H., & Kiessling, F. (2008). Individual Pathways to Life Satisfaction: The Significance of Traits and Motives. *Journal of Happiness Studies*, 9, 503-520.
- Huppert, F.A. (2009). Psychological Well-Being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164.
- Husserl, E. (1993). *Arbeit An Den Phänomenen, Ausgewählte Schriften*. B. Waldenfels, Ed.). Suhrkamp.
- İme, Y., Soyer, M. K., & Keskinoglu, M. Ş. (2020). Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması. *Opus International Journal of Society Researches*, 16 (Eğitim ve Toplum Özel Sayısı), 5995-6013. <https://doi.org/10.26466/Opus.720827>
- Johnson, E. J., Payne, J. W., & Bettman, J. R. (1993). Adapting to Time Constraints. In *Time Pressure And Stress In Human Judgment and Decision Making* (Pp. 103-116). Boston, Ma: Springer.
- Jokisaari, M. (2003). Regret Appraisals, Age, and Subjective Well-Being. *Journal of Research in Personality*, 37(6), 487-503. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00033-3](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00033-3)
- Jokisaari, M. (2004). Regrets and Subjective Well-Being: A Life Course Approach. *Journal of Adult Development*, 11, 281-288. <https://doi.org/10.1023/B:JADE.0000044531.11605.d5>
- Kaba, İ. (2020). Ontolojik İyi-Oluş (Yaşam Projesi). *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12(1), 143-154. <https://doi.org/10.18863/Pgy.521397>
- Kalı Soyer, M., Keskinoglu, M. Ş., & İme, Y. (2021). Kişilik Özelliklerinin Karar Verme Stilleri ve Yaratıcı Düşünmeyi Yordama Düzeyleri. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(2), 1828-1863. <https://doi.org/10.17679/inuefd.938650>
- Kan, İ. (1998). *Biyoistatistik* (3. Basım, Ss. 56-67). Uludağ Üniversitesi Güçlendirme Vakfı Yayın No:128. Vipaş Yayınları.
- Kant, I. (1965). *Foundations of the Metaphysics of Morals*. Bobbs-Merrill, Subsidiary of Sams.
- Karataşoğlu, Y. (2019). *Ebeveynden Algılanan Psikolojik Kontrol ve Depresyon İlişkisinde Ontolojik İyi Oluşun Aracı Rolü* (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Karçkay, A. T. (2004). Karar Verme Stilleri Ölçeğinin Öğretmen Adayları İçin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Eurasian Journal of Educational Research (Ejer)*, (16).
- Kaşık, D. Z. (2009). Ergenlerde Karar Verme Stilleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. <https://hdl.handle.net/20.500.12395/520>
- Keegan, W. J. (1980). *How to Use the Keegan Type Indicator (KTI) and the Keegan Information Processing Indicator (KIPI)* Warren Keegan Associates Press.
- Kesici, Ş. (2002). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejilerinin Psikolojik İhtiyaç Örüntüleri ve Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi*, (Yayımlanmış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).

- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D., 2002, Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions, *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6),
- Kocayörük, E., Altıntaş, E., Şimşek, Ö. F., Bozanoğlu, İ., & Çelik, B. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Zaman Perspektifli İyi Oluş Düzeyleri: Kümeleme Analizi İncelemesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(3), 550-564.
- Kocayörük, E., Altıntaş, E., Tutgun, T., & Bozanoğlu, İ. (2018). *Anne-Babaya Bağlanma ve Ontolojik İyi Oluş İlişkisi: Bir Aracı Değişken Olarak Özerklik Gelişim Algısının Kültürler Arası Karşılaştırılması*.
- Koçel, T. (1998). İşletme Yöneticiliği: Yönetim ve Organizasyonlarda Davranış Klasik-Modern-Çağdaş Yaklaşımlar. *Beta Yayınları*.
- Koçel, T. (2007), İşletme Yöneticiliği, 11. Baskı, *Arıkan Basım Dağıtım Ltd. Şti*.
- Koçoğlu, E. (2010). *İşletmelerde Yöneticilerin Karar Verme Süreci ve Bu Süreçte Bilişim Teknolojilerinin Kullanımı*. (Atılım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi)
- Kökdemir, D. (2003). *Belirsizlik Durumlarında Karar Verme ve Problem Çözme*. (Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü)
- Kömürcü, S. (2024). *Bağlanma Stilleri ile Duygusal Yeme Arasındaki İlişkide Ontolojik İyi Oluşun Aracılık Etkisi*. (Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Rumeli Üniversitesi)
- Köse, A. (2002). *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Birinci Sınıf Öğrencilerinin Cinsiyet ve Algılanan Sosyo-Ekonomik Düzey Açısından Psikolojik İhtiyaçları ve Karar Verme Stratejilerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Köse, E. (2018). *Karar Verme Yetkinliği ve Yönetimsel Performans*. Nobel Yayınları.
- Köse, E. (2019). Karar Verme Tarzları ile Sorun Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin Araştırılması. *Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(4), 49-60.
- Kuyumcu, B. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Duygularını Fark Etmeleri ve İfade Etmeleri ile Psikolojik İyi Oluşları: Kültürlerarası Bir Karşılaştırma (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kuzgun, Y. (1992). Karar Stratejileri Ölçeği: Geliştirilmesi ve Standardizasyonu. VII. Ulusal Psikolojisi Kongre Çalışmaları. *Türk Psikologlar Derneği Yayını*, 161-170.
- Kuzgun, Y. (2000). Meslek Danışmanlığı: Kuramlar, Uygulamalar. *Nobel Yayınları*.
- Kuzgun, Y., & Bacanlı, F. (2005). Lise Öğrencileri İçin Mesleki Olgunluk Ölçeği El Kitabı. *Rehberlik ve Psikolojik Danışmada Kullanılan Ölçme Araçları ve Programlar Dizisi*, 3.
- Kuzgun, Y. (2006). Meslek Gelişimi ve Danışmanlığı (4.Baskı). *Nobel Yayınları*.
- Kuzucu, Y., Şimşek, Ö. F., & Atak, H. (2011). Yeni Bir Pozitif Ruh Sağlığı Değişkenine Doğru: Ontolojik İyi-Oluş Halinin Ölçülmesi, Kültürlerarası Geçerliliğinin Test Edilmesi ve Psikometrik Üstünlüklerinin Belirlenmesi.
- Leonard, N. H., Scholl, R. W., & Kowalski, K. B. (1999). Information Processing Style and Decision Making. *Journal of Organizational Behavior*, 20(3), 407-420.
- Leykin, Y., & Derubeis, R. J. (2010). Decision-Making Styles and Depressive Symptomatology: Development of the Decision Styles Questionnaire. *Judgment and Decision Making*, 5(7), 506-515.
- Lewis, M., & Todd, R. M. (2005). Getting Emotional: A Neural Perspective on Emotion, Intention, and Consciousness. *Journal of Consciousness Studies*, 12, 210-235

- Lu, L. (2001). Mutluluğu Anlamak: Çin Halk Psikolojisine Bir Bakış. *Mutluluk Dergisi Çalışmalar*, 2,407–432.
- Lucas, R. E. (2004). The Psychology of Life Satisfaction: A Subjective Well-Being Perspective. *Handbook of Positive Psychology*, 2(2), 167-187.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). *Unemployment Alters the Set Point for Life Satisfaction*. *Psychological Science*, 15(1), 8–13. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.01501002.x>
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111-131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111>
- Madvari, R. F., Bagheshahi, M., Sefidkar, R., Abad, A. D. A., Nodoushan, M. J., & Madvari, A. F. (2023). Association Between COVID-19 Anxiety, Psychological Distress, and Decision-making Styles in Nurses of a Selected Hospital in Yazd Province, Iran. *Epidemiology and Health System Journal*, 10(3), 112-117. https://www.ivysci.com/articles/4997589_Association_Between_COVID19_Anxiety_Psychological_Distress_and_Decisionmaking_Styles_in_Nurses_of_a
- Mann, L., Harmoni, R., & Power, C. (1989). Adolescent Decision Making: The Development of Competence. *Journal of Adolescence*. C.12. S.3:265 – 278.
- Marco, C. D., Hartung, P. J., Newman, I., & Parr, P. (2003). Validity of the Decisional Process Inventory. *Journal of Vocational Behavior*, C.63. S.1:1-19.
- McAdams, D. P. (2001). The Psychology of Life Stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100-122.
- McAdams, D. P. (2008). Personal Narratives and the Life Story. Theory and research. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of Personality: Theory and Research* (3rd ed., pp. 242–262). Guilford Press.
- McAllister, C. H., & Wolff, M. C. (2002). Letters Never Sent: Tending to Unfinished Business. *Journal of Poetry Therapy*, 15(4), 187–193.
- McGregor, I., & Little, B. R. (1998). Personal Projects, Happiness, and Meaning: On Doing Well and Being Yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 494. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.494>
- Mcknight, P. E., & Kashdan, T. B. (2009). Purpose in Life as A System That Creates and Sustains Health and Well-Being: An Integrative, Testable Theory. *Review of General Psychology*, 13(3), 242-251. <https://doi.org/10.1037/a0017152>
- Mieles Barrera, M. D., & Alvarado Salgado, S. V. (2012). Ciudadanías Y Competencias Ciudadanas. *Estudios Políticos*, (40), 53-75. <https://www.redalyc.org/pdf/164/16429068004.pdf>
- Mitroff, I. I., & Kilmann, R. H. (1975). On Evaluating Scientific Research: The Contribution of the Psychology of Science. *Technological Forecasting and Social Change*, 8(2), 163-174. [https://doi.org/10.1016/0040-1625\(75\)90047-5](https://doi.org/10.1016/0040-1625(75)90047-5)
- Morgan, T. Clifford (2004). Psikolojiye Giriş Ders Kitabı. (Çev: Hüsnü Arıcı ve Diğerleri). *Hacettepe Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yayınları*.
- Myers, I. B., P. B. Myers. (1997). Kişilik Farklı Tipler Farklı Yetenekler, Çeviri; Hüsnü Ovacık. *Kural Dışı Yayınları*.
- Nas, S. (2006). *Gemi Operasyonlarının Yönetiminde Kaptanın Bireysel Karar Verme Süreci Analizi ve Bütünleşik Bir Model Uygulaması*, (Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi).
- Nas, S. (2010). Karar Verme Stillerine Bilimsel Yaklaşımlar. *Dokuz Eylül Üniversitesi Denizcilik Fakültesi Dergisi*, 2(2), 43-65.

- Newby-Clark, I. R., & Ross, M. (2003). Conceiving the Past and Future. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(7), 807-818. □ <https://doi.org/10.1177/0146167203029007001> SAGE Journals
- Noone, J., "Concept Analysis of Decision Making", *Nursing Forum*, Vol:37, No:3, (2002). S.21 – 32. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.2002.tb01007.x>
- Norton, D. L. (1976). *Personal Destinies*. Princeton: Princeton University Press.
- Nussbaum, Mc (2001). Düşüncenin Altüst Oluşları: Duyguların Zekâsı. *Cambridge: Cambridge Üniversitesi Yayınları*.
- Nutt P.C. (1979). The Influence of Decision Style on Use of Decision Models. *Technological Forecasting and Social Change*, 14, 77-93. [https://doi.org/10.1016/0040-1625\(79\)90058-1](https://doi.org/10.1016/0040-1625(79)90058-1)
- Nutt, P. C. (1990). *Strategic Decisions Made by Top Executives and Middle Managers With Data and Process Dominant Styles*. *Journal of Management Studies*, 27(2), 173–194. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6486.1990.tb00759.x>
- O'Leary E, Nieuwstraten Im (2001). The Exploration of Memories in Gestalt Reminiscence Therapy. *Counselling Psychology Quarterly*, 14(2), 165–179. <https://doi.org/10.1080/09515070110057522>
- Onraet, E., Van Hiel, A., & Dhont, K. (2013). The Relationship Between Right-Wing Ideological Attitudes and Psychological Well-Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(4), 509–522. <https://doi.org/10.1177/0146167213478199>
- Ölçüm, D., & Titrek, O. (2015). The Effect of School Administrators' Decision-Making Styles on Teacher Job Satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 197, 1936-1946.
- Özcan, K. (1999). *Yöneticilerde Karar Verme ile Kaygı İlişkileri* (Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi).
- Öztürk, A. (1980). Modeller ve Karar Verme. *BİTİA İktisat Fakültesi Dergisi*, 1(1).
- Phillips, S.D, Pazienza, N.J.C Ferrin, H.H. (1984). Decision-Making Styles and Problem- Solving Appraisal. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 497-502. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.497>
- Prenda Km, Lachman Me (2001) Planning for the Future: A Life Management Strategy for Increasing Control and Life Satisfaction in Adulthood. *Psychology and Aging*, 16(2), 206–216. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.16.2.206>
- Quenzer, F. J. (2020). Ontological Well-Being and Hope: Predictors of Self-Esteem in Adolescents. *International Journal of Humanities and Social Science Research*, 8(1), 1-14. <https://doi.org/10.11648/J.Hssr.20200101.11>
- Raleigh, V. S. (2019). Trends in Life Expectancy in Eu and Other Oecd Countries: Why are Improvements Slowing?
- Reker, G. T., Peacock, E. J., & Wong, P. T. (1987). Meaning and Purpose in Life and Well Being: A Life-Span Perspective. *Journal of Gerontology*, 42(1), 44-49. <https://doi.org/10.1093/geronj/42.1.44>
- Remenova, K., & Jankelova, N. (2019). How Successfully Can Decision-Making Style Predict the Orientation Toward Well-Or Ill-Structured Decision-Making Problems. *Journal of Competitiveness*, (1). <https://doi.org/10.7441/joc.2019.01.07>
- Robinson, M. D., & Ryff, C. D. (1999). The Role of Self-Deception in Perceptions of Past, Present, and Future Happiness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25(5), 596-608. <https://doi.org/10.1177/0146167299025005005>
- Roese, N. J., & Summerville, A. (2005). What We Regret Most... And Why. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(9), 1273-1285. <https://doi.org/10.1177/0146167205274693>

- Rogers, C. R. (1951). Perceptual Reorganization in Client-Centered Therapy.
- Rowe, A. J. and J. D. Boulgarides (1994): Managerial Decision Making. *Prentice Hall*
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). *On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being*. Annual Review of Psychology, 52, 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is Everything, Or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1989a). Beyond Ponce De Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200103>
- Ryff, C. D. (1989b). *Happiness is Everything, or is it? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being*. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M., (1995). The Strucrer of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The Contours of Positive Human Health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0901_1
- Ryff, C. D. & Singer, B., (2008), Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being, *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Ryff, C. D. (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D. (2014). Self-Realisation and Meaning Making in the Face of Adversity: A Eudaimonic Approach to Human Resilience. *Journal of Psychology in Africa*, 24(1), 1-12. <https://doi.org/10.1080/14330237.2014.904098>
- Sağır, C. (2006). *Karar Verme Sürecinin Etkileyen Faktörler ve Karar Verme Sürecinde Etiğin Önemi: Uygulamalı Bir Araştırma*. (Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Saltık, D. (2021). *Öz-Şefkat, Bilişsel Esneklik ve İletişim Becerilerinin Çiftlerin Ontolojik İyi Oluşu Üzerine Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Sandvik, E., Diener, E., & Seidlitz, L. (1993). Subjective Well-Being: The Convergence and Stability of Self-Report and Non-Self-Report Measures. *Journal of Personality*, 61(3), 317-342. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1993.tb00283.x>
- Santor, D. A., & Zuroff, D. C. (1994). Depressive Symptoms: Effects of Negative Affectivity and Failing to Accept the Past. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 294-312. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302_8
- Sardoğan, M. E., Karahan, T. F., & Kaygusuz, C. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Kullandıkları Kararsızlık Stratejilerinin Problem Çözme Becerisi, Cinsiyet, Sınıf Düzeyi ve Fakülte Türüne Göre İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 78-97.

- Sarıkaya, O., & Atsan, N. (2021). Karar Verme Stili ve Risk Alma Eğilimi: X ve Y Kuşakları Açısından Bir Değerlendirme. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 12(30), 599-611.
- Sarın, M. N. (2024). *Bireylerde Psikolojik Sağlamlığın Travma Sonrası Büyümeye Etkisinde Ontolojik İyi Oluşun Aracı Rolü* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Rumeli Üniversitesi).
- Sarıtaş-Atalar, D., & Kağıtçıbaşı, C. (2014). Türk Ergenlerin Ontolojik İyi Oluşunun Benlik Saygısı, Akademik Başarı ve Genel İyi Oluşla İlişkisi. *Mutluluk Çalışmaları Dergisi*, 15(2), 377-400.
- Schimmack, U. (2008). The Structure of Subjective Well-Being. *The Science of Subjective Well-Being*, 54(1), 97-123.
- Schwarz, N., & Strack, F. (1991). Evaluating One's Life: A Judgment Model of Subjective Well-Being. In F. Strack, M. Argyle & N. Schwarz (Eds.), *Subjective Well-Being: An Interdisciplinary Perspective* (Pp. 27-47). Pergamon Press.
- Scott, S. G., & Bruce, R. A. (1995). Decision-Making Style: The Development and Assessment of A New Measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5), 818-831. <https://doi.org/10.1177/0013164495055005017>
- Seligman, M. E. P. (1998). *Learned Optimism*. Simon and Schuster Inc.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive Psychology: An Introduction* (Vol. 55, No. 1, P. 5). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Seligman, M. E. P. (2011). Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being. *Free Press*.
- Shiloh, S., Koren, S., & Zakay, D. (2001). Individual Differences in Compensatory Decision-Making Style and Need for Closure as Correlates of Subjective Decision Complexity and Difficulty. *Personality and Individual Differences*, 30(4), 699-710. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00070-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00070-4)
- Shmotkin D. (2005) Happiness in the Face of Adversity: Reformulating the Dynamic and Modular Bases of Subjective Well-Being. *Rev Gen Psychol*, 9:291-325. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.4.291>
- Simon, H. (1976). Administrative Behavior A Study of Decision: Making Processes in Administrative Organization (3. Baskı). *The Free Press*.
- Singer, J. A., & Bluck, S. (2001). New Perspectives on Autobiographical Memory: The Integration of Narrative Processing and Autobiographical Reasoning. *Review of General Psychology*, 5(2), 91-99. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.91>
- Sitko, E., Płudowska, M., Cichy-Jasiocha, B., Bartczuk, R., & Sękowski, A. E. (2025). How to Make Decisions in Style? Psychological Correlates of Decision-Making Styles. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 44(1), 65-85. <https://doi.org/10.17951/Lrp.2025.44.1.65-85>
- Soyer, K. (2021). Levels of Personality Traits to Predict Creative Thinking and Decision Making Styles. <https://doi.org/10.17679/inuefd.938650>
- Sproles E. K. and G. B. Sproles (1990): Consumer Decision-Making Styles s A Function of Individual Learning Styles. *the Journal of Consumer Behaviour*, Vol 24 No:1.
- Staudinger Um (2001) Life Reflection: A Social-Cognitive Analysis of Life Review. *Rev Gen Psychol*, 5:148-160. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.148>
- Staudinger, U. M., Bluck, S., & Herzberg, P. Y. (2003). Looking Back and Looking Ahead: Adult Age Differences in Consistency of Diachronous Ratings of Subjective Well-Being. *Psychology and Aging*, 18(1), 13. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.18.1.13>

- Steel, P., & Ones, D. S. (2002). Personality and Happiness: A National-Level Analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(3), 767. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.3.767>
- Snyder, C. R. (2002). Hope Theory: Rainbows in the Mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). *The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life*. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Şahin, E. N. (2018). *Dil Kullanımı ile Depresyon İlişkisinde Varoluşsal İyi-Oluş ve Duygusal Zekânın Aracılık Rolü* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi).
- Şenol, Ç. (2018). *Mutlak Gerçek İhtiyacı ile Depresyon İlişkisinde Ontolojik İyi-Oluş ve Duygusal Zekânın Aracılık Rolü* (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Şimşek, Ö. F. (2009). Happiness Revisited: Ontological Well-Being as A Theory-Based Construct of Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 10, 505-522. <https://doi.org/10.1007/S10902-008-9105-6>
- Şimşek, Ö. F. (2011). An Intentional Model of Emotional Well-Being: The Development and Initial Validation of A Measure of Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 12(3), 421-442. <https://doi.org/10.1007/S10902-010-9203-0>
- Şimşek, Ö. F. (2013). Self-Absorption Paradox is Not A Paradox: Illuminating the Dark Side of Self-Reflection. *International Journal of Psychology*, 48(6), 1109-1121. <http://dx.doi.org/10.1080/00207594.2013.778414>
- Şimşek, Ö. F., & Kocayörük, E. (2013). Affective Reactions to One's Whole Life: Preliminary Development and Validation of the Ontological Well-Being Scale. *Journal of Happiness Studies*, 14, 309-343. <https://doi.org/10.1007/S10902-012-9333-7>
- Tambe, A., & Krishnan, V. R. (2000). Leadership in Decision-Making. *Indian Management*, 39(5), 69-79.
- Taşçı Kuzu, D. (2014). *Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Depresyon İlişkisinin Açıklanmasında Ontolojik İyi Oluş Değişkeninin Aracı Rolü: Bir Yol Analizi Çalışması* (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi).
- Taşdelen, A. (2001). Öğretmen Adaylarının Bazı Psiko Sosyal Değişkenlere Göre Karar Verme Stilleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(10), 40-52.
- Tatlılıoğlu, K. (2014). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Öz-Saygı Düzeyleri ile Karar Verme Stilleri Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(1), 150-170
- Tiryaki, M. G. (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Davranışlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Topal, E. (2016). *Çocukluk Çağı Travmaları ile Ruh Sağlığı İlişkisinde Ontolojik İyi-Oluş Düzeyinin Aracılık Etkisinin Yapısal Eşitlik Modellemesi ile Test Edilmesi* (Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Tosun, K. (1992). *İşletme Yönetimi* (6. Baskı). *Savaş Yayınları*.
- Tosun, K. (2000). *İşletme Yönetimi*. *Savaş Yayınları*.
- Thunholm, P. (2004). Decision-Making Style: Habit, Style or Both? *Personality and Individual Differences*, 36(4), 931-944 [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00170-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00170-3)
- Tunç, P. (2021). Covid-19 Pandemisinde, Travmatik Stres Belirtileri ve Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Anksiyetenin Aracı Rolü. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry* 13(Suppl 1), 40-58. <https://doi.org/10.18863/Pgy.892821>

Türk Dil Kurumu. (2005). Büyük Türkçe Sözlük. *Tdk Yayınları*.

Ulaş, A. H., Epçaçan, C., Epçaçan, C., & Koçak, B. (2015). Öğretmen Adaylarının Karar Vermede Özsaygı Düzeyi ve Karar Verme Stilllerinin İncelenmesi. *Turkish Studies*, 10(3), 1031-1052. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.7684>

Uluçınar, Ş., Sağıroğlu, Ş. & Yılmaz, H. (2018). Türk Sağlık Çalışanlarında Ontolojik İyi Oluşun İş Tatmini ve İşten Ayrılma Niyetiyle İlişkisi.

Usal, A., & Kuşlvan, Z. (2000). Davranış Bilimleri:(Sosyal Psikoloji). *Fakülteler Kitabevi Barış Yayınları*.

Uzonwanne, F. (2014). Leadership Styles and Decision-Making Models Among Corporate Leaders in Non-Profit Organizations in North America. *Journal of Public Affairs*, 15(3), 287-299. <https://doi.org/10.1002/Pa.1530>

Ümmet, D., 2020, Tüm Kavram ve Yaklaşımlarıyla Pozitif Psikoloji, *Pegem Akademi Yayıncılık*.

Üngüren, E. (2011). *Psikobiyolojik Kişilik Kuramı Ekseninde Yöneticilerin Kişilik Özellikleri, Karar Verme Stilleri ve Örgütsel Sonuçlara Yansımaları*. (Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi)

Vitterso, J. (2004). Subjective Well-Being Versus Self-Actualization: Using the Flow-Simplex to Promote A Conceptual Clarification of Subjective Quality of Life. *Social Indicators Research*, 65, 299–331.

Ward, A., Webster, M., Ward, A., & Webster, M. (2016). Collective Decision Making. *Sociality: The Behaviour of Group-Living Animals*, 149-174.

Waterman, A. S. (1993). Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691.

Wong, P. T. P. (2010). Meaning Therapy: an Integrative and Positive Existential Psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 40(2), 85–99. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9132-6>

Wrosch, C., & Heckhausen, J. (2002). Perceived Control of Life Regrets: Good for Young and Bad for Old Adults. *Psychology and Aging*, 17(3), 340–350. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.3.340>

Yalom, I. D. (1980). Existential Psychotherapy. *Basic Books*.

Yıldırım, E., & Uzunöz, M. (2021). İktisadi Beklentiler ve Karar Almada Deneyimsel ve Bilişsel Süreçler. *Siyasal: Journal of Political Sciences*, 30(1), 169-191. <https://doi.org/10.26650/Siyasal.2021.30.1.0019> <http://jps.istanbul.edu.tr>

Yılmaz, E., & Altınok, V. (2010). Öğretmen Adaylarının Duygusal Zekâ Düzeylerinin Karar Vermede Özsaygı ve Karar Verme Stilllerini Yordama Gücü. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(3), 685–705.

Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2007). A Theory of Regret Regulation 1.0. *Journal of Consumer Psychology*, 17(1), 3–18. https://doi.org/10.1207/s15327663jcp1701_3

Zeleny, M. (1982). Multiple Criteria Decisiort Making. *McGraw-Hill*.

Zhang, X. (2020). The Relationship Between Ontological Well-Being, Perceived Social Support, and Depression Among Chinese College Students. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 10(2), 45-52. <https://doi.org/10.11648/J.Ijpbs.20201002.13>

Zika S, Chamberlain K (1992) on the Relation Between Meaning in Life and Psychological Well-Being. *British Journal of Psychology*, 83, 133-145.

Zunker, V.G. (1989). Career Counseling: Applied Concepts of Life Planing. *Brooks/Cole Publishing Company*.

8. EKLER

Ek 1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Yaşınız: ____

Cinsiyetiniz:

☐ Kadın ☐ Erkek

Medeni durumunuz:

☐ Evli ☐ Bekar ☐ Boşanmış ☐ Dul ☐ Birlikte Yaşıyor

Eğitim durumunuz:

☐ Okuryazar ☐ İlköğretim ☐ Lise ☐ Lisans ☐ Lisansüstü

Çalışıyor musunuz?

☐ Evet ☐ Hayır

Kronik bir rahatsızlığınız var mı?

☐ Evet (Belirtiniz: _____) ☐ Hayır

Psikolojik rahatsızlığınız var mı?

☐ Evet (Belirtiniz: _____) ☐ Hayır

Geçmişte herhangi bir psikolojik rahatsızlık tanısı aldınız mı?

☐ Evet (Belirtiniz: _____) ☐ Hayır

Herhangi bir ilaç kullanıyor musunuz?

☐ Evet (Belirtiniz: _____) ☐ Hayır

Ek 2. Yaşam Projesi Ölçeği (Ontolojik İyi Oluş)

Lütfen yaşamınızı geçmiş, bugün ve geleceğiyle kişisel bir proje olarak düşünün. Her proje gibi, yaşamınızın da tamamlanmış (GEÇMİŞ), yaşanmakta olan (ŞİMDİ) ve yaşanacak (GELECEK) parçaları söz konusudur. Sizden beklenen, bu parçaların her birine kendi içinde bir bütün olarak baktığınızda, verilen duyguları ne kadar yoğun hissettiğinizi yandaki ölçeklendirmeyi dikkate alarak derecelendirmenizdir.	Hiç Hissetmiyorum	Biraz Hissediyorum	Yığın Hissediyorum	Oldukça Yoğun Hissediyorum	Çok Yoğun Hissediyorum
YAŞAM PROJEMİN TAMAMLANMIŞ KISMINA BAKTIĞIMDA					
01. Gurur duyuyorum ®	1	2	3	4	5
02. Hayal kırıklığı hissediyorum	1	2	3	4	5
03. Tatmin yaşıyorum ®	1	2	3	4	5
04. Pişmanlık hissediyorum	1	2	3	4	5
05. Üzüntü duyuyorum	1	2	3	4	5
06. Suçluluk hissediyorum	1	2	3	4	5
07. Yetersizlik hissediyorum	1	2	3	4	5
YAŞAM PROJEMİN YAŞAMAKTA OLDUĞUM KISMINA BAKTIĞIMDA					
08. Yorgun hissediyorum ®	1	2	3	4	5
09. Coşkulu hissediyorum	1	2	3	4	5
10. Amaçsız hissediyorum	1	2	3	4	5
11. Kaybolmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
12. Motive olmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
13. Enerjik hissediyorum	1	2	3	4	5
14. Heyecanlı hissediyorum	1	2	3	4	5
15. Sorumsuz hissediyorum	1	2	3	4	5
16. Bomboş hissediyorum	1	2	3	4	5
17. Kaygılı hissediyorum	1	2	3	4	5
18. Çaresiz hissediyorum	1	2	3	4	5
YAŞAM PROJEMİN GELECEĞİNİ DÜŞÜNDÜĞÜMDE					
19. Umutlu hissediyorum	1	2	3	4	5
20. Güçlü hissediyorum	1	2	3	4	5
21. Kendinden emin hissediyorum	1	2	3	4	5
22. Cesur hissediyorum	1	2	3	4	5
23. Dört gözle beklediğimi hissediyorum	1	2	3	4	5
24. Hevesli hissediyorum	1	2	3	4	5

Ek 3. Psikolojik İyi Olma Yaşamdaki Amaç Alt Ölçeği

Aşağıda kendiniz ve yaşamınız hakkında hissettiklerinizle ilgili bir dizi ifade yer almaktadır. Lütfen doğru veya yanlış cevap olmadığını unutmayınız. Her bir cümleye katılma ya da katılmama durumunuzu en iyi şekilde gösteren numarayı işaretleyiniz.		Hiç katılmıyorum	Çoğunlukla katılmıyorum	Kısmen katılmıyorum	Kısmen katılıyorum	Çoğunlukla katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1	Geçmişte yaptıklarımı ve gelecekte yapmak istediklerimi düşündüğümde kendimi iyi hissederim.	1	2	3	4	5	6
2	İçinde bulunduğum günü yaşarım ve geleceğe yönelik gerçekten hiçbir şey düşünmem.	1	2	3	4	5	6
3	Şimdiye odaklanmayı tercih ederim, çünkü gelecek daima sorunları da beraberinde getirir.	1	2	3	4	5	6
4	Yaşamımın bir yönü ve amacı olduğu hissine sahibim.	1	2	3	4	5	6
5	Günlük yaşam olayları çoğunlukla bana saçma ve önemsiz gelir.	1	2	3	4	5	6
6	Yaşamda ne elde etmeye çalıştığımı yönelik sağlıklı bir hisse sahip değilim.	1	2	3	4	5	6
7	Eskiden kendime amaçlar belirlerdim, fakat şimdi bu tür şeyler zaman kaybı gibi görünüyor.	1	2	3	4	5	6
8	Geleceğe yönelik planlar yapmaktan ve onları gerçekleştirmek için çalışmaktan zevk alırım.	1	2	3	4	5	6
9	Kendim için belirlediğim planlarımı yerine getirmede aktif bir kişiyim.	1	2	3	4	5	6
10	Bazı insanlar yaşamını amaçsızca geçirir ancak ben onlardan biri değilim.	1	2	3	4	5	6
11	Bazen kendimi yapılması gereken her şeyi yapmış gibi hissederim.	1	2	3	4	5	6
12	Yaşam amaçlarım benim için bir hayal kırıklığı değil doyum kaynağı olmuştur.	1	2	3	4	5	6
13	Yaşamdan neler kazandığımı düşünmek benim için doyum vericidir.	1	2	3	4	5	6
14	Genel bir değerlendirme yaptığımda yaşamdan elde ettiklerimin çok fazla olduğundan emin değilim.	1	2	3	4	5	6

Ek 4. Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ)

Aşağıda bireylerin önemli kararları nasıl aldıklarını tanımlayan ifadeler verilmiştir. Lütfen her ifade için, o ifadeye ne düzeyde katıldığınızla ilgili seçeneği işaretleyerek belirtiniz ve maddelerin tümünü yanıtlayınız. Yardımlarınız için teşekkür ederim.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
Karar vermeden önce emin olmak için bilgi kaynaklarımı iki kere kontrol ederim.					
Karar vermeden önce doğru gerçeklerim vardır.					
Mantıklı ve sistematik bir yolla karar veririm.					
Karar vermem dikkatli düşünmemi gerektirir.					
Karar verirken belirli bir amaca yönelik değişik seçenekleri göz önünde bulundururum.					
Kararlarımı verirken içgüdülerime güvenirim.					
Bir karar verirken sezgilerime güvenme eğilimindeyimdir.					
Genellikle doğruluğunu hissettiğim kararlar veririm.					
Kararlarımı verirken benim için akılcı bir nedenden daha çok, verdiğim kararın doğruluğunu hissetmem daha önemlidir.					
Karar verirken içimden gelen duygu ve tepkilere güvenirim.					
Önemli kararlar alırken başkalarının yardımına sık sık ihtiyaç duyarım.					
Önemli kararlarımı, nadiren başkalarına danışmadan alırım					
Eğer başkalarının desteğine sahipsem önemli kararları almak benim için daha kolaydır.					
Önemli kararlarımı alırken başkalarının tavsiyelerinden yararlanırım.					
Önemli kararlar ile yüzleştiğim zaman birinin bana doğru yolu göstermesi hoşuma gider.					
Üzerimde baskı hissetmediğim sürece önemli kararlarımı almaktan kaçınırım.					
Mümkün olduğunca kararlarımı ertelerim.					
Önemli kararları alma aşamasına gelinceye kadar karar vermeyi sık sık ertelerim.					
Önemli kararlarımı, genellikle son dakikada veririm.					
Üzerinde düşünmek beni rahatsız ettiği için pek çok kararı ertelerim.					
Genellikle ani kararlar veririm.					
Kararlarımı, çoğunlukla o anda veririm.					
Çabuk karar veririm.					
Kararlarımı, sıklıkla düşünmeden veririm.					
Kararlarımı verirken, o anda doğal olan ne ise onu yaparım.					

Ek 5. Akılcı ve Sezgisel Karar Verme Stilleri Ölçeği (ASKVSÖ)

		Hiçbir zaman (1)	(2)	(3)	(4)	(5)
		Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Sıklıkla	Her zaman
1.	Bir karar almadan önce gerekli bütün bilgileri toplamayı tercih ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2.	Nihai kararımı vermeden önce farklı karar seçeneklerini detaylıca incelerim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3.	Karar verirken, o durumun artı/eksilerini, ya da risklerini/yararlarını düşünüp taşınmaya zaman ayırıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4.	Karar verme sürecimin önemli bir bölümü gerçekleri araştırmaktır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5.	Karar verirken birçok farklı durumu ölçüp tartarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6.	Karar verirken esas itibarıyla sezgilerime güvenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7.	Karar verirken genellikle önsezime göre hareket ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8.	Kararlarımı sezgilerime dayanarak alırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9.	Karar verirken ilk izlenimlerime güvenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10.	Karar verirken analizden çok hislerime ağırlık veririm.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)