

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BELİRSİZLİĞE
TAHAMMÜLSÜZLÜK DÜZEYLERİ İLE PSİKOLOJİK İYİ
OLMA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

FİLİZ MİNE ERGUVAN

**DANIŞMAN
YRD. DOÇ. DR. ÜMİT SAHRANÇ**

EKİM 2015

**T.C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
EĞİTİMDE PSİKOLOJİK HİZMETLER BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BELİRSİZLİĞE
TAHAMMÜLSÜZLÜK DÜZEYLERİ İLE PSİKOLOJİK İYİ
OLMA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

FİLİZ MİNE ERGUVAN

**DANIŞMAN
YRD. DOÇ. DR. ÜMİT SAHRANÇ**

EKİM 2015

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu, akademik ve etik kuralları gözeterek çalıştığımı ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt ederim.

F. Mine

Filiz Mine ERGUVAN

“Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin İncelenmesi” başlıklı bu yüksek lisans tezi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalında hazırlanmış ve jürimiz tarafından kabul edilmiştir.

Başkan Yrd. Doç. Dr. Umit SAHANG (imza)
Akademik Unvanı, Adı- Soyadı

Üye Yrd. Doç. Dr. Serhat ARSLAN (imza)
(Danışman) Akademik Unvanı, Adı- Soyadı

Üye Yrd. Doç. Dr. Nerin AKINCI GÖZÜK (imza)
Akademik Unvanı, Adı- Soyadı

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

27./11/2015

(İmza)



Doç. Dr. Halil İbrahim SAĞLAM
Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Günlük hayatımızda sıkça belirsiz durumlarla karşılaşmakta ve birey olarak bu durumlara verilen tepkiler farklılaşmaktadır. Psikopatolojik bir kavram olarak görülen belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz durumları tehdit olarak algılama yanlılığı ve bilişsel, duygusal, davranışsal olumsuz tepki verme eğilimi olarak ifade edilmektedir. Pozitif psikolojiden temelini alan psikolojik iyi olma kavramı da bireyin kendine ilişkin düşüncelerini araştırmasını ve düşüncelerine ilişkin farkındalık sağlamasını, kendi standartlarını ölçüt alarak kendini değerlendirmesini, değerlerini savunmasını, değerlerine uygun seçimler yapmasını ve belirlediği amaçlara ulaşmak için çaba göstermesini ifade etmektedir. Bu iki kavram da yaşamda bizi yakından etkileyen kavramlar olup iki kavram arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenlerle olan ilişkisinin araştırılmasının psikoloji literatürüne katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Öncelikle tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Ümit Sahraç'a, yüksek lisans dönemim boyunca sabrı ve desteği için değerli hocam Doç. Dr. Ahmet Akın'a, Tüm hayatım boyunca bana her türlü desteği veren sevgili aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK DÜZEYLERİ İLE PSİKOLOJİK İYİ OLMA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

ERGUVAN, Filiz Mine

Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı

Danışman: Yrd. Doç. Dr. Ümit Sahranç

Ekim, 2015. 118 + xvi Sayfa.

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeylerini cinsiyet, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları açısından incelenmesidir. Araştırmanın çalışma grubu; 2013-2014 Eğitim-Öğretim yılında Marmara Üniversitesi, Sakarya Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sütçü İmam Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 426 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada öğrencilerin; cinsiyeti, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumu değişkenleri hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini belirlemek amacıyla Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından geliştirilen ve Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça (2014) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği-Kısa Formu ile öğrencilerin psikolojik iyi olma düzeylerini belirlemek amacıyla, Ryff (1989) tarafından geliştirilen ve Akın, Demirci, Yıldız, Gediksiz ve Eroğlu (2012) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Psikolojik İyi Olma Ölçekleri'nin 42 maddelik formu kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama araçları ile elde edilen verilerin çözümlenmesi SPSS 15.0 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde; Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır.

Araştırma sonucunda: belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. İleriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Çevresel hakimiyet, bireysel gelişim,

diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve toplam psikolojik iyi olma düzeyleri açısından (kız öğrenciler lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Algılanan ebeveyn tutumları grupları ile engelleyici kaygı boyutu arasında farklılık bulunmamıştır. İleriye yönelik kaygı ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi açısından koruyucu ile demokratik ebeveyn tutumları arasında (koruyucu ebeveyn tutumları lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Algılanan ebeveyn tutumları açısından özerklik boyutunda demokratik ebeveyn ile koruyucu ebeveyn tutum puanları arasında (demokratik ebeveyn tutumu lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutunda otoriter ebeveyn ile koruyucu ebeveyn tutum puanları arasında (otoriter ebeveyn tutumları lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Özkabul boyutunda otoriter ebeveyn ile koruyucu ebeveyn tutum puanları arasında (otoriter ebeveyn tutumu lehine) ve otoriter ebeveyn ile demokratik ebeveyn tutum puanları arasında (otoriter ebeveyn tutumları lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Çevresel hakimiyet, bireysel gelişim ve toplam psikolojik iyi olma açısından otoriter ebeveyn ile koruyucu ebeveyn tutum puanları arasında (otoriter ebeveyn tutumu lehine) ve demokratik ebeveyn ile koruyucu ebeveyn tutum puanları arasında (demokratik ebeveyn tutumları lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Algılanan gelir düzeyi açısından ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi açısından farklılaşma bulunmamıştır. Algılanan gelir düzeyi açısından özerklik boyutunda iyi gelir ile orta gelir düzeyi puanları arasında (iyi gelir düzeyi lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, özkabul ve toplam psikolojik iyi olma açısından iyi gelir ile yetersiz gelir düzeyi puanları arasında (iyi gelir lehine) ve orta gelir ile yetersiz gelir düzeyleri puanları arasında (orta gelir lehine) anlamlı farklılık bulunmuştur. Elde edilen bulgular ışığında araştırmadan elde edilen sonuçlar tartışılmış ve gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Psikolojik İyi Olma, Üniversite Öğrencileri

ABSTRACT

AN EXAMINATION OF INTOLERANCE OF UNCERTAINTY LEVELS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS

ERGUVAN, Filiz Mine

Master's Thesis, Sakarya University, Institute of Educational Sciences,

Department of Educational Sciences,

Subfield of Psychological Services in Education

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Ümit Sahranç

October, 2015. 118+ xvi Pages

The aim of this study is examining of intolerance of uncertainty levels and psychological well-being levels regarding perceived economic level and perceived parental attitudes of university students. The study group of the research composed of 426 university students from various departments of Marmara, Sakarya, Anadolu, Yıldız Technical, Sütçü İmam University.

In the research, a personal information form, developed by the reserarcher, was used to gather demographic variables related to gender, perceived economic level and perceived parental attitude. In order to find out the level of intolerance of uncertainty of the students, Intolerance of Uncertainty Scale Short Form developed by Carleton, Norton and Asmundson (2007) and adopted to Turkish by Sarıçam, Erguvan, Akın and Akça (2014). To determine the level of psychological well-being of the students, The Scales of Psychological Well-Being with 42 items, developed by Ryff (1989) and adopted to Turkish by Akın, Demirci, Yıldız, Gediksiz and Eroğlu (2012) was used.

The data gathered by the scales and personal information form were analyzed by SPSS 15.0 software. In data analysis, Pearson product-moment correlation coefficient, t-test, One-Way Variance Analysis (ANOVA) were used. The results of the research revealed that: A negative and significant relationship between intolerance of uncertainty and psychological well-being. The levels of prospective anxiety, inhibitory anxiety and intolerance of uncertainty were not signigicantly differed according to gender. There were significant differences between women and

men students in which women students had higher scores regarding environmental mastery, personal growth, positive relations with others, purpose in life and total psychological well being. There were no significant differences between perceived parental attitudes and inhibitory anxiety. Regarding students' total intolerance of uncertainty levels, there were significant differences between protective family and democratic parental attitudes (that is protective family higher scores). Regarding autonomy dimension, there was a significant difference between democratic and protective parental attitudes (that is democratic parental attitude higher scores). Regarding positive relations with others dimension; there were significant differences between authoritarian parental attitude and protective parental attitude (that is authoritarian parental attitude higher scores). Regarding self-acceptance dimension, there were significant differences between authoritarian parental attitude and protective parental attitude (that is authoritarian parental attitude higher scores) and between authoritarian parental attitude and democratic parental attitude (that is authoritarian parental attitude high scores). Regarding environmental mastery, personal growth dimensions and total psychological well being, there were significant differences between authoritarian and protective parental attitudes (that is authoritarian parental attitude higher scores) and between democratic and protective parental attitudes (that is democratic parental attitude higher scores). Regarding perceived economic status, there were no significant differences between prospective and inhibitory anxiety levels and intolerance of uncertainty levels. Regarding perceived economic status, there was significant difference of the autonomy levels of the students between well-income and middle income (that is well-income level higher scores). Regarding perceived economic status, there were significant differences between well-income and low income (that is well-income higher scores) and between middle income and low income (that is middle income higher scores) on the dimensions of environmental mastery, personal growth, positive relations with others, purpose in life, personal growth and total psychological well being. In the light of findings, the results were discussed and some suggestions were presented for future study.

Keywords: Intolerance of Uncertainty, Psychological Well-being, University Students.

İÇİNDEKİLER

Bildirim	i
Jüri Üyelerinin İmza Sayfası	ii
Önsöz	iii
Türkçe Özet	iv
İngilizce Özet	vi
İçindekiler	viii
Tablolar Listesi	xi
Şekiller Listesi	xvi
1. Bölüm, Giriş	1
1.1 Problem Cümlesi	3
1.2 Alt Problemler	4
1.3 Araştırmanın Önemi	6
1.4 Araştırmanın Varsayımları	8
1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları	8
1.6 Tanımlar	8
1.7 Simgeler ve Kısaltmalar	9
2 Bölüm, Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi ve İlgili Araştırmalar	10
2.1 Araştırmanın Kuramsal Çerçevesi	10
2.1.1 Belirsizliğe Tahammülsüzlük	10
2.1.1.1 Belirsizliğe Tahammülsüzlük Kavramının Gelişimi.....	10
2.1.1.2 Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçekleri	15
2.1.1.3 Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Psikopatoloji	18
2.1.1.3.1 Endişe ve Yaygın Anksiyete Bozukluğu.....	18
2.1.1.3.2 Obsesif-Kompulsif Bozukluk.....	20
2.1.1.3.3 Kaygı	22
2.1.2 Psikolojik İyi Olma	23
2.1.2.1 Geleneksel Psikoloji ve Pozitif Psikolojinin Ayak Sesleri.....	23
2.1.2.2 Pozitif Psikoloji.....	24
2.1.2.3 İyi Olma	25
2.1.2.3.1 Öznel İyi Olma.....	27
2.1.2.3.2 Psikolojik İyi Olma	29

2.1.2.4 Ryff'in Psikolojik İyi Olma Modeli	30
2.1.2.4.1 Ryff'in Psikolojik İyi Olma Modelinin Alt Boyutları	31
2.1.2.4.1.1 Özkabul	32
2.1.2.4.2.2 Diğerleri ile Olumlu İlişkiler	32
2.1.2.4.2.3 Özerklik	32
2.1.2.4.2.4 Yaşam Amacı	33
2.1.2.4.2.5 Bireysel Gelişim	33
2.1.2.4.2.6 Çevresel Hakimiyet	34
2.2 İlgili Araştırmalar	34
2.2.1 Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile İlgili Araştırmalar	34
2.2.2 Psikolojik İyi Olma ile İlgili Araştırmalar	36
2.3 Alanyazın Taramasının Sonucu	38
3 Bölüm, Yöntem	41
3.1 Araştırmanın Modeli	41
3.2 Çalışma Grubu	41
3.3 Veri Toplama Araçları	42
3.3.1 Kişisel Bilgi Formu	42
3.3.2 Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği-Kısa Formu	42
3.3.3 Psikolojik İyi Olma Ölçekleri	44
3.4 Verilerin Toplanması	46
3.5 Veri Analiz Teknikleri	46
4 Bölüm, Bulgular ve Yorum	47
4.1 Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Arasında Anlamlı İlişki Olup Olmadığına İlişkin Bulgular.....	47
4.2 Çeşitli Değişkenler Açısından Belirsizliğe Tahammülsüzlüğe İlişkin Bulgular	48
4.3 Çeşitli Değişkenler Açısından Psikolojik İyi Olmaya İlişkin Bulgular	58
5. Bölüm, Sonuç, Tartışma ve Öneriler	88
5.1 Sonuç ve Tartışma	88
5.1.1 Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Psikolojik İyi Olma	88
5.1.2 Çeşitli Değişkenler Açısından Belirsizliğe Tahammülsüzlük.....	90
5.1.2.1 Cinsiyet ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük	90
5.1.2.2 Algılanan Gelir Düzeyi ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük	91
5.1.2.3 Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük	92

5.1.3 Çeşitli Değişkenler Açısından Psikolojik İyi Olma.....	93
5.1.3.1 Cinsiyet ve Psikolojik İyi Olma	93
5.1.3.2 Algılanan Gelir Düzeyi ve Psikolojik İyi Olma	95
5.1.3.3 Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Psikolojik İyi Olma	96
5.2 Öneriler	98
5.2.1 Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler	98
5.2.2 İleride Yapılabilecek Araştırmalar İçin Öneriler	98
Kaynakça	100
Ekler	114
Özgeçmiş ve İletişim Bilgileri	118

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Kavramları Arasındaki Benzerlik ve Farklılıklar	11
Tablo 2. Çalışma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri	42
Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri İle Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Tablosu	47
Tablo 4. İleriye Yönelik Kaygı Açısından Kız Ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	48
Tablo 5. Engelleyici Kaygı Açısından Kız Ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	49
Tablo 6. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Açısından Kız Ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	49
Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Betimsel İstatistikleri	50
Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	50
Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Betimsel İstatistikleri	51
Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	51
Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Betimsel İstatistikleri	52
Tablo 12. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	52
Tablo 13. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre İleriye Yönelik Puanlarının Betimsel İstatistikleri	53
Tablo 14. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	53
Tablo 15. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	54
Tablo 16. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	54
Tablo 17. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Betimsel İstatistikleri	55

Tablo 18. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	55
Tablo 19. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Betimsel İstatistikleri	56
Tablo 20. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	56
Tablo 21. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	57
Tablo 22. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	57
Tablo 23. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Özerklik Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	58
Tablo 24. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	59
Tablo 25. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	59
Tablo 26. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	60
Tablo 27. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	60
Tablo 28. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Özkabul Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	61
Tablo 29. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu	61
Tablo 30. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Betimsel İstatistikleri	62
Tablo 31. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	62
Tablo 32. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	63
Tablo 33. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	63
Tablo 34. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel	

Hakimiyet Puanlarının Betimsel İstatistikleri	64
Tablo 35. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	64
Tablo 36. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	65
Tablo 37. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tamhane T2 Testi Tablosu	65
Tablo 38. Üniversite Öğrencilerinin Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Betimsel İstatistikleri	66
Tablo 39. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	66
Tablo 40. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	66
Tablo 41. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	67
Tablo 42. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Betimsel İstatistikleri	67
Tablo 43. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	68
Tablo 44. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	68
Tablo 45. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	69
Tablo 46. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Betimsel İstatistikleri	69
Tablo 47. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	70
Tablo 48. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	70
Tablo 49. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	71
Tablo 50. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Öz-Kabul Puanlarının Betimsel İstatistikleri	71

Tablo 51. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Öz-Kabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	72
Tablo 52. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özkabul Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	72
Tablo 53. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özkabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	72
Tablo 54. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri	73
Tablo 55. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	73
Tablo 56. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	74
Tablo 57. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tamhane T2 Testi Tablosu	74
Tablo 58. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Özerklik Puanlarının Betimsel İstatistikleri	75
Tablo 59. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	75
Tablo 60. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Özerklik Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	76
Tablo 61. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	76
Tablo 62. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Betimsel İstatistikleri	77
Tablo 63. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	77
Tablo 64. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	78
Tablo 65. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	78
Tablo 66. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Betimsel İstatistikleri	79
Tablo 67. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Bireysel	

Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	79
Tablo 68. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	80
Tablo 69. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	80
Tablo 70. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Betimsel İstatistikleri	81
Tablo 71. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	81
Tablo 72. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	82
Tablo 73. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	82
Tablo 74. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Betimsel İstatistikleri	83
Tablo 75. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	83
Tablo 76. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Öz-Kabul Puanlarının Betimsel İstatistikleri	84
Tablo 77. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Öz-Kabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	84
Tablo 78. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Özkabul Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	84
Tablo 79. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Özkabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu	85
Tablo 80. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri	86
Tablo 81. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	86
Tablo 82. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)	86
Tablo 83. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu ...	87

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Yaygın Anksiyete Bozukluğu (YAB) Kavramsal Modeli	13
Şekil 2. Öznel İyi Olmanın Bileşenleri	28
Şekil 3. Psikolojik İyi Olmanın Temel Boyutları ve Teorik Temelleri	31

BÖLÜM I

GİRİŞ

“İnsanoğlunun en eski ve güçlü duygusu korkudur ve en güçlü korku ise bilinmezlik korkusudur.”

Lovecraft, 1927

Hayatımız boyunca bilmek için uğraşırız, kimi ve kimin için bileceğimiz veya neleri bileceğimiz, durumlara atfettiğimiz öneme göre değişir. Eğer tanımadığımız birçok önemli kişinin bulunduğu bir toplantıdaysak belki de hiyerarşide en üst sıralarda olanları tanımak bilmek isteriz. Sıradan bir öğle yemeği kadar bahşiş bırakılan restoranların bulunduğu bir yerde aç kalmışsak, öncelikle cebimizdeki paraya uygun ayaküstü tost vb alabileceğimiz yerleri bilmek isteriz. Suç oranının yüksek olduğu bir yerden geçmemiz gerekiyorsa kendimizi nasıl güvene alabileceğimizi bilmek isteriz. Bazı durumlarda ise durum daha da belirsiz olabilir. Örneğin ıssız ve yön tabelasız bir yol ayrımında hangi yöne gideceğimizi bilemeyen bir şöförün, çocuğuna cep telefonu ile saatlerdir ulaşamayan annenin, şirketin zor durumu nedeniyle işten çıkarılanlar arasında olup olmadığını bilmeyen bir çalışanın durumunda olduğu gibi birçok durumda belirsizlik ve bu belirsizliğin bireyde yol açtığı kaygı oldukça etkileyici ve zorlayıcı olabilir.

Türk Dil Kurumu Sözlüğü'nde (1992) yer alan “Belirsiz olma durumu, belgisizlik, müphemiyet, vuzuhsuzluk” olarak tanımladığı “belirsizlik” kavramı örneklerini verdiğimiz durumların karşılığı olan bir sözcüktür. Aynı sözcüğün Webster's Dictionary'deki karşılığı ise yine “belirsiz olma durumu, bilinmeyen şey” olarak açıklanmaktadır (URL1).

Özakkaş'a göre (2011) gelecekle ilgili bilinmezlik insanın ruh dünyasında müthiş bir belirsizliğe ve bunaltıya neden olmaktadır. Literatür incelendiğinde belirsizlik durumlarına yönelik insanların verdikleri tepkilerin “belirsizliğe tahammülsüzlük” kavramı ile ifade edildiği görülmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük konusunda en sık kullanılan tanımlardan biri Buhr ve Dugas'ın (2002) kullandığı belirsiz olay ve

durumlara karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal olumsuz tepki verme yatkınlığıdır. Tanımda da belirtildiği gibi belirsizliğe verilen olumsuz tepkilerin ölçümünde sadece davranışsal tepkilerin değil duygusal ve bilişsel tepkilerin de ele alınması önemlidir. Geliştirilen belirsizliğe tahammülsüzlük ölçekleri aracılığı ile bireylerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri hakkında bilgi edinilmesi amaçlanmaktadır. Elde edilen ölçümler ışığında belirsizliğe tahammülsüzlük ile özellikle endişe, kaygı, yaygın anksiyete bozukluğu ve obsesif kompulsif bozukluk arasında yüksek ilişki olduğu ve bu kavramın ilgili bozukluklar için merkezi bir rol oynadığı söylenebilir. Dugas, Buhr ve Ladouceur'a (2004) göre hayat her gün belirsizliklerle doluyken belirsizliğe tahammülsüz bir kişi de endişelenmek için çok fazla sebebi kolaylıkla bulabilmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilgili literatür incelendiğinde daha çok bu kavramın klinik psikoloji alanında sıkça kullanıldığı ve araştırıldığı göze çarpmaktadır. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün obsesif-kompulsif bozukluk (OKB) (Steketee, Frost ve Cohen, 1998; Tolin, Abramowitz, Brigidi ve Foa, 2003), sosyal fobi (Carleton, Collimore ve Asmundson, 2010), depresyon (Berenbaum, Bredemeier ve Thompson, 2008; Miranda, Fontes ve Marroquin, 2008; Yook, Kim, Suh ve Lee, 2010), panik bozukluk ve agorafobi (Buhr ve Dugas, 2009; Carleton, Duranceau, Freeston, Boelen, McCabe ve Antony; 2014; McEvoy ve Mahoney, 2011), yeme bozuklukları (Sternheim, Startup ve Schmidt, 2011), sosyal kaygı (Boelen ve Reijntjes, 2009; Carleton, Collimore ve Asmundson, 2010), kaygı duyarlılığı (Fergus ve Bardeen, 2013; Norr ve diğerleri, 2013), siberkondri (Norr ve diğerleri, 2015) belirtileri ile ilişkili olduğu saptanmıştır.

Araştırmamızdaki bir diğer değişken ise psikolojik iyi olmadır. Psikolojik iyi olma kişinin benliğini ve sınırlılıklarının farkında olduğunda bile kendini olumlu algılaması (öz-kabul), diğer bireylerle etkili iletişim kurabilmesi (diğerleriyle olumlu ilişkiler), çevresini istediği şekilde oluşturması (çevresel hakimiyet), özerk ve bağımsız olabilmesi (özerklik), yaşamının amacını ve anlamını kavraması (yaşam amacı), yetenek ve becerilerinin farkında olması ve kendini geliştirmesini (bireysel gelişim) ifade etmektedir (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Psikolojik iyi olmayı ele alırken altı temel boyuttan bahsetmek gerekmektedir. Bu boyutlar: özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz-kabuldür (Ryff, 1995). Akın (2009), Ryff'ın modelinin bireyin, kendine ilişkin düşüncelerini araştırmasını ve bu düşüncelere ilişkin farkındalık sağlamasını, kendini değerlendirirken kendi standartlarını ölçüt almasını, kendi değerlerini savunmasını,

değerlerini yansıtan uygun seçimler yapmasını ve belirlediği amaçlara ulaşmak için çaba sergilemesini içerdiğine işaret etmektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin artması ile birlikte bireyin yaşamında sıkıntılar yaşaması bu durumun da bireyin psikolojik iyi olma düzeyini olumsuz yönde etkilemesi kaçınılmazdır. Belirsizliğin birey üzerinde psikolojik ve fiziksel sonuçlarla birlikte güçlü bir stres kaynağı görüşünü destekleyen bolca deneysel kanıt bulunmaktadır. Örneğin, yüksek düzeyde algılanan belirsizlik; yüksek kaygı, yüksek düzeyde depresyon ve düşük hayat kalitesi ile ilişkilidir (Barahmand ve Haji, 2014). Ryff ve Keyes (1995) çalışmasında psikolojik iyi olma ile mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon arasındaki ilişkileri incelemiş ve depresyonun, psikolojik iyi olmanın tüm boyutlarıyla negatif yönde ilişkili olduğunu saptamıştır. Bu bulguya göre psikolojik iyi olma düzeyi yüksek bireyler, kendilerini daha mutlu hissetmekte, yaşamdan daha fazla doyum almakta ve daha az depresif belirtiler göstermektedir.

Pozitif psikolojiden kaynağını alan ve bireylerde olumlu yaşam süreçlerine vurgu yapan psikolojik iyi olma ile patolojik psikolojide sıkça kullanılan ve bireylerde duygusal, bilişsel ve davranışsal anlamda olumsuzluğu ifade eden belirsizliğe tahammülsüzlük kavramlarının birbirlerini zıt yönde etkilemesi olası görünmektedir. Genel olarak bu çalışmada üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeyleri incelenerek belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi olma kavramları kuramsal bir çerçevede ele alınacaktır. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi olma düzeylerinin cinsiyet, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığı da çalışmada ele alınacaktır.

1.1 PROBLEM CÜMLESİ

Bu araştırmanın temel problemi: Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeylerinin bazı demografik değişkenler (cinsiyet, algılanan gelir düzeyi, algılanan ebeveyn tutumu) açısından incelenmesidir.

Bu iki yapı arasındaki ilişkinin incelenmesinin yanı sıra söz konusu iki yapı açısından cinsiyet, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları açısından farklılaşmalar olup olmadığı gibi alt problemler de araştırma kapsamında ele alınmıştır.

1.2 ALT PROBLEMLER

1.2.1 Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Arasındaki İlişkilerle İlgili Alt Problemler

1.2.1.1 Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı ilişki var mıdır?

1.2.2 Belirsizliğe Tahammülsüzlük İle İlgili Alt Problemler

1.2.2.1 Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.1.1 İleriye yönelik kaygı açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.1.2 Engelleyici kaygı açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.1.3 Toplam belirsizliğe tahammülsüzlük puanları açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.2 Üniversite öğrencilerinin algılanan gelir düzeylerine göre belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.2.1 İleriye yönelik kaygı açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.2.2 Engelleyici kaygı açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.2.3 Belirsizliğe tahammülsüzlük puanları açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.3 Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.3.1 İleriye yönelik kaygı açısından algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık var mıdır?

1.2.2.3.2 Engelleyici kaygı açısından algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.2.3.3 Belirsizliğe tahammülsüzlük puanları açısından algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3 Psikolojik İyi Olma İle İlgili Alt Problemler

1.2.3.1 Psikolojik iyi olma düzeyleri açısından kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.1.1 Özerklik açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.1.2 Çevresel hakimiyet açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.1.3 Bireysel gelişim açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.1.4 Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.1.5 Yaşam amaçları açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.1.6 Özkabul açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.1.7 Toplam psikolojik iyi olma puanları açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2 Üniversite öğrencilerinin algılanan gelir düzeylerine göre psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2.1 Özerklik açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2.2 Çevresel hakimiyet açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2.3 Bireysel gelişim açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2.4 Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2.5 Yaşam amaçları açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2.6 Özkabul açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.2.7 Toplam psikolojik iyi olma puanları açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3 Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3.1 Özerklik açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3.2 Çevresel hakimiyet açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3.3 Bireysel gelişim açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3.4 Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3.5 Yaşam amaçları açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3.6 Özkabul açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.2.3.3.7 Toplam psikolojik iyi olma açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

1.3 ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Yurt içi ve yurt dışı literatüre bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı klinik psikoloji çerçevesinde ele alınmaktadır. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişe, kaygı, problem çözme, yaygın anksiyete bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk ile ilişkili olduğu yapılan taramalarda gözlenmektedir. Belirsizliğin klinik psikoloji kavramı olarak görülmesi de insan psikolojisini olumsuz yönde etkileyeceği düşüncesini akla getirmektedir.

Türkmen (2012), psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanındaki bütün çalışmaların bireyin gelişimini anlamak, karşılaşılabileceği sorunlarla yüz yüze gelmeden önlem almak, karşılaştığı sorunlara en kısa ve en etkili yoldan çözüm önerileri getirmek ve tedavi amacıyla yapıldığını belirtmektedir.

Problem alanlarına göre rehberlik, eğitsel, mesleki ve kişisel rehberlik olarak gruplandırılmaktadır. Eğitsel rehberlik kapsamında öğrencilerin ilgi, yetenek ve akademik başarılarına en uygun alan, okul, bölüm seçimleri, oryantasyon-alıştırma, verimli ders çalışma yöntemleri, üst öğrenim kurumları ve bu kurumlara geçiş sistemi, karar verme ve seçim yapma becerisi yer almaktadır. Özellikle öğrenciler, ortaöğretime ve yükseköğretime geçiş döneminde karar vermekte ve seçim yapmakta zorlanabilmektedir. Yeni bir alana, yeni bir okula belki yeni bir şehre adım atmak geleceğe yönelik belirsizlik içeren durumlardır. Sınav sistemine dair bilgilendirmeler (sınavda çıkacak dersler, konular, süresi, soru sayısı, başvuru bilgileri vb), okul içinde yeni kayıt yapmış öğrencilere yönelik oryantasyon-alıştırma çalışmaları, üst öğrenim kurumları hakkında bilgi verme, verimli ders çalışma vb konularda eğitsel rehberlik alanındaki çalışmalar öğrencilerin yaşayabilecekleri belirsizlik düzeyini etkileyen çalışmalardandır.

Mesleki rehberlik kapsamında da bireyi tanıma çalışmaları, meslekleri inceleme ve tanıma çalışmaları ve elde edilen bilgilerin eşleşmesi ile karar verme ve mesleğe yönelme yer almaktadır. Birey meslekler hakkında bilgisi yoksa, meslekler hakkında nereden bilgi alacağını bilmiyorsa, meslek seçme sürecinde hangi kriterlere önem vereceğini bilmiyorsa yaşadığı belirsizlik karar verme sürecini olumsuz yönde etkileyebilir. Örneğin, bir öğrenci seçmek istediği mesleğin ülkemizde ne kadar süre geçerli olacağına ilişkin verilere ulaşamadıysa belirsizlik onun karar verme sürecini etkileyecektir.

Kişisel rehberlik eğitsel ve meslek planları ile ilgili olmayan, kişinin duygu ve düşüncelerinden, sosyal ilişkilerinden, davranışlarından doğan problemlerle ilgili hizmetleri kapsamaktadır (Tan, 1992). Daha geniş anlamda bireyin kendini tanıması, anlaması, özelliklerinin farkında olması, kendisini geliştirmesi, özgüven sahibi, kişisel ve sosyal yönden uyumlu ve dengeli bir birey olarak yetişmesine yardım hizmeti olduğu söylenebilir (Yeşilyaprak, 2003). Okul ortamında arkadaşlık ilişkileri ile ilgili problemler, aile ile ilgili problemler, kişisel problemler (özgüven, özsaygı vs.) örnek verilebilir. Yeni bir kişiye duygularını açmakta zorlanan, bir topluluk önünde şarkı söyleyecek olan veya anne ve babasına bir açıklama yapacak bir öğrencinin yaşadığı kaygı durumu farklı olsa da belirsizliğin, insanın olduğu her yerde var olduğunu göstermektedir.

Yaşanılan belirsizlik durumlarında gerekli psikolojik desteği vermek rehberlik ve psikolojik danışma hizmetleri ile mümkün olmaktadır. Bu açıdan alandaki psikolojik

danışmanların belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı hakkında farkındalık kazanmaları bu açıdan büyük önem taşımaktadır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi olma ilişkisini çeşitli değişkenler açısından inceleyen bu çalışma ile eğitim ve psikolojik danışma ve rehberlik alanına katkı sağlanacağı düşünülmektedir. Yapılan literatür taramalarında Türkiye’de belirsizliğe tahammülsüzlüğü ele alan çok az sayıda araştırmanın olması ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma ilişkisinin incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanılmaması da çalışmanın önemini gözler önüne sermektedir.

1.4 ARAŞTIRMANIN VARSAYIMLARI

Bu araştırmanın temel aldığı varsayım şudur:

1. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin kullanılan veri toplama araçlarını doğru ve samimi bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.

1.5 ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır:

1. Belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi olma düzeylerine yönelik bulgular; Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği-Kısa Formu ve Psikolojik İyi Olma Ölçeği’nden elde edilen verilerle sınırlıdır.
2. Bu araştırma 2013-2014 Eğitim-Öğretim yılında Marmara Üniversitesi, Sakarya Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sütçü İmam Üniversitesi öğrencileri üzerinde yapılmıştır.

1.6 TANIMLAR

Belirsizliğe Tahammülsüzlük: Belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz olay ve durumlara karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal olumsuz tepki verme yatkınlığı olarak tanımlanır (Dugas, Buhr ve Ladouceur, 2004).

Psikolojik İyi Olma: Kişinin benliğini olumlu algılaması, sınırlılıklarının farkında olduğunda bile kendini olumlu algılaması, diğer bireylerle etkili iletişim kurabilmesi, çevresini istediği şekilde oluşturması, özerk ve bağımsız olabilmesi, yaşamının

amacını ve anlamını kavraması, yetenek ve becerilerinin farkında olması ve kendini geliştirmesini ifade eder (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002).

1.7 SİMGELER VE KISALTMALAR

BT: Belirsizliğe Tahammülsüzlük

BTÖ: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

PİO: Psikolojik İyi Olma

PİOÖ: Psikolojik İyi Olma Ölçekleri

BÖLÜM II

ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde sırasıyla belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma ile ilgili kuramsal bilgilere ve bunlarla ilgili alanyazında yer alan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1 ARAŞTIRMANIN KURAMSAL ÇERÇEVESİ

2.1.1 Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Bu bölümde belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının gelişimi, belirsizliğe tahammülsüzlük ölçekleri, belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikopatoloji başlıkları altında kuramsal bilgiler yer almaktadır.

2.1.1.1 Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının gelişimi

“Belirsizlik her yerdedir ve sen ondan kaçamazsın.”

Understanding Uncertainty, 2006

Türk Dil Kurumu Sözlüğü'nün (1992) “belirsiz olma durumu, belgisizlik, müphemiyet, vuzuhsuzluk” olarak tanımladığı “belirsizlik” kavramı, Keren ve Gerritsen (1999) tarafından gerçekleşen veya henüz gerçekleşmemiş belirli bir sonuç hakkında var olan kuşku olarak tanımlanmıştır.

İngilizce'deki ‘belirsizlik’ kavramları (uncertainty ve ambiguity) sözlük anlamı aynı olsa da farklı kavramlardır. “Ambiguity” kavramı, bir durumun iki değişik anlama gelmesinden dolayı yaşanan karmaşık bir durum olarak tanımlanırken “uncertainty” ise bilinmeyen ve kestirilemeyen bir durumu ifade etmektedir (URL2). Carleton (2012) ambiguity ile ilgili olarak şöyle bir örnek vermektedir: Birisi diğerine belirsiz (ambiguous) sözlü uyarıcıyı sağlarken “konuşmamız lazım” cümlesini kurmaktadır. Bu durumdaki uyarıların parçaları kadar kişiler kesindir, ancak tam anlamıyla uyarı belirsizdir ve belirsizlik şimdiki zamanda gerçekleşmektedir (Carleton,

2012, s.940). Tablo 1’de iki kavram arasındaki benzerlik ve farklılıklar yer almaktadır.

Tablo 1. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Kavramları Arasındaki Benzerlik ve Farklılıklar

Kavram	Açıklama	IU ile benzerlik	IU ile farklılık	Klinik/ sağlık psikolojisi için faydalanma önerileri
Belirsizliğe tahammülsüzlük (intolerance of <i>uncertainty</i>) (IU)	Belirsizliğe, belirsizliğin çağrışımlarına ve sonuçlarına dair olumsuz inanışlardan oluşan yatkınlık			-Psikopatoloji özellikle anksiyete bozuklukları -Gelecekte sonucu bilinmeyen sağlık durumları ile ilişkisi
Belirsizliğe tahammülsüzlük (intolerance of <i>ambiguity</i>) (IA)	Bireyin belirsiz durumları tehdit ve rahatsızlık kaynağı olarak yorumlama eğilimi	-Belirsizliğin ya da tehdit kaynağı olan belirsiz çevrenin bilişsel yorumu -Tehdite karşı olumsuz bilişsel, duygusal, ve davranışsal tepkilerle yanıt verme eğilimi -Anlamlı ve pozitif ilişkili ölçümler	-Yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlüğü (IU) olan bireyler gelecek durumlar için tehdit hissetmektedir. Yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlüğe sahip (IA) bireyler şimdiki durum için tehdit hissetmektedir. -Yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlük (IA), diğer belirsizliğe tahammülsüzlükten (IU) endişe ile daha yüksek düzeyde ilişkilidir.	-Şu an veya kısa süreli belirsiz sağlık semptomları hakkında bilgilenme ile ilişkisi

Kaynak: Rosen, N. O.; İvanova, E.; Knauper, B. (2014), s.4’ten uyarlanmıştır.

Budner’a (1962) göre belirsizlik, birey tarafından tehdit kaynağı olarak algılanmaktadır ve belirsizlik kavramı üç yapıdan oluşmaktadır: Yenilik, karmaşa hali ve çözümsüzlük. Tehdit kaynağı olarak algılanan bir durumda verilen tepkileri boyun eğme (itaat) ve inkar olarak gruplandırılan Budner’a göre belirsizliğe karşı boyun eğmeyi seçen birey durumu değiştiremeyeceğini kabullenir, diğer taraftan inkar eden birey ise durumu kendi algılayış sürecinden geçirip belirsiz durumun varlığını reddedebilir. Boyun eğen/itaat eden veya inkar eden bireyin bir belirsizlik durumunda belirsizliğe tahammülsüz olduğu söylenebilir. Krohne (1993) tarafından

geliştirilen başa çıkma teorisinde, bazı bireyler için önceden kestirilemez olarak tanımlanan, karmaşık ve/veya halledilemez olarak görülen belirsiz durumların tehdit edici olarak algılandığı ve bu durumun duygusal olarak belirsizlik yaşanmasına neden olduğu belirtilmiştir.

BT ile ilgili alanyazında çok sayıda tanımla karşılaşmaktadır. Bunlardan biri 1949'da Frenkel-Brunswick tarafından bireyin belirsiz durumları tehdit edici ve yeni, karmaşık ve çözülemez yapıda durumları rahatsız verici ve kaçınılması gereken durumlar olarak açıklama eğilimi olarak belirtilmiştir. Diğer tanımlara göz atılacak olursa; gelecekle ilgili tahmin edilemeyen bir durumu/durumları tehlike kaynağı olarak algılama ve gelecekle ilgili olumsuz olayları hiç araştırmadan tehdit ve kabul edilemez bir durum olarak algılama eğilimi (Budner, 1962), bilginin mutlak olduğu inancından dolayı, önceden sonu kestirelemeyecek durumlarla baş etme becerisinin düşük olması (Obsessive Compulsive Cognition Working Group, 1997), gelecekte gerçekleşme olasılığı düşük olmasına rağmen olumsuz olaylara tahammül etmekte isteksizlik (Freeston, Rhéaume, Letarte, Dugas ve Ladouceur, 1994), bireyin olayın gerçekleşme olasılığını hesaba katmadan olumsuz olayın gerçekleşme ihtimalini hem kabul edilemez hem de tehdit edici olarak değerlendirme eğilimi (Carleton, Norton ve Asmundson, 2007) olarak belirtilmektedir. Laval Üniversitesi (içerisinde Ladouceur, Freeston ve Dugas'ın da yer aldığı) ekibi, belirsiz durumların birey için tehdit edici bir algı oluşturduğunu ve "bilinmezliğin" kaygıya neden olduğu düşüncesini öne sürmüşlerdir. Buna dayanarak ekip, belirsizliğe tahammülsüzlüğü "gündelik olaylardaki belirsizliğe karşı gösterilen bilişsel, duygusal ve davranışsal tepkiler" olarak kavramsallaştırmaya başlamış (Freeston ve diğerleri, 1994) ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişe için önemli bir rol oynadığını belirtmişlerdir. Freeston bu erken kavramsallaştırmayı "klinik bir önsezi" olarak ifade etmiştir (M. Freeston, kişisel yorumu, 21 Eylül 2007, akt. Birrell, Meares, Wilkinson, Freeston, 2011, s. 1199). 1994'teki tanım, Dugas, Buhr ve Ladouceur (2004) tarafından daha da genişletilerek belirsiz olay ve durumlara karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal olumsuz tepki verme yatkınlığı olarak ifade edilmiştir. Koerner ve Dugas (2008) ise, Dugas, Buhr ve Ladouceur'un (2004) tanımındaki bilişsel yönü vurgulayarak belirsizliğe tahammülsüzlüğü, belirsiz durumları tehlike kaynağı ya da olumsuz olarak yorumlamaya neden olan bir bilişsel yatkınlık faktörü olarak belirtmiştir. Bu tanımı destekleyen bir bulgu da, belirsizliğe ilişkin yüksek düzeyde bilişsel yatkınlığı

tahammülsüzlük ile özgün bir şekilde bağlantılı olduğunu ifade etmiştir. Bir çalışma sonucunda da belirsizliğe tahammülsüz olan bireylerin, belirsiz bilgileri tehdit edici olarak yorumladığı, önceden kestirilemeyen olumsuz olayların olasılığını gözünde büyüttüğü ve belirsiz durumlarda problem çözme sürecinde etkisiz yollar kullandığı bulunmuştur (Ladouceur, Talbot ve Dugas, 1997). Belirsizliğe tahammülsüzlük ile belirsiz olan ve belirsiz olmayan bilgiyi yorumlama arasındaki ilişki incelendiğinde belirsizliğe tahammülsüzlük ile belirsiz bilgiyi tehdit edici olarak yorumlama eğilimi ile arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Hedayati, Dugas, Buhr ve Francis, 2003). Buhr ve Dugas (2002) tarafından yapılan çalışmada BT'nin dört faktörden oluştuğu belirtilmiş ve bu faktörler; belirsizliğin stresli ve üzüntü verici olduğu, eyleme geçme ve davranış oluşturmada kişiye yetersizlik hissettirdiği, belirsiz durumların olumsuz olduğu ve belirsiz durumlardan kaçınılması gerektiği ve belirsizliğin adaletsiz olduğu şeklinde sıralanmıştır.

Belirsizliğin birey üzerinde psikolojik ve fiziksel sonuçlarla birlikte güçlü bir stres kaynağı olduğu görüşünü destekleyen bolca deneysel kanıt bulunmaktadır. Örneğin, algılanan belirsizlik endişe ve depresyon ile doğru, yaşam kalitesi ile ters orantılıdır (Barahmand ve Haji, 2014). Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi, bireylerin problem çözme ve karar verme stratejilerini de önemli şekilde etkilemektedir. Bir araştırmada belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi yüksek olan yetişkinlerin endişeli iken belirsizlik içeren durumların çözümündeki kararlarda kendilerine daha az güvendikleri saptanmıştır (Talbot, Dugas ve Ladouceur, 1999, akt. Laugesen, 2007). Belirsizliğe tahammülsüz bireylerin genellikle problemin belirsiz yönüne odaklandığı, problemi kesin olarak çözebileceklerine ilişkin yetersizlik duyguları yüzünden kendilerini adeta felçli gibi hissettiği ve böylece bireylerin problem çözme becerilerinin azaldığı ifade edilmektedir (Dugas, Freeston ve Ladouceur, 1997). Benzer şekilde belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek düzeyde olan bireyler, günlük hayattaki durumları yorumlamak için bilgi eksikliğine karşı da tahammülsüzdür. Bu tahammülsüzlük de onların stres yaşamalarına ve var olan sorunu çözemeyecek kadar kendilerini aciz hissetmelerine neden olmaktadır (Ryzewicz, 2007). Bireylerin problemi çözüme kavuşturacaklarına dair özgüvenlerinin düşük olması, var olan durumu kontrol etmenin zor olduğu algısı ve belirsizliğin olumsuz sonuçlanacağına ilişkin inanışları problem çözme becerilerini olumsuz etkilemekte ve bu durum çözüme ulaşmayı zor hale getirmektedir (Chen ve Hong, 2010, Dugas, Freeston ve Ladouceur, 1997). Benzer şekilde kaygılı bireyler, belirsiz durumlarda karar verirken daha fazla zaman

harcamaktadır (Metzger, Miller, Cohen, Sofka ve Borkovec, 1990). Tallis, Eysenck ve Mathews'e göre (1991) yetişkinlerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi arttıkça belirsizlik içeren görevlerdeki performansları da düşmektedir. Bu bilgiyi destekler şekilde Birrell, Meares, Wilkinson ve Freeston (2011), klinik rahatsızlığı olmayan örneklem üzerinde çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlüğü işlevsel olarak açıklayacak iki faktör olarak; a) Tahmin edebilme isteği ("Her zaman geleceğin başıma neler getireceğini her zaman bilmek isterim") ve b) Belirsizliğin durağan etkisi (Harekete geçme zamanı geldiğinde, belirsizlik elimi kolumu bağlar) faktörlerini ifade etmektedir. Belirsizlik içeren durumların çözümünde kendilerini adeta acizmiş gibi hisseden bireylerin, Birrell ve diğerlerinin (2011) çalışmasında belirtilen "belirsizliğin durağan etkisi" faktörü ile ilişkili olduğu görülmektedir.

Araştırmalar yoluyla belirsiz durumlar karşısında deneyimlenen olumsuz duyguların birçok psikolojik rahatsızlık üzerinde etkili olduğu ortaya konulmuştur (Öztürk, 2013). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün depresyon (Berenbaum, Bredemeier ve Thompson, 2008; Miranda, Fontes, Marroquin, 2008; Yook, Kim, Suh ve Lee, 2010), obsesif-kompulsif bozukluk (Steketee, Frost ve Cohen, 1998; Tolin, Abramowitz, Brigidi ve Foa, 2003), kaygı duyarlılığı (Fergus ve Bardeen, 2013; Norr ve diğerleri, 2013), sosyal fobi (Carleton, Collimore ve Asmundson, 2010; Hewitt, Egan ve Rees, 2009), yeme bozuklukları (Sternheim, Startup ve Schmidt, 2011), siberkondri (Norr ve diğerleri, 2015), panik bozukluk ve agorafobi (Buhr ve Dugas, 2009; Carleton ve diğerleri, 2014; McEvoy ve Mahoney, 2011), sosyal kaygı (Boelen ve Reijntjes, 2009; Carleton, Collimore ve Asmundson, 2010) belirtilerini yordadığı görülmüştür.

2.1.1.2 Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçekleri

Çok sayıda araştırmacı bireylerin belirsizliğe tahammül düzeyini belirlemek adına çalışmalar yapmış ve çok sayıda ölçek geliştirmişlerdir. Budner'in Belirsizliğe Tahammül/Tahammülsüzlük ölçeği 7'li likert tipinde ve 16 maddeden oluşmaktadır ve alandaki ilk çalışmadır (Budner, 1962). Budner'dan sonra Rydell ve Rosen (1966), MacDonald (1970), Nutt (1988) ve McLain (1993) belirsizliğe tahammülsüzlük ölçekleri geliştirmişlerdir. Bu ölçme araçlarının çoğu doğru/yanlış veya olumlu ve olumsuz maddeler içeren Likert tipindedir. Rydell ve Rosen (1966) Ölçeği 16 maddelik doğru-yanlış cümlelerinden oluşmaktadır. Macdonald (1970), Rydell ve Rosen'in ölçeğini revize etmiş ve güvenilirliği artırmak için California

Kişilik Ölçeği'nden 2, Barron'un Uyum Ölçeği'nden 2 madde toplam 4 madde eklemiştir. Nutt'un ölçeği (1988), Budner'ın (1962) ölçeğinin revize edilmiş halidir. McLain'in (1993) geliştirdiği MSTAT-I ölçeği 22 maddedir ve Budner ile Macdonald ölçekleri ile olumlu yönde ilişkilidir (Owen ve Sweeney, 2002). McLain'den sonra belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı hakkında literatüre birçok çalışma katacak olan isimlerden Freeston, Rheaume, Letarte, Dugas ve Ladouceur (1994) 27 maddeden ve 5 boyuttan oluşan Fransızca olarak Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğini (BTÖ) geliştirmiştir. Bu ölçek, belirsizliğe tahammülsüzlüğü ölçmek amacıyla geliştirilen birçok ölçekten en fazla öne çıkanıdır (Carleton, Norton ve Admundson, 2007). Ölçek 5 boyuttan oluşmaktadır:

- 1) Belirsizliğin kabul edilemez olduğu ve kaçınılması gerektiği düşüncesi
- 2) Belirsizliğin bireyi olumsuz etkilediği düşüncesi
- 3) Belirsizliğin hayal kırıklığı ile ilişkisi
- 4) Belirsizliğin strese neden olması
- 5) Belirsizliğin eyleme geçmeyi engellemesi.

Buhr ve Dugas (2002), Freeston, Rheaume, Letarte, Dugas ve Ladouceur'un (1994) araştırmasında BTÖ'nün Fransızca formunun Fransızca konuşulan örneklem üzerinde uygulandığına dikkat çekmiş ve BT ve endişe arasındaki ilişkiyi İngilizce konuşan örneklem üzerinde araştırmak amacı ile BTÖ-İngilizce versiyonunun geliştirilip doğrulanması gerektiğini belirtmiştir. Bu amaçla da ölçeğin İngilizce versiyonu geliştirilmiştir. Ölçeğin Fransızca versiyonu ile yüksek düzeyde ilişkili bulunan bu ölçek, orijinal ölçekte yer alan 5 boyuttan farklı olarak 4 boyuttan oluşmaktadır:

- a) Belirsizlik eyleme geçmeyi engeller.
- b) Belirsizlik stres ve üzüntü vericidir.
- c) Beklenmeyen olaylar olumsuzdur ve onlardan kaçınılması gerekir.
- d) Belirsizlik adil değildir.

Mevcut BT modeli için araştırmacılar genellikle yetişkin grupları üzerinde odaklanmaktadır. Literatüre bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilgili çocuklara ilişkin hiç çalışma olmadığı, yalnız ergenler için birkaç araştırma yapıldığı görülmektedir. Przeworski (2006), çocuklarda anksiyetenin oluşumu ve sürdürülmesinde BT'nin önemli rol oynadığını ve çocuklar için BT ölçeği bulunmadığını belirtmiş ve 7-14 yaş aralığındaki çocuklar için Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğini geliştirmiştir (IUS-C). 34 maddeden oluşan bu ölçeğin

çocuklara ve ebeveynlere yönelik iki versiyonu bulunmaktadır. BTÖ-Çocuk Formu (BTÖ-Ç) 5 boyuttan oluşmaktadır:

- 1) Belirsizlik strese veya işlevsellikte bozulmaya neden olur.
- 2) Gelecek olayları düzenlemek için belirsizliğin azaltılması gereklidir.
- 3) Belirsizlik hoş değildir.
- 4) Gelecek olayları kontrol etmek için harekete geçmek gerekir.
- 5) Belirsizlik adil değildir.

Ölçeğin ebeveyn versiyonu ise 4 boyuttan oluşmaktadır:

- 1) Belirsizlik işlevsellikte bozulmaya neden olur.
- 2) Belirsizlik sıkıntıya neden olur.
- 3) Geleceğin ne getireceğini bilmek gerekir.
- 4) Hazırlıklarla meşgul olurken gelecekte ne yaşayacağımızı bilmemiz gerekir.

BTÖ Çocuk Formu'nun bütün boyutları, birbirleriyle ve çocuk versiyonu toplam puanı ile yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur. Ebeveyn versiyonunun tüm boyutları da çocuk versiyonuyla benzer biçimde birbirleriyle ve ebeveyn toplam ölçek puanı ile yüksek ilişkilidir. Yetişkinlere yönelik araştırmaları destekler nitelikte BTÖ-Çocuk Formu'nun Çocuk ve Ebeveyn versiyonlarının YAB ve OKB belirtileri ile ayrılık kaygısı, panik bozukluk ve okul fobisi belirtileri yüksek düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır (Przeworski, 2006).

Kanadalı araştırmacılardan Carleton, Norton ve Asmundson (2007) ise Buhr ve Dugas'ın İngilizceye uyarladığı Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği'nin 12 maddelik kısa formunu geliştirmişlerdir. Bu ölçek, 1 ile 5 puan arasında değişen puanlardan ve 2 boyuttan oluşmaktadır:

- a) İleriye yönelik kaygı (7 madde)
- b) Engelleyici kaygı (5 madde)

İleriye yönelik kaygı, korku ve belirsizliğin getirdiği endişe ile, engelleyici kaygı ise belirsizlikle karşılaşıldığındaki eylemsizlik ile ilgilidir. İleriye yönelik kaygı alt ölçeği kaygı ve obsesif kompulsif bozukluk ile, engelleyici kaygı alt ölçeği ise sosyal kaygı, panik, agorafobi ve depresyon ile ilişkilidir (Carleton ve diğerleri, 2012).

Sexton ve Dugas (2009) klinik bir rahatsızlığı olmayan üniversite öğrencileri ve yetişkinler üzerinde yürüttükleri çalışmada Freeston ve diğerlerinin (1994) geliştirdiği ve Buhr ve Dugas'ın (2002) İngilizceye uyarladıkları 27 maddeden ve 5 boyuttan oluşan BTÖ'nün 2 boyutlu bir modelini geliştirmişlerdir. Bu boyutlar:

- 1) Belirsizliğin olumsuz davranışsal ve öz-değerlendirmeye dayalı sonuçları olduğu inancı. (“Harekete geçme zamanı belirsizlik elimi kolumu bağlar”, “Belirsiz olma güvenirliliğin olmadığı anlamına gelir.”)
- 2) Belirsizlik adil değildir ve her şeyi bozmaktadır/berbat etmektedir. (“Beklenmedik küçük bir olay, en iyi şekilde planlanmış olsa da her şeyi berbat edebilir”)

İki faktörün de patolojik endişe ile yüksek ilişkili olduğu, özellikle 1.boyutun YAB, davranış endişesi, somatik endişe, depresif fiziksel belirtilerle güçlü ilişkisi bulunduğu saptanmıştır (Sexton ve Dugas, 2009).

Literatür incelendiğinde bu konu ile ilgili Buhr ve Dugas (2002), Freeston ve diğerleri (1994), Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından geliştirilen Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeklerinin sıklıkla kullanıldığı görülmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramına artan ilgi ile ilgili ölçeklerin farklı dillerdeki versiyonları yapılarak kullanılmaktadır. Sarı ve Dağ (2009) tarafından, Buhr ve Dugas’ın (2002) geliştirdiği Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin Türkçeye uyarlama ve geçerlik ve güvenirlilik çalışması yapılmıştır. Orijinal ölçekten 1 madde atılarak 26 maddeden ve orijinal formundaki gibi 4 alt ölçekten oluşan bir ölçme aracı elde edilmiştir. Bu boyutlar ise şunlardır:

- 1) Belirsizlik stres verici ve üzücüdür (9 madde)
- 2) Belirsiz durumlar olumsuzdur ve kaçınılması gerekir (8 madde)
- 3) Belirsizlik adaletsizdir (4 madde)
- 4) Belirsizlik eyleme geçmeyi engeller (5 madde)

2.1.1.3 Belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikopatoloji

Bu bölümde de belirsizliğe tahammülsüzlük ile yakından ilişkili olduğu endişe, yaygın anksiyete bozukluğu, obsesif-kompulsif bozukluk, kaygı kavramları ele alınacaktır.

2.1.1.3.1 Endişe ve yaygın anksiyete bozukluğu

BT, endişe için en önemli belirleyici olarak endişenin gelişmesinde ve sürdürülmesinde merkezi bir role sahiptir (Laugesen, Dugas ve Bukowski, 2003). BT, bireylerin çevrelerini gözlemlerken çevresindeki belirsizliği kabul edilemez olarak tanımlamakta kullandığı bir filtre olarak görülebilir. Eğer birey belirsizliği kabul edilemez olarak bulursa, belirsizliğin getireceği büyük endişe ile de karşı

karşıya gelecektir. Bu bağlamda endişe, BT'nin bir ürünü olarak kabul edilebilir (Dugas ve Buhr, 2002). Bu bilgiyi destekleyen bir çalışma sonucuna göre BT düzeyi düştükçe endişe azaltmakta, BT düzeyi yükseldikçe endişe de artmaktadır (Ladouceur, Gosselin ve Dugas, 2000).

Laugesen, Dugas ve Bukowski'nin (2003) çalışmasında endişe ile BT, endişe ile ilgili olumlu inançlar ve problem çözmede yetersizlik değişkenlerinin birbirleriyle ilişkisinin bulunduğu ve endişe ile BT'nin, diğer değişkenlerden daha yüksek düzeyde ilişkili olduğu saptanmıştır. Bir başka çalışmada da BT ile endişe arasında diğer değişkenlerden (depresyon, işlevsel olmayan tutumlar) daha yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur (Dugas, Schwartz ve Francis, 2004). Bulgulara paralel olarak BT ve endişe ile arasında, kaygı ve depresyon gibi diğer faktörlerle açıklanamayacak derecede açık bir şekilde bağ bulunmaktadır (Buhr ve Dugas, 2002). Belirsizliğe tahammülsüzlüğü oluşturan düşüncelerin ("Belirsizlik tehlikelidir", "Belirsizlikle çalışmak mümkün değildir" vb) kaygı bozukluğu olan bireylerde kullanımı karşılaştırıldığında yaygın anksiyete bozukluğu olan bireylerin bu düşünceleri daha fazla kullanıldığı görülmektedir (Dugas, Buhr ve Ladouceur, 2004).

Clark'a göre (2004) bireylerin kontrol süreçleri ile kaygıları arasında zıt yönde ilişki bulunmaktadır. Örneğin kişi çevresindeki olay ve durumları ne kadar kontrol edebilirse yaşayacağı kaygı da o derece azalacaktır. Yaygın Anksiyete Bozukluğu ise (YAB), birçok olay ya da etkinlik hakkında aşırı sıkıntı, kaygı ve endişenin yaşandığı, kişinin kaygısını kontrol etmekte zorlandığı ve yaşanan kaygı ve endişe nedeniyle işlevselliğin önemli derecede bozulduğu bir anksiyete bozukluğudur (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2007). Bu bozuklukta birey kaygısı düzeyini olduğundan fazla ve kaygı yaratan durumda kontrolünün olmadığını belirtmektedir (Barlow ve Wincze, 1998).

BT, yaygın anksiyete bozukluğu modelinde önemli bir faktördür. Ladouceur ve diğerlerinin (1999) çalışmasına göre BT, YAB'a sahip hastaları; OKB, panik bozukluk ve sosyal fobi gibi diğer kaygı bozukluklarından ayırt edebilmektedir Dugas ve diğerlerinin (1998) çalışmasında genel anksiyete bozukluğu ve patolojik kaygıya dair teorik modelinde belirsizliğe tahammülsüzlüğü içeren 4 bilişsel değişken yer almaktadır. Bunlar sıralanacak olursa;

- 1) Belirsizliğe tahammülsüzlük
- 2) Problem çözmede yetersizlik
- 3) Bilişsel kaçınma

4) Endişe ile ilgili olumlu inançlardır (Dugas ve diğerleri, 1998, s.222).

Dugas ve diğerlerine göre (1998, s.216) BT, yaygın anksiyete bozukluğunda başta yer alan “Ya...olursa?” sorularını artıran ve hatta bu soruları oluşturabilen anahtar değişkendir. Şekil 1’deki modelde görüldüğü gibi BT, endişeyi başlatmaktadır. Şöyle ki BT düzeyi yüksek olan bireyler güvenilir bilgi içermeyen durumların sonucunu tahmin ederken kendilerini kaygılı hissetmektedir. Bu durumda endişe ile başa çıkmak amacıyla kaygı başlamaktadır. Endişe, yaşanabilecek sonuçlara dair senaryolar oluşturmakta ve BT düzeyi yüksek olan birey de her çeşit (genelde olumsuz) durumun gerçekleşebileceğine dair bir ön hazırlık yapmaktadır. Üstelik endişe, BT düzeyinin yüksek insanların olumsuz duygu ve hayali ortaya çıkararak çözüm sürecini yorumlamasına engel olduğu da ifade edilmektedir (Rysewich, 2007).

YAB’a sahip hastaların panik bozukluk ve agorafobi tanılı hastalardan daha fazla belirsizliğe tahammülsüz oldukları saptanmıştır (Dugas, Marchand ve Ladouceur, 2005). Dugas ve Ladouceur’un (2000) yaptıkları çalışmada yaygın anksiyete bozukluğunda 16 oturum boyunca bilişsel terapi uygulayarak belirsizliğe tahammülsüzlük merkezli, problemin çözülmesine uygun ve uygun olmayan durumlarda yaşanan iki tür endişe incelenmiştir. Çalışma sonucunda belirsizliğe tahammül düzeylerindeki değişim ile tedavinin sonucu arasında yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur. Dugas ve diğerleri (2010) benzer olarak yaygın anksiyete bozukluğu (YAB) olan hastalar üzerinde 12 oturum boyunca bilişsel davranışçı terapi (BDT) ile bir çalışma yapmıştır. Bu çalışmada 3 oturum belirsizliği tanıma ve davranışsal olarak karşılaşma başlığında, endişe ve kaygıda belirsizliğin rolü, belirsizliği tetikleyici durumların kaçınılmazlığı, belirsizliğe tahammülsüzlüğün göstergelerinden birkaçı ile tanışma, belirsizliği tetikleyici durumları araştırma ve deneyimleme çalışmaları yer almaktadır. Çalışma sonucunda ön test ve son test analizleri sonunda YAB’a sahip hastalar için BDT’nin endişe ve somatik endişenin önemli derecede azalmasında etkili olduğu saptanmıştır.

2.1.1.3.2 Obsesif kompulsif bozukluk (OKB)

BT, OKB’de görülen bir diğer inanç alanıdır (Pişgin ve Özen, 2010). OKB’nin yapısını açıklayan bilişsel modeller ışığında, altı hatalı değerlendirme ve inanış ortaya konmuştur. Bunlar: abartılı sorumluluk algısı, düşüncenin önemsenmesi, düşüncelerin kontrolü, abartılı tehdit algısı, mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe

tahammülsüzlüktür (Obsessive Compulsive Cognitions Working Group, 1997). Bu altı hatalı değerlendirme ve inanışlardan çalışmamızda yer alan belirsizliğe tahammülsüzlük kavramına göz atmak yararlı olacaktır.

Belirsizliğe Tahammülsüzlük: BT ile ilgili 3 inanç vardır: 1) Kesin olmanın gerekli olduğu inancı, 2) Tahmin edilemeyen değişikliklerle başa çıkmada zayıf kapasiteye sahip olduğu inancı 3) Belirsiz durumlarda işlevsellikte zorluk yaşanabileceği inancı. Örneğin, “Eğer yeterli derecede çok çalışırsam işleri kesin hale getirmek olasıdır”, “Beni ilgilendiren soruları bir köşeye koymadan önce o soruların kesin bir şekilde cevaplanması gerekir”, “Belirsizliğe tahammül edemem”, “Eğer bir şeyden kesinlikle emin değilsem hata yapmaya mahkumum” cümleleri gibi (Obsessive Compulsive Cognitions Working Group, 1997).

Grayson’a göre (1999) BT, obsesif kompulsif davranışların merkezinde yer almaktadır. Eğer obsesif kompulsif bozukluğa sahip bir birey acı çekiyorsa onun herhangi bir şey hakkında %100 kesinlik kazanmak için girişimde bulunmuş olması gerekmektedir. Grayson (2003) belirsizlik kavramını duygusal ve entelektüel belirsizlik olarak iki gruba ayırmaktadır. Duygusal belirsizlik, bireyler için önemli kişi veya nesnelere için tehdit edici olaylar/durumlar veya önceden kestirilemeyen olaylar hakkındaki duyguları yansıtırken, entelektüel belirsizlik ise hayattaki herhangi bir konudaki yeteneklere/becerilere dair sorgulamaları içermektedir. Örneğin, kapının şu an kilitli olup olmadığını merak etmemiz ya da yarınki sınavda ne yapacağımızı düşünmemiz entelektüel belirsizliğe örnektir (Grayson, 2003). Tolin, Abramowitz, Brigidi ve Foa’nın (2003) OKB’li hastalar üzerindeki çalışmasında kontrol etme kompulsiyonu olan hastaların BT düzeyinin kontrol etme kompulsiyonu olmayan hastalardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Zarara yönelik sorumluluk inancı da kontrol etme davranışını teşvik etmekte ve rahatsız edici bir deneyime neden olmaktadır. Örneğin bir kişi, gece yatmadan önce evindeki tüm kapı ve pencereleri sağlama almak konusunda sorumluluğu olduğuna inanırsa, kapı ve pencerelerin belirsiz durumu onu rahatsız edebilir. Bu durumda birey kuşku içerisinde kilitleri tekrar tekrar kontrol etme ihtiyacı duyacaktır (Lind ve Boschen, 2009).

Holaway, Heimberg ve Coles (2006), BT’nin yaygın anksiyete bozukluğu ve obsesif kompulsif bozukluk üzerindeki rolünü daha iyi anlamak için üniversite öğrencileri üzerinde bir çalışma yapmıştır. Çalışma sonucunda yaygın anksiyete bozukluğu ve obsesif kompulsif bozukluğu olan grubun BT düzeyi, anksiyetesi olmayan kontrol

grubuna ve obsesif kompulsif bozukluğu olan gruba göre daha yüksek bulunmuştur. BT, obsesif kompulsif bozukluk semptomları ile kontrol etme ihtiyacı ve tehdit olasılığına ilişkin inanışlarla ilişkilidir. Obsesif kompulsif bozukluğa sahip hastalar kontrol etmek istedikleri ve gelecek hakkında kehanette bulunmak için kesinliğe aşırı biçimde ihtiyaç duymaktadır (Makhlouf-Norris ve Norris 1972). Sica ve diğerlerinin (2004) İtalyan örneklem üzerinde yaptığı bir araştırmada da düşünceleri kontrol, mükemmeliyetçilik ve BT'nin obsesif kompulsif bozukluk ile ilişkili olduğu ve bununla birlikte BT'nin obsesif kompulsif bozukluk ile diğer değişkenlerden daha yüksek düzeyde ilişkili olduğu görülmüştür.

2.1.1.3.3 Kaygı

Literatürde belirsizliğe tahammülsüzlük ve kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen ve tutarlı bulgular gösteren çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Dugas, Gosselin ve Ladouceur, 2001; Dugas, Marchand ve Ladouceur, 2005; Mahoney ve McEvoy, 2012; McEvoy ve Mahoney, 2011; Yüksel, 2014).

BT ile kaygı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında Ritter (2007), kumar oyununa benzer bir uygulama kullanmıştır. Birbirleriyle bağlantılı 16 adet oyun etkinliğinin her biri iki bitişik oyun şeklindedir (kumar çifti denilebilir) ve kazanma olasılığı ve belirsizliği miktarı da değişmektedir. Her oyun çiftinde bir oyun tamamen açıkken (belirsiz olmayan oyun), diğer oyun bir kısım açıklık (belirsiz oyun) içermektedir. Katılımcılardan bir oyunu seçmeleri ve kazanmak için en iyi şanslarını teklif etmeleri istenmektedir. Çalışmada belirsizliğe tahammülsüzlük, belirsiz olmayan (açık olan) oyunun seçimi olarak tanımlanmaktadır. Katılımcılardan alınan BTÖ puanları da belirsiz olmayan (açık) oyunun seçimi ile ilişkilidir. Çalışma sonucunda BTÖ ile belirsizlik içermeyen (açık) oyunların seçimi arasında ilişki saptanmıştır. Yüksek ve düşük düzeyde endişeli gruplar belirsiz olmayan (açık) oyunların seçiminde farklılık göstermişlerdir. Yüksek düzeyde endişeye sahip grubun, düşük düzeyde endişeye sahip gruptan daha fazla belirsiz olmayan (açık) oyunları tercih ettiği görülmüştür. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile kaygı ve depresyon ile ilişkisinin klinik rahatsızlığı olan örneklemde ele alındığı bir çalışmada sosyal kaygı bozukluğu olan kişilerin, panik bozukluğu olan kişilere göre BTÖ-12'den daha yüksek puanlar aldıkları saptanmıştır (Carleton ve diğerleri, 2012).

2.1.2 Psikolojik İyi Olma

2.1.2.1 Geleneksel psikoloji ve pozitif psikolojinin ayak sesleri

Psikolojinin çok eski bir geçmişi ama çok kısa bir tarihi olduğu söylenir (Morris, 2002). 1879'da Almanya'da Wilhelm Wundt'un ilk psikoloji laboratuvarını kurmasıyla psikolojiye bilim niteliği kazandıran süreç, Wundt'un öğrencisi Titchener'in ilgi odağını, bilincin yapısına çevirmiştir. Psikoloji tarihinde yapısalcılık olarak bilinen bu görüşe göre davranışlarımızın arkasında bulunan karmaşık zihinsel yaşantıların yapısı incelenmelidir. William James'in öncülük ettiği işlevselcilik ise organizmanın algısal yetenekleri çerçevesinde işlev görebilmek için nasıl kullandığı ile ilgilenmekte ve yöntem olarak da içe bakış yöntemini kullanmaktadır (Morris, 2002). Yapısalcılığın tartışıldığı aynı dönemde yine Avrupa'da nörolog Sigmund Freud, davranışlarımızın nedenlerinin bilinçaltında olduğuna dair söylemleri psikoloji dünyasında tartışma yaratmıştır. Freud'un ilk psikoterapi sistemini getirmesi ve insan davranışı ve kişiliği üzerine ilk kapsamlı kuramı oluşturması ile birlikte (psikoseksüel gelişim ve topografik ve yapısal model) psikoloji dünyasına önemli katkı sağlamıştır (Burger, 2006). Özellikle kuramının insanın karanlık yönüne odaklanması, insan davranışlarının temelini cinsellik ve saldırganlık dürtüsünün yer alması vb söylemlerinin tartışılması ile Yeni Freudcu olarak adlandırılan Adler, Jung, Erikson, Horney, Sullivan, Fromm gibi önemli isimler tarafından ele alınmış ve insan doğasına ve davranışlarına yönelik farklı yaklaşımlar getirilmiştir. Avrupa, psikanalitik yaklaşımı tartışırken Amerika'da John B. Watson ise davranışçılık olarak bilinen yaklaşımını tanıtmaktadır. Ona göre, bilim sadece gözlemlenebilir şeyleri incelemelidir (Burger, 2006). 1920'lerde Watson'un kuramı yayınlandığında ABD'li psikologlar yapısalcılıktan uzaklaştığından bu yeni kuram, ilgi çekmiştir (Morris, 2002). Genel olarak 20.yüzyıla bakıldığında psikoloji alanında iki yaklaşımın göze çarptığı söylenebilir: Freud'un öncülük ettiği psikanalitik yaklaşım, diğeri de Watson'un önderlik ettiği sonrasında Pavlov, Thorndike, Skinner ve Bandura'nın sürdürdüğü davranışçı-sosyal öğrenme yaklaşımıdır. 1960 ve 1970'li yıllarda, psikolojik danışmanlar arasında psikanalitik ve davranışçı yaklaşımlara alternatif olarak terapide "üçüncü güce" olan ilgi giderek artmıştır (Corey, 2008). Varoluşçu felsefeden kaynağını alan insancıl psikoloji, insanın doğuştan gelen olumlu bir potansiyeli bulunduğu ilkesini esas alırken bu görüş o dönem için insana dair farklı bir bakış açısı sunmaktadır. 1960'lardaki bireysellik ve kişisel ifadeye

yapılan vurgu, insancıl psikolojinin büyümesi için uygun ortam yaratmıştır (Burger, 2006). İnsancıl psikoloji birçok değişik kaynaktan evrilmiş olmasına rağmen kökleri temel olarak iki alanda yatar: Avrupa kaynaklı varoluşçu felsefe ve C. Rogers ile A. Maslow gibi bazı Amerikalı psikologların çalışmaları (Burger, 2006). Bu yaklaşıma göre bireyler, kendi kendilerine kişisel ve sosyal dönüşümü gerçekleştirebilecek kişisel güce sahiptir ve psikoterapinin temelinde yatan amaç, bireyin tam olarak fonksiyonda bulunan bir kişi olmasına yardımcı olan bir ortamın sağlanmasıdır (Corey, 2008).

Literatüre bakıldığında ruh sağlığı ile ilgili araştırmalarda olumlu psikolojik işlevsellikten çok psikolojik bozukluklara dikkat çekildiği ve iyi olma durumu yerine psikopatolojiye odaklanıldığı görülmektedir (Ryff ve Singer, 1996). Literatürde kaygı ve duygu-durum bozukluğu yaşayan ve çok mutsuz olarak algılanan bireyler hakkındaki araştırmalar çokça bulunmaktadır (Myers, 2000). Bu bilgiye karşıt olarak mutlu insanlar hakkındaki araştırmalar nadirken, çok mutlu insanlar hakkında herhangi bir araştırma bulunmamaktadır (Diener ve Seligman, 2002). Psikolojiyle ilgili makaleler incelendiğinde 1887-2000 yılları arasında öfke ile 8072, kaygı ile 57,800 ve depresyon ile ilgili 70,856 makaleye karşılık olumlu kavramlardan neşe ile 851, mutluluk ile 2958, yaşam doyumu ile ilgili 5701 makale bulunmuştur (Myers, 2000). Bu bulgudan hareketle psikolojik sağlığı değerlendirmek adına bireylerin olumlu işlevselliği yerine olumsuz işlevselliği (depresyon, mutsuzluk, bireysel problemler vb) ele alınmaktadır (Christopher, 1999; Ryff, 1995).

Seligman ve Csikszentmihalyi'ye (2000) göre psikoloji 2.Dünya Savaşı'ndan itibaren tedavi üzerine ağırlık veren bir bilim haline gelerek insan işleyişinde hastalıklara ve hastalığın getirdiği zararları onarmaya odaklanmıştır. Bu durum onlara göre gelişen ve gelişmekte olan birey ve toplumun ihmal edilmesine neden olmuştur. Abraham Maslow'un, "Freud bize insanın karanlık yarısını tanıttı, bize düşen ise sağlıklı yarısını anlamaktır" sözü ile birlikte gelişen pozitif psikoloji ile araştırmaların bireyin olumlu yönlerine odaklandığı söylenebilir (Tütüncü, 2012).

2.1.2.2 Pozitif psikoloji

Pozitif psikoloji, insan doğasının güçlü yanları, olumlu deneyim, olumlu kişisel özellikler üzerinde çalışmış, insanların iyi olma düzeylerini artırmaya yönelik çalışmalar ile yaşam kalitesinin artırılmasına odaklanmıştır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Sheldon ve King'e (2001) göre pozitif psikoloji, psikolojinin tipik soruları haline gelmiş "Problem nedir?", "Çözüm için ne gereklidir?" ve "Problemi nasıl düzeltebiliriz?" sorularına karşı "Doğru giden şey nedir?", "Durumu iyileştiren etkenler nelerdir?" gibi olumlu soruları sormaktadır. Seligman'ın 1990 basımlı "Öğrenilmiş İyimserlik" ve 2002 basımlı "Gerçek Mutluluk" isimli kitapları ile Csikszentmihalyi'nin 1991 basımlı "Akış: Mutluluk Bilimi" kitabı pozitif psikolojinin en temel eserleri arasında sayılmaktadır (Balcı, 2011).

Snyder ve Lopez'e göre (2002) pozitif psikolojinin gelişmesinde insanlardaki mevcut olumlu faktörlerin sorgulanması, insanların güçlü yanlarına odaklanma ve olumlu işlevselliği destekleyen bir alan olarak görülmesi etkili olmuştur. Seligman ve Csikszentmihalyi'ye göre (2000) pozitif psikoloji 3 alan üzerinde çalışmaktadır:

- 1) Bireysel pozitif duygular: Geçmişe dair iyi olma, huzur, doyum; geleceğe dair umut ve iyimserlik; şimdiki zamana dair akış ve mutluluk duyguları.
- 2) Bireysel pozitif davranışlar: Sevme ve çalışma kapasitesi, kişilerarası ilişkiler, estetik duygusu, affetme, sebat, yaratıcılık, yüksek yetenek, bilgelik.
- 3) Toplumsal/grupsal pozitif davranışlar: Adil olma, sorumluluk, modernlik, özgecilik, nezaket, tahammül, takım çalışması, çalışma etiği gibi özellikler.

Akın'a göre (2009) bir pozitif psikolog, ilk soruyu göz ardı etme veya önemsememe gibi bir tutum içine girmemekte ancak psikopatoloji yerine iyi olmaya odaklanmayı tercih etmektedir Genel olarak bakıldığında pozitif psikolojinin insancıl psikolojiyle benzer yanları olduğunu söylemek mümkündür. İnsancıl psikoloji, bireyin yaşamdan bir anlam elde etme ve kişisel doyuma ulaşma çabası ile ilgilenmekte ve insancıl psikoterapi danışanların memnuniyet duygusuna ve kendini gerçekleştirmeye doğru ilerlemelerine yardımcı olmaktadır (Burger, 2006).

2.1.2.3 İyi olma

Akın'a göre (2009) psikolojik sağlığın negatif terimlerle tanımlandığı yıllarda, psikopatolojinin olmaması iyi olmanın bir göstergesi sayılırken zaman geçtikçe iyi olma ile ilgili araştırmaların çoğunun psikolojik problemleri olan bireyler üzerinde yürütülmüş olması, psikolojik iyi olmanın sadece psikopatolojiyle ilişkili olmadığı tartışmasını başlatmıştır.

İyi olma ile ilgili literatür incelendiğinde kavrama ilişkin farklı açıklamalar bulunmaktadır. Kahneman, Diener ve Schwartz'a göre (1999) iyi olma, yaşamda haz veren ve eğlenceli hale getiren deneyimlerin tümü; Huppert, Baylis ve Keverne'ye

(2004) göre bireylerin, toplulukların veya milletlerin büyüyüp gelişmesini sağlayan olumlu ve süreğen bir durum; bireyin yeteneklerinin farkında olması, günlük yaşamında karşılaştığı normal stres durumlarıyla başa çıkabilmesi, üretken ve verimli bir şekilde çalışabilmesi ve topluma katkı sağlaması olarak tanımlanmaktadır (World Health Organization, 2004). Myers, Sweeney ve Witmer'a göre (2000) iyilik hali kişinin kişisel ve sosyal çevresinde tam fonksiyonda olmak için fiziksel, zihinsel ve psikolojik olarak bütüncül sağlıklı ve iyi olma halidir.

Maloney (1990), psikolojik iyi olmayı tanımlarken negatif, normal ve pozitif üç boyuttan bahsetmektedir. Negatif boyutta psikolojik iyi olma, psikopatolojinin olmamasıdır. Normal boyutta bireyin kişisel ve sosyal ortamında ortalama bir uyum içerisinde olmasıdır. Pozitif boyutta sağlıklı bireyin, yaşamında ortalama bir uyumdan daha fazla olumlu bir psikolojik duruma sahip olmasıdır.

İyi olma ile ilgili literatür incelendiğinde iki temel bakış açısı karşımıza çıkmaktadır. Bunlardan ilki hazcılık (hedonizm), diğeri ise psikolojik işlevsellik (eudaimonizm) kavramlarıdır (Ryan ve Deci, 2001). Bu iki bakış açısı insan doğasına yaklaşımlarından dolayı farklı olsa da, iki yaklaşım da birbirleriyle ilişkilidir (Deci ve Ryan, 2008)

Hazcılıkta (hedonizm) iyi olma; doyum ve mutluluk olarak belirtilmekte ve iyi olmanın tek ölçüsü bireyin kendisi ve bireysel değerleri olarak görülmektedir. (Diener, 1984). Tarihsel gelişimine bakıldığında hazcılığın M.Ö. 4. yy'a kadar uzandığı ve kurucusunun Aristippus olduğu görülmektedir. Aristippus'a göre hayatın amacı tüm hazların en üst düzeyde yaşanmasıdır ve mutlu olmak için, hoş giden yaşantılar artırılarak, acı veren yaşantılar azaltılmalıdır (Ryan ve Deci, 2001). Bu bakış açısı Freud'un haz ilkesi ve Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi yaklaşımına benzemektedir (Demirci, 2012). Freud'un haz ilkesinde alt benlik (id) haz ilkesine göre hareket etmekte yani herhangi bir fiziksel ve toplumsal sınırlamayı dikkate almaksızın, yalnızca kişisel tatmin sağlayacak şeylerle ilgilenmektedir (Burger, 2006). Olumsuz duygulardan çok olumlu duygulara sahip olma anlamına gelen iyi olma hali (Diener, 1984) literatür incelendiğinde öznel iyi olma kavramı olarak da belirtilmektedir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

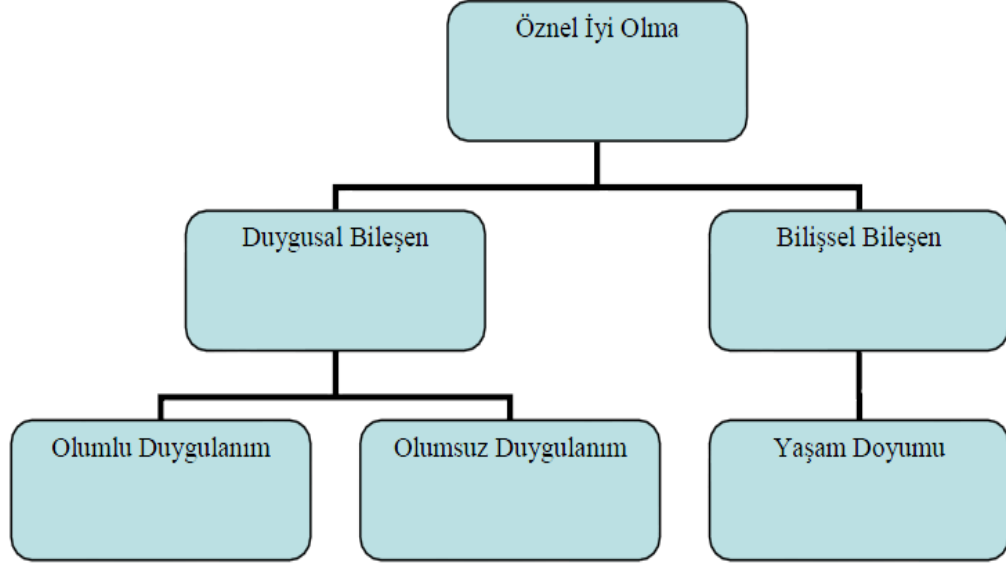
İyi olma ile ilgili bir diğer görüş ise psikolojik işlevsellik (eudaimonism) kavramıdır. Psikolojik işlevsellikte iyi olma, bireyin içgörü kazanması, kendini gerçekleştirme ve tam olarak fonksiyonda bulunması olarak ifade edilmektedir (Ryan ve Deci, 2001). Psikolojik işlevselliğin tarihi incelendiğinde temelinin Aristoteles'e dayandığı

görülmektedir. Aristoteles'in eudaimonia kavramından kaynağını alan mutluluk kavramı, mutluluk durumunun hedonizm ve eudaimonism olarak ikiye ayrılmasında etkili olmuştur. Aristoteles, eudaimonianın salt mutluluğu içermediğini belirtmekte ve mutluluğu erdemli olmak ile ilişkilendirmektedir (Balcı, 2011). Lent (2004) ise hazcı ve psikolojik işlevsellik ayrımı ile hazcılığı öznel iyi olma, psikolojik işlevselliği ise psikolojik iyi olma olarak açıklamıştır. Deci ve Ryan (2008), Lent'in yaklaşımını (2004) destekler nitelikte öznel iyi olmanın hazcı yaklaşımla, mutluluğu; psikolojik iyi olmanın da eudaimonik yaklaşımla insanın potansiyel gücünü ele aldığını ifade etmektedir.

Psikolojik iyi oluş kavramının tarihsel gelişimine bakıldığında önce öznel iyi oluş kavramının sonra psikolojik iyi oluş kavramının şekillendiği görülmektedir (Timur, 2008).

2.1.2.3.1 Öznel iyi olma

İyi olma kavramının boyutlarından biri olan hazcılık (hedonizm) anlayışından temelini alan bir yaklaşım da öznel iyi olmadır. Öznel iyi oluşa ilişkin ilk çalışmalar Wilson'a (1967) aittir. Wilson, mutluluğa ve mutlu insana dair çalışmalarında yaşamdaki en avantajlı insanların en mutlu olanlar olduğunu belirtmiştir. Öznel iyi oluş konusunda Bradburn (1969) mutluluğun/iyi olmanın, olumlu ve olumsuz duygulanım arasındaki bir dengenin sonucu olduğunu ve mutluluğun/iyi olmanın da pozitif duygulanımın negatif duygulanıma oranla daha sık ve yoğun yaşanması olarak açıklamıştır. Bu denge, bir tahteravalliye benzetilebilir. Bir uçta bulunan olumlu duyguların yoğunluğu ve etkisi arttıkça diğer uçtaki olumlu duyguların yoğunluğu/etkisi azalacaktır. Akın (2008) da, bu metafora benzer şekilde öznel iyi olmanın, bireyin yaşamından elde ettiği doyumla ve olumlu duyguların, olumsuzlar üzerindeki üstünlüğüyle oluştuğunu ifade etmektedir. Myers ve Diener (1995) de Bradburn'un (1969) tanımına paralel biçimde öznel iyi olmayı bireyin yaşamına dair olumlu duyguların ve düşüncelerin fazla olması olarak açıklamaktadır.



Şekil 2. Öznel İyi Olmanın Bileşenleri (Watson, 1988; Watson ve Pennebaker,1989, akt. Gülaçtı, 2009)

Öznel iyi olma, bireyin bilişsel ve duygusal değerlendirmelerini kapsamaktadır (Bradburn, 1969; Diener, 1984). Buna göre öznel iyi oluş, olumlu duyguların sık, olumsuz duyguların az yaşanması ve yüksek yaşam doyumu alma şeklinde tanımlanmaktadır (Diener,1984; Myers ve Diener, 1995). Bu tanımda yaşam doyumu, öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu oluşturmakta ve bireyin çeşitli yaşam alanlarına (evlilik, iş, sağlık, başarı vb.) ilişkin değerlendirmelerini kapsamaktadır. Olumlu ve olumsuz duyguların yaşanma sıklığı ise öznel iyi oluşun duyusal boyutunu oluşturmaktadır. Mutluluk, heyecan, güven vb. duygular olumlu duygulanımı; öfke, nefret, üzüntü, korku, kaygı, endişe gibi duygular ise olumsuz duygulanımı oluşturmaktadır (Diener, 1984). Duyguların öznel iyi olmadaki öneminin insanların tüm yaşam alanlarında duygu yaşamalarından ve yaşanan tüm duyguların haz olarak bir değere sahip olmasından ileri geldiği söylenebilir (Yetim, 2001).

Doğan'ın (2013) çalışmasında nevrotik kişilik özelliği ile öznel iyi oluş arasında negatif yönde; dışadönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık kişilik özellikleriyle de pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ryan ve Deci'ye (2001) göre iyi olma, hem öznel iyi olma (hedonik), hem de psikolojik iyi olma (eudaimonik) bakış açısını içeren, çok boyutlu bir yapıdır.

2.1.2.3.2 Psikolojik iyi olma

Psikolojik iyi oluş kavramı ilk kez 1969'da Bradburn tarafından kullanılmıştır. Bradburn'a (1969) göre olumlu duyguların çokluğu ve olumsuz duyguların azlığı onun psikolojik iyi oluş durumunu vermektedir. Bu bakış açısı günümüzde öznel iyi olmaya karşılık gelmektedir. Genel olarak gelişim kuramcılarının psikolojik iyi olmayı nasıl açıkladıklarına göz atacak olursak;

Psikoanalitik kuramın öncüsü Freud'a göre psikolojik olarak sağlıklı, çevresi ile iyi uyum sağlamış bir birey; id-ego-süperegosu, egonun liderliğinde bir uyum içinde çalışan kişidir. Sağlıklı bir kişide güçlü bir ego, id ve süperegonun kişilik üzerinde aşırı kontrol sahibi olmasına izin vermez (Burger, 2006).

Adler'e göre psikolojik olarak sağlıklı bir birey insanlara sevgi ve yakınlık gösteren bir sosyal ilgiye, hem kendisinin hem de diğer insanların amaçları ve çıkarlarını gözetken duygu ve düşüncelere sahiptir. Ona göre yetersizlik duygusunu üstünlük çabalarıyla abartma olmaksızın dengeleme ve toplum tarafından onaylanmış bir yaşam biçimi geliştirebilmiş olmak psikolojik sağlık için önem taşımaktadır (Gülaçtı, 2009). Adler ise bireyin kendi hayatına yön veren sorumluluk sahibi olması için değer ve hedeflerini kendisinin oluşturduğu bir yaklaşımı benimsemektedir (Corey, 2008). Erikson, bireyin yaşam boyu sergilediği uyumlu ve uyumsuz gelişim özelliklerini ve kişisel gelişimini aşama aşama tanımlamakta ve bireylerin 8 dönem içerisinde psiko-sosyal gelişimi tamamlandığını ifade etmektedir. Bu dönemler temel güvene karşı güvensizlik, özerkliğe karşı şüphe ve utanç girişkenliğe karşı suçluluk duygusu, çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu, kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası, yakınlık kurmaya karşı yalnızlık, üretkenliğe karşı durgunluk, benlik bütünlüğüne karşı umutsuzluk olarak sıralanabilir. Bu dönemlerdeki olumlu niteliklerin olumsuz niteliklerden fazla olması veya uyumlu ve uyumsuz gelişim özellikleri bireyin psikolojik sağlığını göstermektedir (Burger, 2006). Jung'a göre, şimdiki kişiliğimiz, hem kim ve ne olduğumuz, hem de nasıl bir kişi olmayı ümit ettiğimiz düşünceleriyle belirlenmektedir ve kendini gerçekleştirme süreci geleceğe yöneliktir. Kişiliğin bilinçli ve bilinçaltı yönlerinin uyumlu bir şekilde bütünleşmesi şeklinde ifade edilebilecek birey olmaya çalışmak doğuştan gelen temel bir amaçtır (Corey, 2008). Maslow'a göre (1968) psikolojik olarak sağlıklı birey, kendini gerçekleştirmekte olan bireydir. Ona göre sağlıklı olarak değerlendirilebilecek insanlar kendini olduğu gibi kabul eden, algıları kuvvetli, az çekingen ve içlerinden

geldiği gibi davranan, yaratıcı, keşfedici, az sayıda ama doyurucu arkadaş sayısı, zirve deneyimi yaşayan bireydir (Burger, 2006).

Rogers, her insan doğuştan mutluluğu arar, potansiyellerini gerçekleştirmek için çabaladığını çünkü gelişmenin ve iyiye doğru değişimin insanın doğasında olduğunu belirtmiştir (Cüceloğlu, 1997). Birey merkezli terapide psikolojik sağlık, ideal benlik ve gerçek benlik arasında kurulan dengeye bağlıdır (Corey, 2008).

Jahoda (1958) kişinin kendine yönelik olumlu tutumları, büyüme ve kendini gerçekleştirme, kişilik bütünleşmesi, özerklik, gerçeklik algısı, çevresel hakimiyet faktörlerinin ruh sağlığında önemli olduğunu ifade etmiştir.

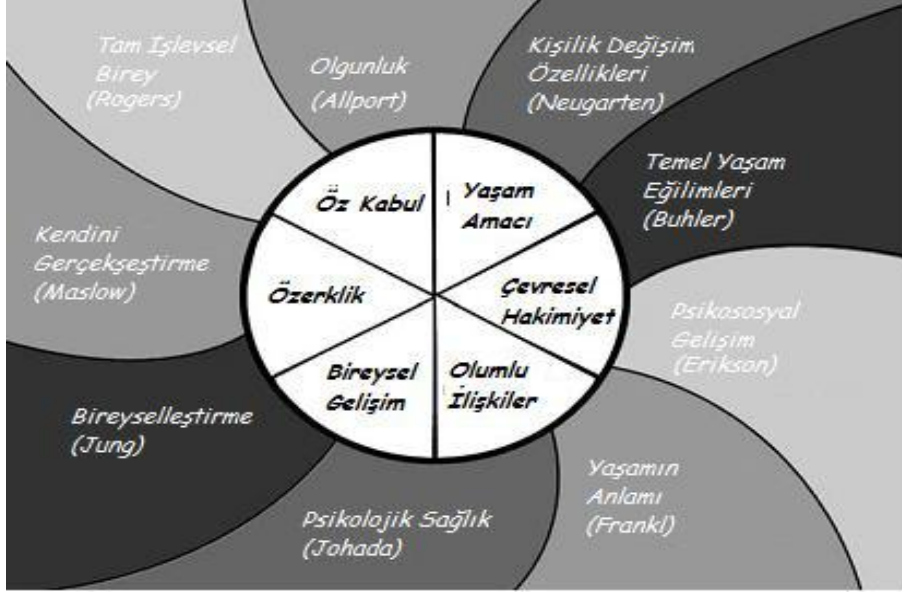
Tüm bu tanımlardan yola çıkılarak psikolojik iyi olmanın, psikolojik problemlerin olmamasından çok daha fazlasını ifade ettiği görülmektedir. Genel olarak psikolojik iyi olma, olumlu benlik algısını, insanlarla iyi ilişkiler kurmayı, çevresel hakimiyeti, özerkliği, yaşamın anlamını ve sağlıklı bir gelişim yönündeki duyguları içermektedir (Ryff, 1995).

Lent'e (2004) göre psikolojik danışmaya başvuran danışanlar, danışmaya geliş amaçlarına göre psikolojik iyi olma ve öznel iyi olma bakımından ikiye ayrılmaktadır. Ev, okul, iş veya romantik ilişkilerinde var olan problemler ile bu problemlerin azaltılması için başvuranlar öznel iyi olma grubunda, değişme ve bilme arzusu ve yaşamın amacını/ anlamını bulma isteği için başvuranlar ise psikolojik iyi olma grubundadır.

2.1.2.4 Ryff'in psikolojik iyi olma modeli

Günümüzde kullanılan psikolojik iyi olma kavramını ortaya koyan Ryff'dir. Ryff'a (1989) göre, psikolojik iyi olma olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumunun basit bir toplamı olmaktan çok, yaşam tutumlarından oluşan çok boyutlu bir yapıdır. Ryff kişilik ve gelişim kuramcılarının olumlu psikolojik işlevsellik ilişkisi kuramsal açıklamalarını temel alarak psikolojik iyi olma modelini oluşturmuştur. Bu modelde öz-kabul (self-acceptance), diğerleriyle olumlu ilişkiler (positive relations with others), özerklik (autonomy), çevresel hakimiyet (environmental mastery), yaşam amacı (purpose in life), bireysel gelişim (personal growth) boyutları yer almaktadır (Ryff, 1989). Keyes, Shmotkin ve Ryff'e (2002) göre psikolojik iyi olma boyutlarının her biri, bireylerin olumlu olarak yaşamaya çalışırken karşılaştıkları zorluklarla ilgilidir. Örneğin birey kendi sınırlılıklarının farkında olsa dahi iyi hissetmeye çalışmaktadır (öz-kabul). Ryff'in modeli bireyin,

kendine ilişkin düşüncelerini araştırmasını ve bu düşüncelere ilişkin farkındalık sağlamasını, kendini değerlendirirken kendi standartlarını ölçüt almasını, kendi değerlerini savunmasını, değerlerini yansıtan uygun seçimler yapmasını ve belirlediği amaçlara ulaşmak için çaba sergilemesini içermektedir (Akın, 2009).



Şekil 3. Psikolojik İyi Olmanın Temel Boyutları ve Teorik Temelleri (Ryff ve Singer, 2008, akt. Demirci, 2012)

Ryff kuramında Maslow'un kendini gerçekleştirme, Rogers'ın tam fonksiyonda bulunan insan, Jung'un bireyselleşme süreci, Allport'un olgunluk, Erikson'un psikososyal gelişim, Buhler'in temel yaşam eğilimleri, Neugarten'in kişiliğin yönetici süreçleri ve Jahoda'nın psikolojik sağlık kuramından yararlanmış (Ryff, 1989; Ryff ve Singer, 1996).

Ryff, psikolojik iyi olma konusunda var olan ölçme araçlarını yetersiz görmesi, kuramsal zeminden yoksun olduklarını ve olumlu işlevselliğin önemli yönlerini göz ardı ettiklerini düşünmesi nedeniyle psikolojik iyi olmanın alt boyutlarını tanımlamak ve bu boyutların geçerliğini sağlamak için günümüzde kullanılan Psikolojik İyi Olma Ölçekleri'ni geliştirmiştir (Akın, 2008).

2.1.2.4.1 Ryff'in psikolojik iyi olma modelinin alt boyutları

Bu başlık altında Ryff'in psikolojik iyi olma modelinde yer alan öz-kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, yaşam amacı, bireysel gelişim, çevresel hakimiyet boyutları ele alınacaktır.

2.1.2.4.1.1 Öz-kabul

Öz-kabul, kişinin kendine ait olumlu tutumlar içinde olması (Ryff, 1989), bireyin kendini sınırlılıklarıyla birlikte olumlu algılaması ve geçmişine dair olumlu duygular hissetmesi (Kuzucu, 2006) olarak tanımlanmakta ve olumlu psikolojik işlevin önemli bir özelliği olarak görülmektedir.

Olumlu işlevsellik açısından kendine yönelik olumlu tutumlara sahip olma, (Akın, 2009), pozitif psikolojik işlevselliğin en temel unsuru olup, kendini gerçekleştirmeye çalışan ve işlevsel olan bireylerde önemli bir özelliktir (Ryff ve Singer, 1996). Öz-kabul; insanın kendisini, çevresini ve doğayı kabul etmesi (Maslow), insanın kendisindeki erkeksi ve kadınsı yönlerini ya da iyi ve kötü yönlerini tanıması (Jung), insanın salt kendisini değil, geçmişteki başarı ve başarısızlıklarını da kabullenmesi (Erikson), bireyin kendisine ilişkin olumlu düşüncelere (Jahoda) sahip olması şeklinde ele alınmaktadır (Ryff, 1989).

Öz-kabul düzeyi yüksek insanların kendilerine yönelik olumlu tutum içerisinde oldukları, kendi sınırlılıklarının farkında olsa dahi bu yanlarını kabul ettikleri belirtilmektedir. Öz-kabul düzeyi düşük insanların kendi özelliklerinden başka bir insan olmak isteyebilmeleri ve bu konuda hayalkırıklığı yaşayabilmeleri olasıdır. (Ryff,1989; 1995)

2.1.2.4.1.2 Diğerleri ile olumlu ilişkiler

Ryff (1989), olumlu ilişkileri, başkalarıyla açık ve güvenilir ilişkiler kurma ve güçlü empati ve sevgi duyguları; Akın (2009) bireyin diğer bireylerle samimi ve güvene dayalı kişiler-arası ilişkiler kurması, onlara karşı empatik ve şefkatli davranması, çevresindekilere karşı sorumluluğunun bilincinde olması şeklinde açıklamaktadır. Diğerleri ile olumlu ilişki kurabilen bireyler çevre ile güvenilir ilişkiler içinde bulunan, ilişkilerde tek tarafı esas almayan, empati yapabilen, çevresindeki insanların mutluluğunu düşünen bireylerdir (Keyes ve Ryff, 1999). Diğerleriyle olumlu ilişkiler kuramayan bireylerin kişilerarası ilişkilerde yalnızlık, yalıtılmışlık, arkadaşlık bağlarını sürdürmekte başarısızlık yaşayan, insanlarla iletişime geçmekte zorlanan, içe kapanık bireyler olduğu söylenebilir (Akın, 2009).

2.1.2.4.1.3 Özerklik

Ryff'e (1989) göre özerklik özgür irade, bağımsızlığı ve davranışın içsel düzenlenmesine karşılık gelmektedir. Ryff ve diğerlerine (1999) göre özerkliğe sahip

kişi, toplumsal korkulara sahip değildir ve toplumsal inanç ve kanunlar kişiyi çok fazla etkilememektedir. Ryff ve Singer'e (2008) göre özerklik diğer boyutlardan en batılı bakış ağıısı olandır ve bireyselliğin temel amaç ve değerlerinden biridir (Gülaçtı, 2009). Maslow'a göre özerklik, bağımsız işlevi ve kültürleşmeye karşı direnci simgeler; buna bağlı olarak kendini gerçekleştirmiş kişinin toplumsal baskıya karşı düşünüp hareket edebilmesi beklenir. Rogers ise özerkliği değerlendirirken iç odaklı yerine özerk kişileri diğerlerinin onaylamasına ihtiyaç duymayan fakat kendisini kişisel standartlara göre ayarlayan kişiler olarak tanımlamıştır (Ryff, 1989, Timur, 2008). Özerklik düzeyi yüksek bireyler, sosyal geleneklere uygun düşünme ve davranma zorunluluklarının olmadığını düşünürken, özerklik düzeyi düşük olan bireyler kendilerini sosyal baskılara uyma, diğerlerinin kendilerine yönelik değerlendirmelerini önemseme ve karar verirken diğer bireylerin görüşlerini alma zorunluluğu hissetmektedir (Akın, 2009).

2.1.2.4.1.4 Yaşam amacı

Yaşamın amacı psikolojik iyi oluşun bir göstergesi olarak ifade edilmektedir. Yaşam amacı; kişinin istekleri, hedefleri ve bunlara eşlik eden anlamlılık ve bütünlük duyguları ve kişinin yaşamının amacının ve anlamının olduğuna inanması olarak açıklanabilir (Ryff, 1989; Ryff ve Keyes, 1995). Klinger'a göre (1977) bireyler yaşam doyumlarının etkileyen faktörleri ifade ederken genellikle yaşam amaçlarından, geleceğe yönelik dilek ve hayallerinden bahsetmektedir. Rogers'a göre yaşam amacı içsel bir güdüdür (Ryff, 1989). Yaşam amacı olan insanlar geçmişin ve şimdiki zamanın anlamlı olduğunu düşünmekte, net hedefler belirleyebilmekte ve yaşam amaçlarına ulaşmak için belli bir planlamaya ihtiyaç duymaktadır. Yaşam amaçları belli olmayan bireyler, yaşamlarını anlamlı kılacak herhangi bir amaçları olmadığından yaşam doyumlarının düşük olmaları beklenebilir (Akın, 2009).

2.1.2.4.1.5 Bireysel gelişim

Aristoteles'in eudaimonia anlamına en yakın ve bireyin kendini gerçekleştirmesiyle ilgili olan boyutu bireysel gelişimdir (Ryff ve Singer, 2008). Bireysel gelişim bireyin kendini anladığı, farkındalık kazandığı süreçtir ve sonuçta bu deneyim bireyin duygu, inanç, tutum ve davranışlarında değişim sağlamaktadır (Wright ve diğerleri, 2006). Rogers da tam işlev yapan insanın deneyime açık, bulunduğu yerde

takılıp kalmamış, gelişim halinde kişi olduğunu, Maslow kendini gerçekleştirmiş birey için gelişmenin önemli olduğunu ve gelişmenin yaşam boyu bir süreç olduğunu (Ryff, 1989; Timur, 2008) belirtmektedir.

Bireysel gelişim düzeyi yüksek olan bireyler, kendi potansiyellerine güvenir, yeni deneyimler kazanmaya açık ve isteklidirler. Bu bireyler kendilerini sürekli olarak gelişen ve büyüyen bir yapı sergilerler ve zamanla kendilerinde meydana gelen gelişimleri gözlemleyebilirler. Bireysel gelişim düzeyi düşük olan bireyler ise durgunluk yaşamakta, kendilerinde zamanla ilerleme olmadığını düşünür, davranışlarını ve tutumlarını geliştirme konusunda isteksiz olmaktadır (Akın, 2009; Gülaçtı, 2009).

2.1.2.4.1.6 Çevresel hakimiyet

Çevresel hakimiyeti Ryff(1989), bireyin günlük yaşam olayları ve sorumlulukları üzerinde kontrole sahip olduğunu hissetmesi olarak açıklamıştır. Allport olgun insanın çevreye karşı yoğun ilgisi olduğunu ve ilgisi olduğu alanlarda etkinliklere katıldığını, Buhler de bireyin dünyayı daha iyi bir yer yapmaya çalışma amacının olduğunu belirtmiştir (Ryff, 1989; Timur, 2008).

Çevresel hakimiyeti yüksek olan bireylerin çevrelerindeki olanakları etkili bir şekilde kullanabilen, çevrelerini yönetebilme becerisine sahip olan ve öznel değer ve ihtiyaçlarına uygun ortamları seçebilen bireyler olduğu söylenebilir. Çevresel hâkimiyeti düşük olan bireylerin günlük yaşam olaylarını yönetmede zorluk yaşayan, çevresel koşulların ve olanakların farkında olmayan, çevresinde herhangi bir kontrolü bulunmayan bireyler olduğu söylenebilir (Akın, 2009).

2.2 İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.2.1 Belirsizliğe Tahammülsüzlük İle İlgili Araştırmalar

Mayda ve diğerleri (2014) çalışmasında sınıfta kalan öğrencilerin BTÖ puanları, sınıfta kalmayan öğrencilere göre daha yüksek ve tıp fakültesine kendi isteğiyle gelmeyen öğrencilerin kendi isteğiyle gelen grubuna göre BTÖ puanları daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca BT ile endişe arasında endişe ile ilgili bilinen diğer yapılardan mükemmeliyetçilik ve kontrol algısına göre daha yüksek ilişki bulunmuştur (Buhr ve Dugas, 2006).

Jovic'in (2008) çalışmasında travma öyküleri kullanılarak tehdite ilişkin önyargılar ve tehditle ilgili önyargıların belirsizliğe tahammülsüzlük değerleri üzerindeki farklılaşmasına bakılmış ve BT ile travma ve endişe yatkınlığı (endişe duyarlılığı ve duygusal kontrol) arasında doğrudan ilişkili olduğu saptanmıştır. BT ile tehdit önyargılar arasında kısa süre maruz kalınan durumlarda pozitif ilişki varken uzun süre maruz kalınan durumlar için bu ilişki zayıflamaktadır.

Donegan'ın (2010) bilişsel davranışçı terapi ile yaygın anksiyete bozukluğu semptomlarının değişmesinde belirsizliğe tahammülsüzlüğün rolünü incelediği çalışmasında tedavi sırasında somatik endişe ve kaygıdaki değişiklikler arasında çift yönlü bir ilişki bulunmuştur. Bulgulara göre BT, YAB semptomlarının değişmesinde kısmen aracı rolündedir. Sexton ve Dugas (2009), BTÖ'daki 2 boyutlu modelinin kullanıldığı çalışmada 2.boyutun ("Belirsizlik adil değildir ve her şeyi bozar") 1.boyuta göre ("Belirsizlik olumsuz öz-değerlendirmeye ve davranışsal sonuçlara sahiptir") YAB belirtilerinin değişikliğinde daha güçlü aracı rolü bulunduğu saptamıştır.

Laugesen'in (2007) ergenler üzerinde endişe, BT ve endişe korkusu arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında ilk bölümde BT ve endişe korkusunun ergenlerin endişe, cinsiyet, depresyon ve davranış anksiyetesi ile güçlü, açık şekilde ilişkisi olduğu saptanmıştır. Son bölümde ise kızların erkeklerden daha endişe ve anksiyete korkusuna sahip olduğu görülmüştür. BT değerlerinin ise kızlarda çalışma süresi ve sonundaki değerlendirmeler arasında kızlarda artış gözlenirken erkeklerde bu artış gözlenmemiştir. Ergen endişesi ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasında iki yönlü ilişki saptanmıştır.

Dugas ve diğerlerinin (2005) yaptığı çalışmada Belirsiz ve Belirsiz Olmayan Durumlar Günlüğü kullanılarak 148 üniversite öğrencisi üzerinde BT yüksek bireyler üzerinde belirsiz durumlar incelenmiştir. Katılımcılardan 14 tane belirsizlik olan ve olmayan yazılı senaryoları okumaları ve okuma sonunda her durum hakkında ne düşündükleri sorulmuştur. Araştırma sonucunda BT düzeyi yüksek bireylerin belirsiz durumları BT düzeyi düşük olan bireylerden daha kaygılı belirttikleri bulunmuştur. Bunun nedeni olarak belirsiz durumları tehdit edici olarak algılamaları olarak ifade edilmiştir.

Öztürk (2013), üniversite öğrencilerinde aile işlevselliği ve intihar olasılığı arasındaki ilişkide bilişsel esneklik ve BT değişkenlerinin rolünü incelemiştir. Çalışma sonucunda intihar olasılığı, bilişsel esneklik, BT ve aile işlevselliği

değişkenlerinin toplam puanlarının birbirleriyle anlamlı ilişkide olduğu saptanmıştır. BT ile intihar olasılığı ile arasında pozitif yönde ilişki, aile işlevselliğinin sağlıklı olarak algılanması arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yüksel'in çalışmasında (2014) güvensiz bağlanmadaki artışın BT ve sürekli kaygı düzeylerindeki artışı yordadığı görülmüştür. Depresif belirtiler kontrol altına alındığında negatif duyguları azaltma ile BT arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü bir ilişki; pozitif duyguların artışı ve BT arasında negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır. BT ve kaygı arasında da pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Şar, Işıklar ve Aydoğan'ın (2012), atama bekleyen 710 öğretmen adayı üzerinde yaptıkları araştırma sonucunda atama bekleyen öğretmen adaylarının yaşam doyumları düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır. Araştırma sonucunda göre umutsuzluk ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu saptanmıştır.

Sarı (2007) çalışmasında belirsizliğe tahammülsüzlüğün, sürekli kaygının en güçlü yordayıcısı olduğu, ayrıca endişe ile ilgili olumsuz değerlendirmelerin, kişisel kontrol duygusu eksikliğinin, belirsizlik ile ilgili yapılan olumsuz benlik değerlendirmelerinin, endişenin problem çözme ve motivasyon kaynağı olduğu inancının sürekli kaygının yordayıcıları olduğunu saptamıştır. Ayrıca çalışmada kadınlar belirsizliği daha çok stres verici ve üzücü olarak belirtmiştir.

Norr ve diğerlerinin (2015) 526 kişi üzerinde siberkondri, anksiyete duyarlılığı ve belirsizliğe tahammülsüzlüğü ele aldığı çalışmasında anksiyete duyarlılığı ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün engelleyici kaygı boyutu ile siberkondri arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır.

Barahmand ve Haji'nin (2014) belirsizliğe tahammülsüzlüğün, endişenin ve asabiyetin epilepsili bireylerin yaşam kalitesi üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında belirsizliğe tahammülsüzlüğün, endişenin ve asabiyetin yaşam kalitesini önemli düzeyde etkilediği saptanmıştır.

2.2.2 Psikolojik İyi Olma İle İlgili Araştırmalar

Cenkseven'in (2004) araştırması sonucunda üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik düzeylerine göre yaşam doyumunu, öznel iyi olma, diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, çevresel hakimiyet, özkabul ve psikolojik iyi olma puanlarının yüksek sosyo-ekonomik düzey lehinde farklılaştığı saptanmıştır.

Akın'ın (2009) akılcı duygusal davranışçı terapi odaklı grupla psikolojik danışmanın psikolojik iyi olma ve öz-duyarlık üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında ADDT odaklı grupla psikolojik danışmanın deney grubundaki deneklerin psikolojik iyi olma ve öz-duyarlık düzeylerini artırdığı saptanmıştır.

September, McCarrey, Baranowsky, Parent ve Schindler'in (2001), 379 üniversite öğrencisi üzerinde psikolojik iyi olma ile cinsiyet rolleri ve yanıtıcı duyguları ele alan çalışması sonucunda kadınsı özelliklerden yüksek puan alan kişilerin psikolojik iyi olmanın diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutundan da yüksek puanlar aldığı, erkeksi özellik puanları yüksek olan kişilerin psikolojik iyi olmanın özerklik boyutunda yüksek puanlar aldığı bulunmuştur.

Ryff ve Keyes'in (1995) araştırmasında psikolojik iyi olma ile mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon arasındaki ilişkiler incelenmiş ve depresyon, psikolojik iyi olmanın tüm boyutlarıyla negatif yönde ilişkili bulunmuştur.

Betton'un (2001) kadın üniversite öğrencileri üzerinde uyguladığı çalışmasında psikolojik iyi olma ile özsaygı, akademik benlik, sosyal destek ve dünyaya yönelik bakış açısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda özsaygının üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi olmanın en iyi yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

Gediksiz'in (2013) 376 üniversite öğrencisi üzerinde yürüttüğü çalışmasında alçakgönüllülük ve psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin ise, cinsiyet ve ebeveyn tutumları açısından anlamlı farklılıklar gösterdiği, gelir düzeyleri açısından anlamlı farklılıklar göstermediği saptanmıştır.

Demirci'nin (2012) 416 eğitim fakültesi öğrencisi üzerinde özbilgi ve psikolojik iyi olma düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonucunda özbilgi ve psikolojik iyi olma düzeyleri arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Marks ve Lambert'in (1996), hiç evlenmemiş, boşanmış, evli ve eşi vefat etmiş kişiler üzerinde yürüttükleri çalışmasında boşanmış grubun en düşük psikolojik iyi olma düzeyine sahip olduğunu saptanmıştır.

Yeşiltepe'nin (2011) çalışmasında evli öğretmenlerin psikolojik iyi olma puanlarından özellikle özerklik, özkabul ve bireysel gelişim alt boyutlarının evlilik uyumunun anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur.

Snowden'in (2001), Afro-Amerikan ve beyaz katılımcılar üzerinde sosyal uyum ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında Afro-Amerikalı bireylerin içinde yaşadıkları sosyal gruba daha iyi uyum sağladıkları ve sosyal

çevreleriyle kurdukları sağlıklı iletişimin psikolojik iyi olma düzeylerini yordadığı saptanmıştır.

Kuyumcu (2012) 349 Türk ve 251 İngiliz üniversite öğrencisi üzerinde psikolojik iyi oluş, duygusal farkındalık ve duyguları ifade etme puanlarını araştırdığı çalışma sonucunda, Türk üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş, duygusal farkındalık ve duyguları ifade etme düzeyinin İngiliz öğrencilere göre daha düşük düzeyde olduğu saptanmıştır.

Sarıcaoğlu ve Arslan'ın (2013), 636 üniversite öğrencisi üzerinde psikolojik iyi olma, kişilik özellikleri ve öz-anlayış düzeyi arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışma sonucunda psikolojik iyi olmanın tüm alt boyutları ile öz-anlayış arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Gençöz ve Özlale'nin (2004) 342 üniversite öğrencisi üzerinde sosyal desteğin psikolojik iyi oluş üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkisini incelediği çalışması sonucunda takdirle ilgili sosyal destek psikolojik iyi oluş ile doğrudan ilişkili bulunmuştur.

Lavasani, Borhanzadeh, Afzali ve Hejazi (2011) 398 kız lise öğrencisi üzerinde algılanan ebeveyn tutumları, sosyal destek ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda algılanan otoriter ve aşırı hoşgörülü ebeveyn tutumu ile psikolojik iyi olma arasında olumsuz yönde, sosyal destek ile psikolojik iyi olma arasında olumlu yönde ilişki saptanmıştır.

2.3 ALANYAZIN TARAMASININ SONUCU

Belirsizlik, günlük hayatımızda kolaylıkla karşı karşıya gelebileceğimiz bir durumdur. Belirsizlik içeren durumlarla karşılaşan bireylerin tepkileri de araştırmacılar tarafından ele alındığı ve bu konuda “belirsizliğe tahammülsüzlük” tanımı üzerinde uzlaşıldığı görülmektedir. Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramı için araştırmacıların farklı tanımlamaları olsa da en sıklıkla kullanılan tanımın belirsiz olay ve durumlara karşı duygusal, bilişsel ve davranışsal olumsuz tepki verme yatkınlığı olduğu söylenilebilir. Belirsizliğe tahammülsüz olan bireyler belirsizlik içeren durumları tehdit edici olarak algılamakta, gelecekte gerçekleşecek olumsuz olayların olasılığını yüksek olduğunu belirlemekte ve bu durumlarda problem çözme becerileri azalmaktadır. Özellikle problem çözme kararında yetersizlik hissetmelerinde problemi çözeceklerine ilişkin özgüvenlerinin düşük olmasının,

olayları kontrol etmede yetersizlik hissetmelerinin ve olumsuz bakış açılarının etkisinin büyük olduğu söylenebilir. Araştırmalara bakıldığında BT ile endişe, kaygı obsesif-kompulsif bozukluk, yaygın anksiyete bozukluğu, depresyon (major depresif bozukluk), sosyal fobi, panik bozukluk, agorafobi, yeme bozuklukları, sosyal kaygı, ayrılık kaygısı, kaygı duyarlılığı, siberkondri, hipokondriasis belirtileri ile ilişkili görülmektedir. Belirsiz durumlar karşısında karşılaşılan olumsuz duyguların birçok psikolojik rahatsızlık üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Bu konuda bu kavramın psikopatolojik olarak ele alınması da bir göstergedir.

BT, bireylerin çevrelerini gözlemlerken çevresindeki belirsizliği kabul edilemez olarak tanımlamakta kullandığı bir filtre olarak görülebilir. Eğer birey belirsizliği kabul edilemez olarak bulursa, belirsizliğin getireceği büyük endişe ile de karşı karşıya gelecektir. Bu bağlamda BT, aşırı endişeye önderlik eden bir bileşen olarak düşünülmektedir. BT, yaygın anksiyete bozukluğunda baştaki “Ya olursa?” sorusunu oluşturan önemli bir faktördür. BT düzeyi yüksek olan bireyler güvenilir bilgi olmadan sonuçların tahmin edilmesi gerektiği durumlarda kaygılı hissederler. OKB için de BT göre BT, obsesif kompulsif davranışların merkezindedir. Çünkü OKB’li birey birşey hakkında %100 kesinlik ihtiyacına sahiptir ve belirsizlik durumlarından kaçınmaya çalışırlar. Duygusal ve entelektüel belirsizlik olarak iki grupta ele alınan belirsizlikte, duygusal belirsizlik bizim için önemli kişiler veya nesnelere için tehdit edici olaylar/durumlar veya önceden kestirilemeyen olaylar hakkındaki duyguları ele alırken, entelektüel belirsizlik ise hayatlarımızda herhangi bir konudaki yeteneğimiz/yapabileceklerimize dair sorgulamaları ele alır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini belirlemek amacıyla birçok ölçek geliştirilmiştir. Literatürde en fazla kullanılan Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin 27 maddelik Fransızca formundan sonra (Freeston ve diğerleri, 1994) İngilizce formu (Buhr ve Dugas, 2002), daha sonra da 12 maddelik kısa formu (Carleton, Norton ve Asmundson, 2007) geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçeklerin daha çok yetişkin örnekleminde yürütülen çalışmalarda kullanıldığı göze çarpmaktadır. Son yıllarda az da olsa çocuk örnekleminde ve ebeveynlere yönelik belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeklerinin geliştirildiği görülmektedir (Przeworski, 2006).

Literatürde psikopatolojik araştırmalardan çok insanın olumlu yönlerine odaklanmasını öneren pozitif psikolojiye ilginin artması ile mutluluk ve mutlu olmayı sağlayan etkenler araştırılmış ve karşımıza iyi olma kavramı çıkmıştır. İyi olma ile yapılan araştırmalarda iki bakış açısı bulunmaktadır. Bunlardan ilki hazcılık

diğeri ise psikolojik işlevselliktir. Hazcılık öznel iyi olma, psikolojik işlevsellik ise psikolojik iyi olma ile ilişkilidir. Öznel iyi olma hazcı yaklaşımla, mutluluğu; psikolojik iyi olmanın da eudaimonik yaklaşımla insanın potansiyel gücünü ele almaktadır. Öznel iyi olma için, bireyin yaşamdoyumunun veolumlu duygularının, olumsuz duygulardan fazla olması denilebilir. Ryff öznel iyi olma yaklaşımlarını yetersiz bularak “Psikolojik İyi Olma” modelini geliştirmiştir. Bu modelde özkabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, çevresel hakimiyet, yaşam amacı, bireysel gelişim boyutları yer almaktadır. Bu kavramda bireyin, kendine ilişkin düşüncelerini araştırmasıve bu düşüncelere ilişkin farkındalık sağlaması, kendini değerlendirirken kendi standartlarını ölçüt alması, kendi değerlerini savunmasını, değerlerini yansıtan uygun seçimler yapması ve belirlediği amaçlara ulaşmak için çaba sergilemesi yer almaktadır. Bu modelin pozitif psikolojik sağlık ölçütlerini temel almaktadır. Literatüre bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olmanın bireyin yaşamında önemli kavramlar olduğu görölmektedir. Psikopatolojik bir kavram olan belirsizliğe tahammülsüzlüğün, pozitif psikolojiden temelini alan psikolojik iyi olma ile ilişkili olacağı beklenmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu çalışmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi olma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikoloji iyi olma düzeylerinin cinsiyet, algılanan gelir düzeyi, algılanan ebeveyn tutumu değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık gösterip göstermedikleri incelenmiştir. Bu bölümde araştırmanın modeli, örnekleme, araştırmada kullanılan ölçme araçları ve veri analiz teknikleri tanımlanacaktır.

3.1 ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu çalışmada, belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin ve bu iki kavramın cinsiyet, algılanan gelir düzeyi, algılanan ebeveyn tutumu değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için “ilişkisel tarama modeli” kullanılmıştır.

İlişkisel tarama modelleri iki ve daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan modeller olarak tanımlanır. İlişkisel tarama modelleri gerçek bir neden-sonuç ilişkisi vermeyen, ancak o yönde bazı ipuçları vererek, bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde diğerinin kestirilebilmesinde yararlı sonuçlar sağlayan bir araştırma düzenidir (Karasar, 2009).

3.2 ÇALIŞMA GRUBU

Bu araştırmanın örnekleme 2013-2014 Eğitim-Öğretim yılında Marmara Üniversitesi, Sakarya Üniversitesi, Anadolu Üniversitesi, Yıldız Teknik Üniversitesi, Sütçü İmam Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde lisans eğitimi alan 426 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem seçiminde tesadüfi oransız küme örneklem yolu

kullanılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin 274'ünü (%64,3) kızlar, 152'ini (%35,7) erkekler oluşturmaktadır.

Tablo 2. Çalışma Grubunun Sosyo-Demografik Özellikleri

Değişken		N	%
Cinsiyet	Kız	274	64
	Erkek	152	36
Ebeveyn Tutumu	Demokratik	152	36
	Otoriter	70	17
	Koruyucu	167	39
	İlgisiz	34	8
Algılanan Gelir Düzeyi	Yetersiz	39	9
	Orta	279	66
	İyi	105	25

3.3 VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu araştırmada veriler Kişisel Bilgi Formu, Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği-Kısa Form (BTÖ-12), Psikolojik İyi Olma Ölçekleri (PİOÖ) aracılığıyla toplanmıştır.

3.3.1 Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi formu katılımcılar hakkında sosyo-demografik bilgiler elde etmek için kullanılmıştır. Bu formda katılımcıların cinsiyet, algılanan gelir düzeyi, algılanan ebeveyn tutumunu belirlemeye yönelik sorular yer almaktadır (Ek 1).

3.3.2 Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği-Kısa Formu (BTÖ-12)/ Intolerance of Uncertainty Scale (IUS-12)

Katılımcıların belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerini belirlemek amacıyla Carleton, Norton ve Asmundson (2007) tarafından geliştirilen ve Sarıçam, Erguvan, Akın ve Akça (2014) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği-Kısa Form (BTÖ-12) (Ek-2) kullanılmıştır. BTÖ-12, 12 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar, ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı olarak adlandırılmıştır. İleriye yönelik kaygı boyutu maddeleri 1, 2, 3, 4, 5, 6, ve 7.

maddeler, engelleyici kaygı boyutu maddeleri ise 8, 9, 10, 11 ve 12. maddelerdir. Ölçek yetişkinler için kendini değerlendirmeye yönelik (self-report) 5'li Likert ("1" Bana hiç uygun değil, "2" Bana çok az uygun, "3" Bana biraz uygun, "4" Bana çok uygun ve "5" Bana tamamen uygun) bir ölçektir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 12 ile 60 arasında değişmektedir. Yükselen puanlar yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlüğü göstermektedir.

Carleton, Norton ve Asmundson (2007) Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin kısa formunu oluştururken, Freeston ve diğerleri (1994) tarafından geliştirilen 27 maddelik ölçeği esas almışlardır. BTÖ-12'nin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı normal insanlardan oluşan örnekleme .91, klinik hastalardan oluşan örnekleme ise .92 olarak bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin, 27 maddelik orijinal form ile ilişki katsayısı $r = .96$ olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin Türkçeye çevrilmesi ve dilsel eşdeğerlik çalışması

Öncelikle ölçek İngiliz Dili ve Edebiyatı ve Filoloji bölümü mezunu 5 dil uzmanı tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar tekrar İngilizceye çevrilerek İngilizce ve Türkçeyi bilen 19 kişiye uygulanarak iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Yine aynı öğretim üyeleri elde ettikleri Türkçe formlar üzerinde tartışarak anlam ve gramer açısından gerekli düzeltmeleri yapmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Son aşamada bu form, psikolojik danışma ve rehberlik ve ölçme ve değerlendirme alanındaki 2 öğretim üyesine inceletilerek görüşleri doğrultusunda bazı değişiklikler yapılmıştır. Hazırlanan Türkçe form çoğaltılarak üniversite öğrencilerine gerekli açıklama yapıldıktan sonra uygulanmış ve formlar toplanarak, verilerin bilgisayar ortamına aktarılması sağlanmıştır. İngilizce ve Türkçeyi çok iyi bilen 19 kişinin İngilizce form puanları ile Türkçe form puanları arasındaki korelasyon katsayısı .71 ve aynı kişilere iki hafta arayla yapılan uygulamada Türkçe formlar arasındaki korelasyon katsayısı .75 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçe formunun psikometrik özellikleri

Ölçeğin yapı geçerliliği için orta dereceli farklı bir üniversitenin eğitim fakültesinde gören 201 öğrenciden elde edilen verilerin faktör analizine uygunluğunu tespit etmek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı hesaplanmış ve Barlett Sphericity testi yapılmıştır. Verilerin faktör analizine uygunluğu için KMO .60'dan yüksek ve

Barlett testinin $p < .01$ önem düzeyinde anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2012). Yapılan analiz sonucu KMO örneklem uygunluk katsayısı .85, Barlett testi χ^2 değeri 5052,53 ($p < .001$, $sd = 66$) olarak bulunmuştur. Ölçeğin üniversite öğrencilerinden oluşan çalışma grubunda faktör yapısını ortaya koymak üzere açıklayıcı faktör analizi (AFA) yapılmıştır. Analiz sonucunda faktör yükleri .55 ile .87 arasında değişmekte olup; toplam varyansın %78,57'sini açıklayan iki faktörlü bir yapı elde olmuştur.

BTÖ-12'nin yapı geçerliği için orta dereceli farklı bir üniversitenin eğitim fakültesinde okuyan 392 öğrenciden elde edilen verilere uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde iki boyutlu modelin uyum indeksi değerleri: $\chi^2 = 147.20$, $sd = 48$, RMSEA=.073, CFI=.95, IFI=.95, GFI=.94, SRMR=.046 olarak bulunmuştur. BTÖ-12'nin ölçüt geçerliği çalışmasında Başa Çıkma Esnekliği Ölçeği ve Eğitim Stresi Ölçeği kullanılmış ve belirsizliğe tahammülsüzlükle başa çıkma esnekliği arasında negatif ($r = -.43$); eğitim stresi ile pozitif ($r = .41$) ilişki olduğu görülmüştür. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeğinin Cronbach alfa iç tutarlık güvenilirlik katsayısı katsayı ölçeğin bütünü için .88; ileriye yönelik kaygı alt boyutu için .84 , engelleyici kaygı alt boyutu için .77 olarak bulunmuştur.. Ayrıca ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği için ölçek 28 gün ara ile aynı çalışma grubundan 61 kişiye tekrar uygulandığında, iki uygulama arasındaki korelasyon katsayısı ölçeğin bütünü için .74, ileriye yönelik kaygı alt boyutu için .75, engelleyici kaygı alt boyutu için .71 olarak bulunmuştur. Ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyon katsayılarının .42 ile .68 arasında değiştiği görülmüştür.

3.3.3 Psikolojik İyi Olma Ölçekleri (Scales of Psychological Well-being)

Katılımcıların psikolojik iyi olma düzeylerini belirlemek amacıyla, Ryff (1989) tarafından geliştirilen ve Akın, Demirci, Yıldız, Gediksiz ve Eroğlu (2012) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Psikolojik İyi Olma Ölçekleri'nin (PİÖÖ) 42 maddelik formu (Ek 3) kullanılmıştır.

Ryff (1989) tarafında geliştirilen psikolojik iyi olma ölçeklerinin 42 maddelik formu, her birinde 7'şer madde bulunan 6 boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz-kabuldür. Orijinal ölçeğin uyum geçerliliği çalışmalarında alt ölçeklerin korelasyonlarının Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile .29'dan (Bireysel Gelişim) .62'ye (Öz-kabul), Yaşam Doyumu Ölçeği'yle .28'den (Özerklik) .73'e

(Öz-kabul), Duygu Denge Ölçeği'yle .25'ten (Bireysel Gelişim) .62'ye (Çevresel Hâkimiyet) ve Zung Depresyon Ölçeği'yle -.60'tan (Çevresel Hâkimiyet) -.33'e (Diğerleriyle Olumlu İlişkiler) sıralandığı görülmüştür. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik kat sayıları Özerklik alt ölçeği için .86, Çevresel Hâkimiyet alt ölçeği için .90, Bireysel Gelişim alt ölçeği için .87, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler alt ölçeği için .91, Yaşam Amaçları ve alt ölçeği için .90 ve Öz-kabul alt ölçeği için .93 olarak bulunmuştur. Altı hafta arayla yapılan çalışmadan elde edilen test tekrar test güvenirlik katsayıları .81 ile .85 arasında sıralanmaktadır (Akın, 2008). Psikolojik iyi olma ölçeklerinin 42 maddelik formu psikolojik iyi olma yapısının özelliklerini ölçen ve bireyin kendisi hakkında bilgi vermesine dayanan (self-report) bir ölçektir. 7'li (1-Hiç katılmıyorum/7-Tamamen katılıyorum) derecelendirmeye göre değerlendirilmektedir. Ölçekte yer alan 3., 5., 8., 10., 13., 14., 15., 16., 17., 18.,19., 23., 26., 27., 30., 31., 32., 34., 36., 39., ve 41. maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 294, en düşük puan ise 42'tür. Bireyin her bir alt ölçekten elde ettiği puanların yüksek olması bireyin ilgili alt ölçeğin değerlendirdiği özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca ölçek toplam bir psikolojik iyi olma puanı da vermektedir.

Ölçeklerin Türkçeye çevrilmesi

PİÖÖ' nün 84 maddelik versiyonu için dilsel eş değerlik çalışması için 124 İngilizce öğretmenine uygulanan İngilizce ve Türkçe form sonrasında elde edilen bulgular ölçeğin Türkçe ve orijinal maddelerinin puanları arasındaki korelasyonların .85 ile .98 arasında sıralandığını göstermiştir (Akın, 2008). PİÖÖ 42 maddelik versiyonunda bulunan maddeler 84 maddelik versiyonun içinden seçildiği için dilsel eşdeğerlik çalışması tekrarlanmamıştır. Ölçeğin orijinal formu ile Türkçe formu eğitim bilimleri bölümünde bulunan üç öğretim görevlisi tarafından gözden geçirilmiş ve gerekli düzenlemeler yapılarak Türkçe form elde edilmiştir.

Ölçeklerin Türkçe formunun psikometrik özellikleri

PİÖÖ 42 maddelik versiyonun 6 boyutlu psikolojik iyi olma modelinin uyumunu belirlemek amacıyla uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinal formda olduğu gibi altı boyutta iyi uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2=2689.13$, $sd=791$, $p=0.00000$, $RMSEA=.048$, $NFI=.92$, $NNFI = .94$, $CFI=.95$, $IFI= .95$, $RFI=.92$, $GFI=.90$ ve $SRMR=.048$). Psikolojik İyi Olma Ölçeklerinin 42 maddelik

versiyonunun iç tutarlılık güvenilirliğini belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ölçeğin bütünü için .87 olarak hesaplanmıştır. Psikolojik İyi Olma Ölçeklerinin 42 maddelik formunun alt ölçekler için ve ölçeğin tamamı için alınan toplam puanlara göre belirlenmiş %27'lik alt ve üst grupların madde puanlarındaki farkların anlamlı olduğu görülmüştür ($p < .001$)

3.4 VERİLERİN TOPLANMASI

Veriler 2014 yılı Nisan-Mayıs aylarında üniversite öğrencilerinden elde edilmiştir. Katılımcılara kendi haklarında bilgi vermelerine dayanan (self-report) ve 3 bölümden oluşan uygulama formu dağıtılmış ve gönüllü olanlardan formları doldurmaları istenmiştir. Beş farklı üniversitede uygulanan formlardan 426'sı analize dahil edilmiştir. Bu formlardaki bilgiler kodlanarak SPSS 15.0 paket programına veri olarak girilmiştir.

3.5 VERİ ANALİZ TEKNİKLERİ

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma düzeylerinin cinsiyet, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumları açısından incelenmesidir. Öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılmıştır. Öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi olma düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık sergileyip sergilemediğini belirlemek için ise "t testi" kullanılmıştır. Öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma düzeylerinin; gelir durumu, ebeveyn tutumları açısından anlamlı farklılıklar sergileyip sergilemediğini belirlemek amacıyla ise ANOVA kullanılmıştır. Veriler SPSS 15.0 paket programı ile analiz edilmiştir.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

4.1 ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK DÜZEYLERİ VE PSİKOLOJİK İYİ OLMA DÜZEYLERİ ARASINDA İLİŞKİ OLUP OLMADIĞINA İLİŞKİN BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeyleri arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan korelasyondan elde edilen bulgular Tablo 3’te gösterilmektedir.

Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinin Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri ile Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Tablosu

Faktör	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Özerklik	—									
2. Çevresel hâkimiyet	.368**	—								
3. Bireysel gelişim	.303**	.475**	—							
4. Diğerleriyle olumlu ilişkiler	.315**	.542**	.478**	—						
5. Yaşam amaçları	.296**	.461**	.501**	.482**	—					
6. Öz-kabul	.415**	.652**	.487**	.626**	.497**	—				
7. Psikolojik iyi olma	.605**	.790**	.720**	.783**	.721**	.841**	—			
8. Belirsizliğe tahammülsüzlük	-.170**	-.236**	-.226**	-.174**	-.116*	-.192**	-.247**	—		
9. İleriye yönelik kaygı	-.096*	-.182**	-.144**	-.104*	-0.055*	-.112*	-.155**	.901**	—	
10. Engelleyici kaygı	-.213**	-.241**	-.264**	-.212**	-.155**	-.234**	-.291**	.887**	.600**	—
Ortalama	32,61	33,95	36,08	37,75	36,59	34,94	212,05	40,50	24,44	16,061
Standart Sapma	5,97	5,94	5,85	6,71	6,02	6,86	27,79	9,69	5,58	5,24

*p <.05, **p<.01

Tablo 3’e göre üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu

görülmektedir. Tablo 3 incelendiğinde özerklik ($r = -.17$), çevresel hakimiyet ($r = -.24$), bireysel gelişim ($r = -.23$), diğerleriyle olumlu ilişkiler ($r = -.17$), yaşam amaçları ($r = -.12$), öz-kabul ($r = -.19$) ve toplam psikolojik iyi olma ($r = -.25$) puanlarının belirsizliğe tahammülsüzlük ile negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Psikolojik iyi olmanın ileriye yönelik kaygı ile negatif yönde düşük düzeyde ($r = -.11$, $p < .001$); engelleyici kaygı ile negatif yönde düşük düzeyde ($r = -.23$, $p < .001$) ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün alt boyutları (ileriye yönelik kaygı ve engelleyici kaygı) arasında, sırasıyla .90 ve .88 olmak üzere yüksek düzeyde ve pozitif yönde anlamlı korelasyon katsayıları bulunmuştur.

4.2 ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜĞE İLİŞKİN BULGULAR

4.2.1 Kız ve Erkek Üniversite Öğrencileri Arasında Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Açısından Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığına İlişkin Bulgular

Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığının incelenmesinde İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan “t” testi tekniği kullanılmıştır.

4.2.1.1 İleriye yönelik kaygı açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

İleriye yönelik kaygı açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4’te gösterilmektedir.

Tablo 4. İleriye Yönelik Kaygı Açısından Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
İleriye yönelik kaygı	Kız	274	24,12	5,78	-1,595	424	.111
	Erkek	152	25,01	5,18			

Tablo 4'te cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin ileriye yönelik kaygı puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Tabloya bakıldığında ileriye yönelik kaygı düzeyi açısından cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığı ($t_{0,05: 424} = -1,595$) saptanmıştır.

4.2.1.2 Engelleyici kaygı açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Engelleyici kaygı açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 5'te gösterilmektedir.

Tablo 5. Engelleyici Kaygı Açısından Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
Engelleyici kaygı	Kız	274	16,15	5,30	-,487	424	.627
	Erkek	152	15,89	5,14			

Tablo 5'te cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin engelleyici kaygı puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Tabloya bakıldığında engelleyici kaygı düzeyi açısından cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığı ($t_{0,05: 424} = -,487$) saptanmıştır.

4.2.1.3 Belirsizliğe tahammülsüzlük açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Belirsizliğe tahammülsüzlük açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 6'da gösterilmektedir.

Tablo 6. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Açısından Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
Belirsizliğe tahammülsüzlük	Kız	274	40,27	10,00	-,654	424	.514
	Erkek	152	40,91	9,12			

Tablo 6'da cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir.

Tabloya bakıldığında belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ($t_{0.05: 424} = -,654$).

4.2.2 Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığına İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin algılanan gelir düzeylerine göre belirsizliğe tahammülsüzlük puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Bu farkı irdelemek için üç alt soru sorulmuştur:

4.2.2.1 İleriye yönelik kaygı açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

İleriye yönelik kaygı açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 7 ve Tablo 8’de gösterilmektedir.

Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	25,18	4,59
Orta	278	24,01	5,73
İyi	107	25,20	5,48
Toplam	422	24,42	5,59

Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	132,857	2	66,429	2,134	,120
Grup içi	13042,062	419	31,127		
Toplam	13174,919	421			

Tablo 7’de yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip ileriye yönelik kaygı puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 8’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin ileriye yönelik kaygı puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek

amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin ileriye yönelik kaygı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{2-419}= 2,134, p>.05$).

4.2.2.2 Engelleyici kaygı açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Engelleyici kaygı açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 9 ve Tablo 10’da gösterilmektedir.

Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeyine Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	17,16	5,39
Orta	278	16,00	5,17
İyi	107	15,76	5,40
Toplam	422	16,04	5,25

Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	54,962	2	27,481	,996	,370
Grup içi	11557,182	419	27,583		
Toplam	11612,145	421			

Tablo 9’da yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip engelleyici kaygı puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 10’da ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin engelleyici kaygı puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin engelleyici kaygı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{2-419}=0,996, p>.05$).

4.2.2.3 Belirsizliğe tahammülsüzlük puanları açısından gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Belirsizliğe tahammülsüzlük açısından gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 11 ve Tablo 12’de gösterilmektedir.

Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	42,35	8,64
Orta	277	40,03	9,80
İyi	107	40,97	9,70
Toplam	421	40,47	9,69

Tablo 12. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	210,932	2	105,466	1,124	,326
Grup içi	39234,056	418	93,861		
Toplam	39444,988	420			

Tablo 11’de yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 12’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{2-418}=1,124, p>.05$).

4.2.3 Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığına İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre, belirsizliğe tahammülsüzlük puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Bu farkı irdelemek için üç alt soru sorulmuştur:

4.2.3.1 İleriye yönelik kaygı açısından algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

İleriye yönelik kaygı açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 13 ve Tablo 14'te gösterilmektedir.

Tablo 13. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre İleriye Yönelik Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	23,54	5,47
Otoriter	71	24,87	6,35
Koruyucu	167	25,23	5,16
İlgisiz	34	23,64	5,97
Toplam	425	24,44	5,59

Tablo 14. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	261,322	3	87,107	2,822	,039
Grup içi	12995,398	421	30,868		
Toplam	13256,720	424			

Tablo 13'te demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ve ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin ileriye yönelik kaygı puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 14'te ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin ileriye yönelik kaygı puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin ileriye yönelik kaygı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak

anlamli bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-421} = 2,822$, $p < .05$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 15'te gösterilmiştir.

Tablo 15. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Bağımsız Değişken	F	Sd1	Sd2	p
İleriye yönelik kaygı	1,548	3	421	.201

Levene testi sonucunda (Tablo 15) ileriye yönelik kaygı puanları ($F_{3-421} = 1,548$, $p > .05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 16. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre İleriye Yönelik Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Demokratik	Otoriter	-1,32422	,79782	,346
	Koruyucu	-1,68451*	,62176	,035
	İlgisiz	-,09804	1,05339	1,000
Otoriter	Demokratik	1,32422	,79782	,346
	Koruyucu	-,36029	,78715	,968
	İlgisiz	1,22618	1,15872	,715
Koruyucu	Demokratik	1,68451*	,62176	,035
	Otoriter	,36029	,78715	,968
	İlgisiz	1,58647	1,04533	,428
İlgisiz	Demokratik	,09804	1,05339	1,000
	Otoriter	-1,22618	1,15872	,715
	Koruyucu	-1,58647	1,04533	,428

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 16) koruyucu ebeveyn tutumu ($\bar{X} = 25,23$) ile demokratik ebeveyn tutumu ($\bar{X} = 23,54$) puanları

arasında koruyucu ebeveyn tutumu lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin demokratik ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha yüksek ileriye yönelik kaygı puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.2.3.2 Engelleyici kaygı açısından algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Engelleyici kaygı açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 17 ve Tablo 18’de gösterilmektedir.

Tablo 17. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	15,44	5,07
Otoriter	70	15,98	5,33
Koruyucu	168	16,76	5,28
İlgisiz	34	15,61	5,45
Toplam	425	16,07	5,24

Tablo 18. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Engelleyici Kaygı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	149,143	3	49,714	1,814	,144
Grup içi	11534,739	421	27,398		
Toplam	11683,882	424			

Tablo 17’de demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ebeveyn gelir düzeyine sahip öğrencilerin engelleyici kaygı puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 18’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin engelleyici kaygı puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin engelleyici kaygı puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-421}=1,814, p>.05$).

4.2.3.3 Belirsizliğe tahammülsüzlük puanları açısından algılanan ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Belirsizliğe tahammülsüzlük açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 19 ve Tablo 20’de gösterilmektedir.

Tablo 19. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	38,99	9,34
Otoriter	70	40,97	10,28
Koruyucu	167	41,98	9,42
İlgisiz	34	39,26	10,50
Toplam	424	40,51	9,69

Tablo 20. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	781,349	3	260,450	2,808	,039
Grup içi	38956,500	420	92,754		
Toplam	39737,849	423			

Tablo 19’da demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 20’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-420}=2,808, p<.05$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 21’de gösterilmiştir.

Tablo 21. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Belirsizliğe tahammülsüzlük	.578	3	420	.629

Levene testi sonucunda (Tablo 21) belirsizliğe tahammülsüzlük puanları ($F_{3-420}=,578$, $p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayılp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 22. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Belirsizliğe Tahammülsüzlük Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Demokratik	Otoriter	-1,97796	1,38971	,485
	Koruyucu	-2,98857*	1,07780	,030
	İlgisiz	-,27124	1,82600	,999
Otoriter	Demokratik	1,97796	1,38971	,485
	Koruyucu	-1,01061	1,37130	,882
	İlgisiz	1,70672	2,01323	,832
Koruyucu	Demokratik	2,98857*	1,07780	,030
	Otoriter	1,01061	1,37130	,882
	İlgisiz	2,71733	1,81203	,439
İlgisiz	Demokratik	,27124	1,82600	,999
	Otoriter	-1,70672	2,01323	,832
	Koruyucu	-2,71733	1,81203	,439

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 22) koruyucu ebeveyn tutumu ($\bar{X}=41,98$) ile demokratik ebeveyn tutumu ($\bar{X}=38,99$) puanları arasında koruyucu ebeveyn tutumu lehine anlamlı farklılık görülmüştür. Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin demokratik ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha yüksek belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3 ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN PSİKOLOJİK İYİ OLMAYA İLİŞKİN BULGULAR

4.3.1 Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Açısından Kız ve Erkek Üniversite Öğrencileri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığına İlişkin Bulgular

Psikolojik iyi olma düzeyleri açısından cinsiyet farklılıklarının incelenmesinde İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan “t” testi tekniği kullanılmıştır. Bu farkı irdelemek için yedi alt soru sorulmuştur:

4.3.1.1 Özerklik açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Özerklik açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 23’te gösterilmektedir.

Tablo 23. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Özerklik Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	p
Özerklik	Kız	274	32,71	6,09	.485	424	.628
	Erkek	152	32,42	5,76			

Tablo 23’te cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin özerklik puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Tabloya bakıldığında, üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre özerklik ($t_{0.05; 424} = .485$) puanları açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir.

4.3.1.2 Çevresel hakimiyet açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Çevresel hakimiyet açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 24’te gösterilmektedir.

Tablo 24. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	p
Çevresel hakimiyet	Kız	274	34,38	5,95	2,031	424	.043
	Erkek	152	33,16	5,86			

Tablo 24’te cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin çevresel hakimiyet puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Tabloya bakıldığında çevresel hakimiyet açısından kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı düzeyde farklılığa rastlanmıştır ($t_{0.05; 424} = 2,031$). Bu farklılık kız öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{X} = 34,38$, $Ss = 5,95$) erkek öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 33,16$, $Ss = 5,86$) fazla olmasından kaynaklanmaktadır. Bu bulguya göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla çevresel hakimiyet düzeyine sahip oldukları söylenebilir.

4.3.1.3 Bireysel gelişim açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Bireysel gelişim açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 25’te gösterilmektedir.

Tablo 25. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	p
Bireysel gelişim	Kız	274	36,90	6,00	3,950	424	.000
	Erkek	152	34,60	5,27			

Tablo 25’te cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin bireysel gelişim puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Bireysel gelişim açısından ele alındığında kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı düzeyde farklılığa rastlanmıştır ($t_{0.05; 424} = 3,950$). Bu farklılık kız öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{X} = 36,90$, $Ss = 6$), erkek öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 34,60$, $Ss = 5,27$) fazla olmasından kaynaklanmaktadır. Bu bulguya göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla bireysel gelişim düzeyine sahip oldukları söylenebilir.

4.3.1.4 Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 26’da gösterilmektedir.

Tablo 26. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	p
Diğerleriyle olumlu ilişkiler	Kız	274	38,48	6,67	3,052	424	.002
	Erkek	152	36,42	6,59			

Tablo 26’da cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin bireysel gelişim puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından ele alındığında kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı düzeyde farklılığa rastlanmıştır ($t_{0.05; 424} = 3,052$). Bu farklılık kız öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{X}=38.48$, $Ss=6,67$) erkek öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{X}=36,42$, $Ss=6,59$) fazla olmasından kaynaklanmaktadır. Bu bulguya göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla diğerleriyle olumlu ilişkiler düzeyine sahip oldukları söylenebilir.

4.3.1.5 Yaşam amaçları açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Yaşam amaçları açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 27’de gösterilmektedir.

Tablo 27. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	p
Yaşam amaçları	Kız	274	37,17	5,74	2,670	424	.008
	Erkek	152	35,55	6,40			

Tablo 27’de cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin yaşam amaçları puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Yaşam amaçları açısından ele alındığında kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı düzeyde farklılığa

rastlanmıştır ($t_{0,05: 424} = 2,670$). Bu farklılık kız öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{X} = 37,17$, $Ss = 5,74$), erkek öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 35,55$, $Ss = 6,40$) fazla olmasından kaynaklanmaktadır. Bu bulguya göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla yaşam amaçları düzeyine sahip oldukları söylenebilir.

4.3.1.6 Öz-kabul açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-kabul açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 28’de gösterilmektedir.

Tablo 28. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Öz-kabul Puanlarının Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	p
Öz-kabul	Kız	274	35,19	7,22	,985	424	.325
	Erkek	152	34,50	6,16			

Tablo 28’de cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin öz-kabul puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Tabloya bakıldığında, üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öz-kabul ($t_{0,05: 424} = ,985$) puanları açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir.

4.3.1.7 Toplam psikolojik iyi olma puanları açısından cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Toplam psikolojik iyi olma açısından cinsiyete göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan t testi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 29’da gösterilmektedir.

Tablo 29. Kız ve Erkek Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Karşılaştırılması İçin T Testi Tablosu

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	T	Sd	p
Toplam psikolojik iyi olma	Kız	274	215,04	28,38	3,024	424	.003
	Erkek	152	206,54	25,86			

Tablo 29’da cinsiyet değişkenine göre kız ve erkek öğrencilerin psikolojik iyi olma puanlarına ait ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Toplam psikolojik iyi olma puanları açısından ele alındığında kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı

düzeyde farklılığa rastlanmıştır ($t_{0,05: 424} = 3,024$). Bu farklılık kız öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{X} = 215,04$, $Ss = 28,38$), erkek öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{X} = 206,54$, $Ss = 25,86$) fazla olmasından kaynaklanmaktadır. Bu bulguya göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla toplam psikolojik iyi olma düzeyine sahip oldukları söylenebilir.

4.3.2 Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılıklar Olup Olmadığına İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin algılanan gelir düzeylerine göre psikolojik iyi olma puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Bu farkı irdelemek için yedi alt soru sorulmuştur:

4.3.2.1 Özerklik açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Özerklik açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 30, Tablo 31’de gösterilmektedir.

Tablo 30. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	36	33,36	4,98
Orta	279	32,00	5,91
İyi	107	34,12	6,18
Toplam	422	32,65	5,97

Tablo 31. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	367,762	2	183,881	5,267	,006
Grup içi	14627,726	419	34,911		
Toplam	14995,488	421			

Tablo 30’da yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin özerklik puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 31’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin özerklik puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin özerklik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{2-419}=5,267$, $p<.01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 32’de gösterilmiştir.

Tablo 32. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Özerklik	.907	2	419	.405

Levene testi sonucunda (Tablo 32) özerklik puanları ($F_{2-419}=,907$ $p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 33. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Gelir Düzeyi	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Yetersiz	Orta	1,36111	1,04637	0,396
	İyi	-0,76038	1,13843	0,782
Orta	Yetersiz	-1,36111	1,04637	0,396
	İyi	-2,12150*	0,67186	0,005
İyi	Yetersiz	0,76038	1,13843	0,782
	Orta	2,12150*	0,67186	0,005

Bu farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda Tablo 33’te iyi gelir düzeyi ($\bar{X}=34,12$) ile orta gelir düzeyi ($\bar{X}=32$) arasında iyi gelir düzeyi lehine anlamlı

farklılıklar bulunmuştur. Bu bulguya göre orta gelir düzeyine sahip öğrencilerin iyi gelir düzeyine sahip öğrencilere göre daha düşük özerklik puanına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.2.2 Çevresel hakimiyet açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Çevresel hakimiyet açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 34 ve Tablo 35'te gösterilmektedir.

Tablo 34. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	30,68	4,39
Orta	279	33,89	5,67
İyi	107	35,10	6,56
Toplam	423	33,92	5,91

Tablo 35. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	539,353	2	269,676	7,970	,000
Grup içi	14210,751	420	33,835		
Toplam	14750,104	422			

Tablo 34'te yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin çevresel hakimiyet puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 35'te ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin çevresel hakimiyet puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin çevresel hakimiyet puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{2-420} = 7,970$, $p < .01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 36'da gösterilmiştir.

Tablo 36. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Çevresel hakimiyet	3,559	2	420	.029

Levene testi sonucunda (Tablo 36) çevresel hakimiyet puanları ($F_{2,420}=3,559$, $p < .05$) varyanslarının homojen olmadığı varsayıp Tamhane testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 37. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tamhane T2 Testi Tablosu

Değişken	Gelir Düzeyi	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Yetersiz	Orta	-3,21680*	,79783	,001
	İyi	-4,42713*	,96098	,000
Orta	Yetersiz	3,21680*	,79783	,001
	İyi	-1,21033	,71959	,257
İyi	Yetersiz	4,42713*	,96098	,000
	Orta	1,21033	,71959	,257

Bu farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tamhane testi sonucunda orta gelir ($\bar{X}=33,89$) ile yetersiz gelir ($\bar{X}=30,68$) arasında orta gelir lehine ve iyi gelir ($\bar{X}=35,10$) ile yetersiz gelir ($\bar{X}=30,68$) arasında iyi gelir lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre yetersiz gelir düzeyine sahip öğrencilerin orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilere göre daha düşük çevresel hakimiyet puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.2.3 Bireysel gelişim açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Bireysel gelişim açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 38 ve Tablo 39'da gösterilmektedir.

Tablo 38. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	33,70	5,58
Orta	278	36,29	5,76
İyi	107	36,37	6,02
Toplam	422	36,08	5,85

Tablo 39. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	230,342	2	115,171	3,409	,034
Grup içi	14155,755	419	33,785		
Toplam	14386,097	421			

Tablo 38’de yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin bireysel gelişim puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 39’da ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin bireysel gelişim puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin bireysel gelişim puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{2-419}=3,409$, $p<.05$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 40’da gösterilmiştir.

Tablo 40. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Bireysel gelişim	,702	2	419	.496

Levene testi sonucunda (Tablo 40) bireysel gelişim puanları ($F_{2-419}=,702$, $p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayılp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi

kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 41. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Gelir Düzeyi	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Yetersiz	Orta	-2,58507*	1,01717	0,031
	İyi	-2,67113*	1,10853	0,043
Orta	Yetersiz	2,58507*	1,01717	0,031
	İyi	-0,08606	0,66127	0,991
İyi	Yetersiz	2,67113*	1,10853	0,043
	Orta	0,08606	0,66127	0,991

Bu farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda iyi gelir düzeyi ($\bar{X} = 36,37$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 33,70$) arasında iyi gelir lehine ve orta gelir düzeyi ($\bar{X} = 36,29$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 33,70$) arasında orta gelir lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu bulguya göre yetersiz gelir düzeyine sahip öğrencilerin orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilere göre daha düşük bireysel gelişim puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.2.4 Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 42 ve Tablo 43'te gösterilmektedir.

Tablo 42. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	35,05	6,42
Orta	279	37,86	6,47
İyi	106	38,34	7,20
Toplam	422	37,73	6,70

Tablo 43. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	309,061	2	154,531	3,487	,031
Grup içi	18567,214	419	44,313		
Toplam	18876,275	421			

Tablo 42’de yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişkiler puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 43’te ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı öğrencilerin olan diğerleriyle olumlu ilişkiler puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişkiler puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{2-419} = 3,487$, $p < .05$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 44’te gösterilmiştir.

Tablo 44. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Diğerleriyle olumlu ilişkiler	,302	2	419	.739

Levene testi sonucunda (Tablo 45) diğerleriyle olumlu gelişim puanları ($F_{2-420} = ,302$, $p > .05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farkın kaynağına bakılmıştır.

Tablo 45. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Gelir Düzeyi	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Yetersiz	Orta	-2,80616*	1,16468	0,043
	İyi	-3,28557*	1,2711	0,027
Orta	Yetersiz	2,80616*	1,16468	0,043
	İyi	-0,47941	0,75952	0,803
İyi	Yetersiz	3,28557*	1,2711	0,027
	Orta	0,47941	0,75952	0,803

Bu farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda, orta gelir düzeyi ($\bar{X} = 37,86$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 35,05$) arasında orta gelir lehine ve iyi gelir düzeyi $\bar{X} = 38,34$ ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 35,05$) arasında iyi gelir düzeyi lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre yetersiz gelir düzeyine sahip öğrencilerin orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilere göre daha düşük diğerleriyle olumlu ilişkiler puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.2.5 Yaşam amaçları açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Yaşam amaçları açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 46 ve Tablo 47’de gösterilmektedir.

Tablo 46. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	33,73	5,93
Orta	279	36,85	5,77
İyi	106	36,97	6,43
Toplam	422	36,60	6,01

Tablo 47. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	336,327	2	168,164	4,736	,009
Grup içi	14878,585	419	35,510		
Toplam	15214,912	421			

Tablo 46’da yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin yaşam amaçları puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 47’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı öğrencilerin olan yaşam amaçları puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin yaşam amaçları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{2-419}=4,736, p<.01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 48’de gösterilmiştir.

Tablo 48. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Yaşam amaçları	,726	2	419	.485

Levene testi sonucunda (Tablo 48) yaşam amaçları puanları ($F_{2-419}=,726 p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 49. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Gelir Düzeyi	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Yetersiz	Orta	-3,11615*	1,04259	0,008
	İyi	-3,24197*	1,13786	0,013
Orta	Yetersiz	3,11615*	1,04259	0,008
	İyi	-0,12582	0,67991	0,981
İyi	Yetersiz	3,24197*	1,13786	0,013
	Orta	0,12582	0,67991	0,981

Bu farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 49) orta gelir düzeyi ($\bar{X} = 36,85$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 33,73$) arasında orta gelir lehine ve iyi gelir düzeyi ($\bar{X} = 36,97$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 33,73$) arasında iyi gelir düzeyi lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre yetersiz gelir düzeyine sahip öğrencilerin orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilere göre daha düşük yaşam amaçları puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.2.6 Öz-kabul açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-kabul açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 50 ve Tablo 51’de gösterilmektedir.

Tablo 50. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Öz-Kabul Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	37	31,38	5,45
Orta	278	34,99	6,82
İyi	106	36,04	7,05
Toplam	421	34,93	6,86

Tablo 51. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Öz-Kabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	597,644	2	298,822	6,514	,002
Grup içi	19174,494	418	45,872		
Toplam	19772,138	420			

Tablo 50’de yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin öz-kabul puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 51’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin öz-kabul puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin öz-kabul puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{2-418} = 6,514$, $p < .01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 52’de gösterilmiştir.

Tablo 52. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Öz-Kabul Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Öz-kabul	,921	2	418	,399

Levene testi sonucunda (Tablo 52) öz-kabul puanları ($F_{2-418} = ,921$ $p > .05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 53. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Öz-kabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Gelir Düzeyi	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Yetersiz	Orta	-3,60723*	1,18524	0,007
	İyi	-4,65936*	1,29327	0,001
Orta	Yetersiz	3,60723*	1,18524	0,007
	İyi	-1,05212	0,77315	0,363
İyi	Yetersiz	4,65936	1,29327	0,001
	Orta	1,05212	0,77315	0,363

Bu farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 53) orta gelir düzeyi ($\bar{X} = 34,99$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 31,38$) arasında orta gelir lehine ve iyi gelir düzeyi ($\bar{X} = 36,04$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X} = 31,38$) arasında iyi gelir düzeyi lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre yetersiz gelir düzeyine sahip öğrencilerin orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilere göre daha düşük öz-kabul puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.2.7 Toplam psikolojik iyi olma puanları açısından algılanan gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Toplam psikolojik iyi olma puanları açısından algılanan gelir düzeyine göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 54 ve Tablo 55'te gösterilmektedir.

Tablo 54. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	Ss
Yetersiz	36	198,89	19,92
Orta	277	211,97	27,06
İyi	104	216,85	30,48
Toplam	417	212,06	27,75

Tablo 55. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	8629,930	2	4314,965	5,732	,004
Grup içi	311639,802	414	752,753		
Toplam	320269,731	416			

Tablo 54'te yetersiz, orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilerin toplam psikolojik iyi olma puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 55'te ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Gelir düzeyleri farklı öğrencilerin olan toplam psikolojik iyi olma puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda öğrencilerin

toplam psikolojik iyi olma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{2-414}= 5,732$, $p<.01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 56’da gösterilmiştir.

Tablo 56. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Toplam psikolojik iyi olma	3,781	2	414	.024

Levene testi sonucunda (Tablo 56) toplam psikolojik iyi olma puanları ($F_{2-414}=3,781$, $p<.05$) toplam varyanslarının homojen olmadığı varsayılp Tamhane çoklu karşılaştırma testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 57. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Gelir Düzeylerine Göre Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tamhane T2 Testi Tablosu

Değişken	Gelir Düzeyi	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Yetersiz	Orta	-13,07862*	3,69598	,003
	İyi	-17,9573*	4,46650	,000
Orta	Yetersiz	13,07862*	3,69598	,003
	İyi	-4,87864	3,40231	,393
İyi	Yetersiz	17,95726*	4,46650	,000
	Orta	4,87864	3,40231	,393

Bu farklılığın hangi gelir düzeyleri arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tamhane testi sonucunda (Tablo 57) farklılığın orta gelir düzeyi ($\bar{X}=211,97$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X}=198,89$) arasında orta gelir lehine ve iyi gelir düzeyi ($\bar{X}=216,85$) ile yetersiz gelir düzeyi ($\bar{X}=198,89$) arasında iyi gelir düzeyi lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre yetersiz gelir düzeyine sahip öğrencilerin orta ve iyi gelir düzeyine sahip öğrencilere göre daha düşük toplam psikolojik iyi olma puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.3 Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Arasında Anlamlı Farklılık Olup Olmadığına Dair Bulgular

Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre psikolojik iyi olma puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Bu farkı irdelemek için yedi alt soru sorulmuştur:

4.3.3.1 Özerklik açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Özerklik açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 58 ve Tablo 59’da gösterilmektedir.

Tablo 58. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Özerklik Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	33,46	5,98
Otoriter	71	33,25	6,15
Koruyucu	167	31,62	5,63
İlgisiz	34	32,32	6,62
Toplam	425	32,61	5,97

Tablo 59. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	306,838	3	102,279	2,907	,034
Grup içi	14812,325	421	35,184		
Toplam	15119,162	424			

Tablo 58’de demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin özerklik puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 59’da ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin özerklik puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda öğrencilerin özerklik puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-421}=2,907, p<.01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi

sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 60'da gösterilmiştir.

Tablo 60. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Özerklik Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Özerklik	,697	3	421	,554

Levene testi sonucunda (Tablo 60) özerklik puanları ($F_{3-421}=,697$, $p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farkın kaynağına bakılmıştır.

Tablo 61. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Özerklik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Demokratik	Otoriter	0,204	0,85176	0,995
	Koruyucu	1,84075*	0,66381	0,029
	İlgisiz	1,13399	1,12462	0,745
Otoriter	Demokratik	-0,204	0,85176	0,995
	Koruyucu	1,63675	0,84037	0,21
	İlgisiz	0,92999	1,23708	0,876
Koruyucu	Demokratik	-1,84075*	0,66381	0,029
	Otoriter	-1,63675	0,84037	0,21
	İlgisiz	-0,70676	1,11602	0,921
İlgisiz	Demokratik	-1,13399	1,12462	0,745
	Otoriter	-0,92999	1,23708	0,876
	Koruyucu	0,70676	1,11602	0,921

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutum puanları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 61) farklılığın demokratik ebeveyn tutum puanları ($\bar{X}=33,46$) ile koruyucu ebeveyn tutumu puanları ($\bar{X}=31,62$) arasında demokratik ebeveyn tutum lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin demokratik ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha düşük özerklik puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.3.2 Çevresel hakimiyet açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Çevresel hakimiyet açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 62 ve Tablo 63'te gösterilmektedir.

Tablo 62. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	34,71	5,87
Otoriter	71	35,46	6,44
Koruyucu	168	32,65	5,66
İlgisiz	34	33,74	5,40
Toplam	426	33,95	5,94

Tablo 63. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	537,852	3	179,284	5,238	,001
Grup içi	14443,906	422	34,227		
Toplam	14981,758	425			

Tablo 62'de demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ve ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin çevresel hakimiyet puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 63'te ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin çevresel hakimiyet puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin çevresel hakimiyet puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-422} = 5,238$, $p < .01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 64'te gösterilmiştir.

Tablo 64. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Çevresel hakimiyet	1,288	3	422	.278

Levene testi sonucunda (Tablo 64) çevresel hakimiyet puanları ($F_{3-422}=1,288$, $p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 65. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Çevresel Hakimiyet Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Demokratik	Otoriter	-0,75237	0,84011	0,807
	Koruyucu	2,06361*	0,65379	0,009
	İlgisiz	0,97712	1,10923	0,815
Otoriter	Demokratik	0,75237	0,84011	0,807
	Koruyucu	2,81598*	0,82814	0,004
	İlgisiz	1,72949	1,22015	0,489
Koruyucu	Demokratik	-2,06361*	0,65379	0,009
	Otoriter	-2,81598*	0,82814	0,004
	İlgisiz	-1,08648	1,10019	0,757
İlgisiz	Demokratik	-0,97712	1,10923	0,815
	Otoriter	-1,72949	1,22015	0,489
	Koruyucu	1,08648	1,10019	0,757

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 65) demokratik ebeveyn tutumu puanları ($\bar{X}=34,71$) ile koruyucu ebeveyn tutumu puanları ($\bar{X}=32,65$) arasında demokratik ebeveyn tutumu lehine ve otoriter ebeveyn tutumu puanları ($\bar{X}=35,46$) ile koruyucu ebeveyn tutumu puanları ($\bar{X}=32,65$) arasında otoriter ebeveyn tutumu lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür. Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin otoriter ve demokratik ebeveyn

tutumlarına sahip öğrencilere göre daha düşük çevresel hakimiyet puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.3.3 Bireysel gelişim açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Bireysel gelişim açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 66 ve Tablo 67’de gösterilmektedir.

Tablo 66. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	36,69	5,86
Otoriter	70	37,66	5,51
Koruyucu	168	34,83	5,89
İlgisiz	34	36,21	5,19
Toplam	425	36,08	5,85

Tablo 67. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	495,603	3	165,201	4,967	,002
Grup içi	14003,677	421	33,263		
Toplam	14499,280	424			

Tablo 66’da demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ve ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin bireysel gelişim puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 67’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin bireysel gelişim puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda öğrencilerin bireysel gelişim puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-421} = 4,967$, $p < .01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 68’de gösterilmiştir.

Tablo 68. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Bireysel gelişim	,676	3	421	.567

Levene testi sonucunda (Tablo 68) bireysel gelişim puanları ($F_{3-421}=,676$, $p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 69. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Bireysel Gelişim Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	P
Demokratik	Otoriter	-0,9757	0,82819	0,641
	Koruyucu	1,85294*	0,64451	0,022
	İlgisiz	0,47415	1,10696	0,974
Otoriter	Demokratik	0,9757	0,82819	0,641
	Koruyucu	2,82864*	0,81639	0,003
	İlgisiz	1,44985	1,2151	0,631
Koruyucu	Demokratik	-1,85294*	0,64451	0,022
	Otoriter	-2,82864*	0,81639	0,003
	İlgisiz	-1,37879	1,09816	0,592
İlgisiz	Demokratik	-0,47415	1,10696	0,974
	Otoriter	-1,44985*	1,2151	0,631
	Koruyucu	1,37879	1,09816	0,592

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 69) demokratik ebeveyn tutumu ($\bar{X}=36,69$) puanları ile koruyucu ebeveyn tutumu ($\bar{X}=34,83$) puanları arasında demokratik ebeveyn tutumu lehine ve otoriter ebeveyn tutumu ($\bar{X}=37,66$) puanları ile koruyucu ebeveyn tutumu ($\bar{X}=34,83$) puanları arasında otoriter ebeveyn tutumu lehine anlamlı farklılıklar görülmüştür.

Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin demokratik ve otoriter ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha düşük bireysel gelişim puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.3.4 Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Diğerleriyle olumlu ilişkiler açısından ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 70 ve Tablo 71’de gösterilmektedir.

Tablo 70. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	38,00	6,84
Otoriter	70	39,37	6,36
Koruyucu	168	36,74	6,85
İlgisiz	34	38,24	5,35
Toplam	425	37,75	6,71

Tablo 71. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	371,607	3	123,869	2,790	,040
Grup içi	18694,455	421	44,405		
Toplam	19066,061	424			

Tablo 70’de demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ve ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişkiler puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 71’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişkiler puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin diğerleriyle olumlu ilişkiler puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-421}=2,790, p<.05$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 72’te gösterilmiştir.

Tablo 72. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Diğerleriyle olumlu ilişkiler	1,597	3	421	.190

Levene testi sonucunda (Tablo 72) diğerleriyle olumlu ilişkiler puanları ($F_{3,421}=1,597$, $p>.05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 73. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Diğerleriyle Olumlu İlişkiler Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Demokratik	Otoriter	-1,37143	0,96155	0,484
	Koruyucu	1,25595	0,74468	0,332
	İlgisiz	-0,23529	1,26343	0,998
Otoriter	Demokratik	1,37143*	0,96155	0,484
	Koruyucu	2,62738	0,94798	0,03
	İlgisiz	1,13613	1,39298	0,847
Koruyucu	Demokratik	-1,25595	0,74468	0,332
	Otoriter	-2,62738	0,94798	0,03
	İlgisiz	-1,49125	1,25313	0,634
İlgisiz	Demokratik	0,23529	1,26343	0,998
	Otoriter	-1,13613*	1,39298	0,847
	Koruyucu	1,49125	1,25313	0,634

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 73) otoriter ebeveyn tutumları ($\bar{X}=39,37$) puanları ile koruyucu ebeveyn tutumları ($\bar{X}=36,74$) arasında otoriter ebeveyn tutumu lehine anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin otoriter ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha düşük diğerleriyle olumlu ilişkiler puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.3.5 Yaşam amaçları açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Yaşam amaçları açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 74 ve Tablo 75'te gösterilmektedir.

Tablo 74. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	153	36,70	6,57
Otoriter	71	37,62	5,58
Koruyucu	168	36,13	5,84
İlgisiz	33	36,24	5,10
Toplam	425	36,59	6,02

Tablo 75. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Yaşam Amaçları Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	117,424	3	39,141	1,079	,358
Grup içi	15269,338	421	36,269		
Toplam	15386,762	424			

Tablo 74'te demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ve ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin yaşam amaçları puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 75'te ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin yaşam amaçları puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin yaşam amaçları puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-421} = 1,079$, $p > .05$).

4.3.3.6 Öz-kabul açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-kabul açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 76 ve Tablo 77'de gösterilmektedir.

Tablo 76. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Öz-Kabul Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	152	34,98	7,07
Otoriter	70	37,63	5,81
Koruyucu	168	33,89	6,88
İlgisiz	34	34,47	6,60
Toplam	424	34,94	6,86

Tablo 77. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Öz-Kabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	700,036	3	233,345	5,102	,002
Grup içi	19210,605	420	45,740		
Toplam	19910,642	423			

Tablo 76’da demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ve ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin öz-kabul puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 77’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin öz-kabul puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda (Tablo 77) öğrencilerin öz-kabul puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-420} = 5,102$, $p < .01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 78’de gösterilmiştir.

Tablo 78. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Öz-Kabul Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Özkabul	1,084	3	420	.356

Levene testi sonucunda (Tablo 78) öz-kabul puanları ($F_{3-420} = 1,084$, $p > .05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 79. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Öz-kabul Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Demokratik	Otoriter	-2,64831	0,9769	0,035
	Koruyucu	1,09336*	0,75708	0,473
	İlgisiz	0,50967	1,28304	0,979
Otoriter	Demokratik	2,64831*	0,9769	0,035
	Koruyucu	3,74167*	0,96212	0,001
	İlgisiz	3,15798	1,41375	0,116
Koruyucu	Demokratik	-1,09336	0,75708	0,473
	Otoriter	-3,74167*	0,96212	0,001
	İlgisiz	-0,58368	1,27183	0,968
İlgisiz	Demokratik	-0,50967	1,28304	0,979
	Otoriter	-3,15798	1,41375	0,116
	Koruyucu	0,58368	1,27183	0,968

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 79) otoriter ebeveyn tutumları ($\bar{X} = 37,63$) puanları ile koruyucu ebeveyn tutumları ($\bar{X} = 33,89$) arasında otoriter ebeveyn tutumu lehine ve otoriter ebeveyn tutumları ($\bar{X} = 37,63$) puanları ile demokratik ebeveyn tutumları ($\bar{X} = 34,98$) arasında otoriter ebeveyn tutumu lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu bulguya göre koruyucu ve demokratik ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin otoriter ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha düşük öz-kabul puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

4.3.3.7 Toplam psikolojik iyi olma açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Toplam psikolojik iyi olma açısından algılanan ebeveyn tutumlarına göre farklılıkları belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular Tablo 80 ve Tablo 81’de gösterilmektedir.

Tablo 80. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Ebeveyn Tutumları	N	\bar{X}	Ss
Demokratik	152	214,44	28,90
Otoriter	69	221,39	26,95
Koruyucu	167	206,13	26,48
İlgisiz	32	211,41	24,62
Toplam	420	212,05	27,79

Tablo 81. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	12764,161	3	4254,720	5,696	,001
Grup içi	310711,980	416	746,904		
Toplam	323476,140	419			

Tablo 80’de demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz ve ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin toplam psikolojik iyi olma puan ortalamaları ve standart sapmaları, Tablo 81’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları görülmektedir. Algılanan ebeveyn tutumları farklı olan öğrencilerin toplam psikolojik iyi olma puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin toplam psikolojik iyi olma puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{3-416} = 5,696$, $p < .01$). Varyansların homojenliğinin test edilmesi için uygulanan Levene testi sonucunda elde edilen F değeri, serbestlik dereceleri ve p değeri Tablo 82’de gösterilmiştir.

Tablo 82. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumuna Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Homojenliğinin Test Edilmesi (Levene Testi)

Değişken	F	Sd1	Sd2	p
Toplam psikolojik iyi olma	,763	3	416	.515

Levene testi sonucunda (Tablo 82) toplam psikolojik iyi olma puanları ($F_{3-416} = ,763$, $p > .05$) varyanslarının homojen olduğu varsayıp Tukey çoklu karşılaştırma testi testi kullanılarak (Büyüköztürk, 2012) farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığına bakılmıştır.

Tablo 83. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumlarına Göre Toplam Psikolojik İyi Olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Tukey-HSD Testi Tablosu

Değişken	Ebeveyn Tutumu	Ortalama Fark	Standart Hata	p
Demokratik	Otoriter	-6,95051*	3,96718	0,298
	Koruyucu	8,31504	3,06371	0,035
	İlgisiz	3,03454	5,3155	0,941
Otoriter	Demokratik	6,95051	3,96718	0,298
	Koruyucu	15,26556	3,91116	0,001
	İlgisiz	9,98505	5,84512	0,321
Koruyucu	Demokratik	-8,31504	3,06371	0,035
	Otoriter	-15,26556*	3,91116	0,001
	İlgisiz	-5,2805	5,27382	0,749
İlgisiz	Demokratik	-3,03454	5,3155	0,941
	Otoriter	-9,98505*	5,84512	0,321
	Koruyucu	5,2805	5,27382	0,749

Bu farklılığın hangi ebeveyn tutumları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey çoklu karşılaştırma testi sonucunda (Tablo 83) otoriter ebeveyn tutumları puanları ($\bar{X} = 221,39$) ile koruyucu ebeveyn tutumları ($\bar{X} = 206,13$) arasında otoriter ebeveyn tutumu lehine ve demokratik ebeveyn tutumları ($\bar{X} = 214,44$) puanları ile koruyucu ebeveyn tutumları ($\bar{X} = 206,13$) arasında demokratik ebeveyn tutumu lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin demokratik ve otoriter ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha düşük toplam psikolojik iyi olma puanlarına sahip oldukları söylenebilir.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

5.1 SONUÇ VE TARTIŞMA

Araştırmanın temel problemi, çalışmanın giriş bölümünde de belirtildiği gibi üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeylerinin bazı demografik değişkenler (cinsiyet, algılanan gelir düzeyi, algılanan ebeveyn tutumu) açısından incelenmesidir. Bu temel problem çeşitli alt problemler kapsamında incelenmiştir. Aşağıda problem soruları araştırma sonuçları ve ilgili alan yazın ışığında ele alınacaktır.

5.1.1 Belirsizliğe Tahammülsüzlük ile Psikolojik İyi Olma

Araştırmanın ilk problem cümlesi "Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı ilişki var mıdır?" şeklindedir. Araştırmanın sonuçlarına göre bu iki değişken arasında tüm boyutlarda negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Tablo 3).

Yüksek düzeyde belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyine sahip öğrencilerin düşük düzeyde psikolojik iyi olmaya sahip oldukları görülmektedir.

Psikolojik iyi olmanın belirsizliğe tahammülsüzlük ile anlamlı ve negatif yönden ilişkili olması bu konudaki literatürle uyumludur. Doğrudan belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olmayı ele alan bir çalışmaya rastlanmasa da belirsizliğe tahammülsüzlüğün genelde psikopatolojik bir kavram olarak ele alındığı gözlenmektedir.

Budner'a (1962) göre belirsizliğe tahammülsüzlük, gelecekle ilgili tahmin edilemeyen bir durum, belirsiz durumları tehlike kaynağı olarak algılama ve gelecekle ilgili olumsuz olayları hiç araştırmadan tehdit ve kabul edilemez bir durum olarak algılama yanlılığıdır. Buhr ve Dugas (2002) da bu kavramı belirsiz durum ve olaylara duygusal, bilişsel ve davranışsal düzeyde olumsuz tepki verme eğilimi

olarak tanımlanmaktadır. Belirsizliğe tahammülsüz bireyler, belirsiz bilgileri tehdit edici olarak yorumlamakta, önceden kestirilemeyen olumsuz olayların olasılığını gözünde büyütmede ve belirsiz durumlarda problem çözme yollarında etkisiz yollar kullanmaktadır (Ladouceur, Talbot ve Dugas, 1997, akt. Jacoby, 2013). Günlük yaşamda birçok belirsiz durum bulunmaktadır ve belirsiz durumları tehdit edici olarak algılanması kişide olumsuz duygulara neden olmakta ve endişe durumları yaşatmakta (Dugas ve diğerleri, 1997) ve yüksek düzeyde belirsizlik içeren durumlarda bireylerin kontrol eksikliği ile endişe düzeyleri de artmaktadır (Buhr ve Dugas, 2006). Belirsizliğin birey üzerinde psikolojik ve fiziksel sonuçlarla birlikte güçlü bir stres kaynağı görüşünü destekleyen araştırmalar mevcuttur. Örneğin, yüksek düzeyde algılanan belirsizlik yüksek endişe ve depresyon ile düşük hayat kalitesi ile ilişkilidir (Barahmand ve Haji, 2014). Belirsizliğe tahammülsüzlüğün obsesif-kompulsif bozukluk (OKB) (Steketee, Frost ve Cohen, 1998; Tolin, Abramowitz, Brigidi ve Foa, 2003), sosyal fobi (Carleton, Collimore ve Asmundson, 2010; Hewitt, Egan ve Rees, 2009), depresyon (Berenbaum, Bredemeier ve Thompson, 2008; Miranda, Fontes ve Marroquin, 2008; Norton, Sexton, Walker ve Norton, 2005; Yook, Kim, Suh ve Lee, 2010), panik bozukluk ve agorafobi (Buhr ve Dugas, 2009; Carleton ve diğerleri, 2014; McEvoy ve Mahoney, 2011), yeme bozuklukları (Sternheim, Startup ve Schmidt, 2011), sosyal kaygı (Boelen ve Reijntjes, 2009; Carleton ve diğerleri, 2010), kaygı duyarlılığı (Fergus ve Bardeen, 2013; Norr ve diğerleri 2013), siberkondri (Norr ve diğerleri, 2015) belirtilerini yordadığı görülmüştür. Son 58 meta-analiz çalışmasında Gentes ve Ruscio (2011) BT'nin anlamlı olarak yaygın kaygı bozukluğu ve major depresif bozukluk belirtileri ile ilişkili olduğunu bulmuştur.

Literatür araştırmaları belirsiz durumlar karşısında deneyimlenen olumsuz duyguların pek çok psikolojik rahatsızlığın semptomu üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Buradan hareketle BT'nin psikolojik sağaltımda önemli bir rolü olduğu düşünülmektedir (Öztürk, 2013).

Ryff ve Keyes (1995) araştırmalarında psikolojik iyi olma ile mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonucunda mutluluğun ve yaşam doyumunun psikolojik iyi olma boyutları ile pozitif yönde ilişkili olduğu (en yüksek öz-kabul ve çevresel hakimiyet) saptanmıştır. Ayrıca depresyon, psikolojik iyi olmanın altı boyutunun tümüyle negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Depresyon ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün pozitif ilişkili olduğunu

saptayan araştırmalar mevcuttur (Miranda, Fontes, Marroquin, 2008; Norton, Sexton, Walker, Norton, 2005; Yook, Kim, Suh, Lee, 2010). BT düzeyi yüksek olan bireyler, geleceğin stresli, üzüntü verici ve adaletsiz olduğunu, belirsiz durumların olumsuz olduğunu ve bunlardan kaçınılması gerektiğini ve belirsizliğin harekete geçerken yetersizlik hissedilmesine önderlik ettiğine inanmaktadır (Buhr ve Dugas, 2002) ztrk'n (2013) alışmasında belirsizliğe tahammülsüzlük ile intihar olasılığı arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Psikolojik iyi olma pozitif psikolojiden beslenmekte ve insanın olumlu özelliklerine ve olumlu işlevselliğine odaklanmaktadır. Psikolojik iyi olma ile literatüre bakıldığında daha çok olumlu kavramlarla ilişkisinin incelendiği görülmektedir. Endişe, kaygı ve anksiyete bozukluklarından birçoğu ile ilişkili bir kavram olan belirsizliğe tahammülsüzlüğün düzeyinin yüksek olmasının bireyler için yaşamlarında olumsuz sonuçlar doğurması muhtemeldir. Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin azalmasının bireylerin psikolojisini olumlu etkilemesi beklenebilir. Nitekim araştırma sonucunda da iki kavram arasında negatif ilişki saptanmıştır.

5.1.2 Çeşitli Değişkenler Açısından Belirsizliğe Tahammülsüzlük

Bu başlık altında cinsiyet, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumu değişkenleri belirsizliğe tahammülsüzlük ile birlikte ele alınacaktır.

5.1.2.1 Cinsiyet ve belirsizliğe tahammülsüzlük

Araştırmanın diğer problem cümlesi "Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından kız ve erkek niversite öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?" şeklindedir.

Araştırmanın bulgularına göre niversite ğrencilerinin cinsiyete göre ileriye yönelik kaygı düzeyi, engelleyici kaygı düzeyi ve toplam belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir (Tablo 4, 5, 6). Literatürde de belirsizliğe tahammülsüzlük için cinsiyet farklılığına rastlanmayan çok sayıda çalışma mevcuttur (Boelen, Reijntjes, Carleton, 2014; Buhr, 2001; Buhr ve Dugas, 2002; Carleton ve diğerleri, 2014; Dugas ve diğerleri, 2010; Fracalanza ve diğerleri, 2014; Freeston ve diğerleri, 1994; Holaway, Heimberg, Coles, 2006; Jacoby, Fabricant, Leonard, Riemann, Abramowitz, 2013; Jovic, 2008). Mahoney ve McEvoy (2012) belirsizliğe tahammülsüzlük ile endişe ve depresyon bozukluklarını

ele aldığı çalışması sonucunda bu çalışmada da kullanılan BTÖ-Kısa Formun cinsiyete göre farklılık göstermediğini belirtmiştir. Robichaud'un (2000) çalışmasında belirsizliğe tahammülsüzlüğün endişenin önemli yordayıcısı olmasına rağmen cinsiyete göre belirsizliğe tahammülsüzlük ve endişenin farklılaşmadığı saptanmıştır. Araştırmalarda genellikle kadınların daha fazla endişeli oldukları belirtilse de BT ile endişe ilişkisine rağmen analizler sonucunda bu farklılığın BT ile endişenin farklı yapılar olmasından kaynaklandığı söylenebilir (Buhr ve Dugas, 2002). Sarı'nın (2007) çalışmasında belirsizliğe tahammülsüzlük açısından "belirsizlik stres verici ve üzücüdür" boyutunda kadınların erkeklere göre farklılaştığı görülmüş, diğer boyutlarda kadın ve erkekler arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Helsen ve diğerlerinin (2013) Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği'nin Hollandaca kısa ve uzun formunu incelediği çalışmasında ölçeğin ileriye yönelik kaygı boyutunda cinsiyete göre fark olmadığı, engelleyici kaygı boyutunda ise kadınların erkeklere göre daha yüksek puan aldığı saptanmıştır. Bu çalışmada ise ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı boyutunda ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinde cinsiyete göre fark olmadığı görülmektedir.

5.1.2.2 Algılanan gelir düzeyi ve belirsizliğe tahammülsüzlük

Araştırmanın diğer problem cümlesi "Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından üniversite öğrencilerinin gelir düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?" şeklindedir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin gelir düzeylerine göre ileriye yönelik kaygı, engelleyici kaygı ve toplam belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür (Tablo 7, 8, 9, 10, 11). Elde edilen bulgulara dayanarak algılanan gelir düzeyinin (yetersiz, orta, iyi) belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyini etkilemediği söylenilebilir.

Literatür incelendiğinde gelir düzeyi ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

5.1.2.3 Algılanan ebeveyn tutumu ve belirsizliğe tahammülsüzlük

Araştırmanın diğer problem cümlesi "Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri açısından üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumları arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?" şeklindedir.

Araştırmada belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin ebeveyn tutumlarına göre anlamlı farklılıklar olup olmadığı incelenmiştir. Bu farklılığı test etmek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda, öğrencilerin ileriye yönelik kaygı ve toplam belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğu, engelleyici kaygı puan ortalamalarının ise farklılaşmadığı görülmüştür (Tablo 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22). Bulgulara göre koruyucu ebeveyn tutumuna sahip üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin demokratik ebeveyn tutumları sahip öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Literatür incelendiğinde ebeveyn tutumları ile doğrudan belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Fakat Öztürk'ün (2013) çalışması sonucunda belirsizliğe tahammülsüzlük ile aile işlevselliğinin sağlıksız olarak algılanması arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki saptanmıştır. Bu da sağlıksız işlev gösteren ailelerin problem çözmede ve yeni durumlara uyum sağlamada başarısız olmaları, belirsizliklerin problem yaratması durumunda çözüme ulaşmada ve uyum sağlamada zorluk yaşanması ve bireylerin aile ortamlarında güven ve destek hissetmemelerinden kaynaklanabilir (Eğilmez, 1988; Gladding, 2002; Palabıyıkoglu, 1991; akt. Öztürk, 2013).

Belirsizliğe tahammülsüzlük ile endişe ve kaygının oluşmasında önemli rol oynamaktadır. Boelen ve Reijntjes'in (2003) çalışmasında BT, sırasıyla OKB, sosyal kaygı, YAB ve depresyon ile ilişkili bulunmuştur. Endişe veya kaygı ile ebeveyn tutumlarının araştırıldığı çalışmalarda çalışmamızdaki bulguya benzer yönde sonuçlarla karşılaşılmaktadır. Örneğin sosyal kaygı ve ebeveyn tutumları ile ilgili Kaya, Bozaslan ve Genç (2012) tarafından yapılan başka bir çalışmada otoriter tutum sergileyen anne babaların çocuklarının sosyal kaygı düzeyinin ve akademik başarılarının yüksek olduğu ve koruyucu tutum sergileyen anne babaların çocuklarının da problem çözme becerilerinin düşük olduğu saptanmıştır. Yaşamda karşılaşılabilecek belirsiz durumlarda yaşanan kaygı bireyin problem çözmede yetersiz hissetmesine neden olmaktadır. Laugesen, Dugas ve Bukowski (2003) çalışmalarında

endişe ile BT, endişe ile ilgili olumlu inançlar ve problem çözmede yetersizlik değişkenlerinin birbirleriyle ilişkisinin bulunduğunu saptamıştır.

Kulaksızoğlu'na (1998) göre demokratik tutum sergileyen anne ve baba, çocuğunu ayrı bir kişi olarak kabul eder ve ona değer verir. Koşulsuz sevgi gösterilir, ailede katı kurallar yoktur ve esnek davranılır. Başarısızlık durumunda ceza verilmez ve başarı ödüllendirilir. Koruyucu tutumda da anne ve babalar sıklıkla müdahale etmekte ve çocuklar üzerinde aşırı kontrol mekanizması oluştururlar. Girişimcilikleri ketlenen ailelerine bağımlı davranışlar göstererek kendi başlarına hareket etmekten çekinirler. Bu da karşılaşılabilecek problemleri çözmek için strateji geliştirmede problemi çözebileceğine yönelik yeterliliğinden şüphe duymasına neden olmaktadır. Erözkan'ın (2012) ergenlerin kaygı duyarlılığı ile ebeveynlerinin algılanan tutumları arasındaki ilişkiler ve algılanan ebeveyn tutumlarının kaygı duyarlılığını yordamaki rolünü incelediği çalışmasında kaygı duyarlılığı ile demokratik ebeveyn tutumu arasında anlamlı negatif; koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumları arasında ise anlamlı pozitif ilişkilerin olduğunu ve demokratik, koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumlarının kaygı duyarlılığını anlamlı düzeyde yordadığı saptanmıştır. Bu çalışmada da koruyucu ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerin ilerleyici kaygı düzeylerinin ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin diğer ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerden (otoriter, ilgisiz, demokratik) daha yüksek olduğu saptanmıştır. Hale III, Engels ve Meesus (2006) yaygın anksiyete bozukluğu yaşayan ergenler ve algılanan ebeveyn tutumlarını araştırdığı çalışmalarında algılanan reddetme, psikolojik kontrol ve yabancılaşma ile yaygın anksiyete bozukluğu belirtileri arasında pozitif ilişki, algılanan güvenli ebeveyn tutumu ile de negatif ilişki saptamıştır. Bu bulguya göre ebeveyn tutumundaki güven duygusunun anksiyete üzerinde azaltıcı bir etkisinin olduğu söylenebilir.

5.1.3 Çeşitli Değişkenler Açısından Psikolojik İyi Olma

Bu başlık altında cinsiyet, algılanan gelir düzeyi ve algılanan ebeveyn tutumu değişkenleri psikolojik iyi olma ile birlikte ele alınacaktır.

5.1.3.1 Cinsiyet ve psikolojik iyi olma

Araştırmanın diğer problem cümlesi "Psikolojik iyi olma düzeyleri açısından kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?" şeklindedir.

Araştırmanın bulgularına göre üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre çevresel hakimiyet, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, bireysel gelişim ve toplam psikolojik iyi olma puanları açısından farklılaştığı, bununla birlikte özerklik ve özkabul düzeyleri açısından ise anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir (Tablo 23, 24, 25, 27, 28, 29).

Araştırmanın bulgularına göre kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek toplam psikolojik iyi olma düzeyine sahip oldukları görülmektedir. Psikolojik iyi olmanın alt boyutları açısından değerlendirildiğinde kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla çevresel hâkimiyete, diğerleriyle olumlu ilişkilere, yaşam amaçlarına ve bireysel gelişime sahip oldukları söylenebilir. Özerklik ve özkabul alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmamıştır.

Benzer bir bulgu, Gediksiz (2013) tarafından yapılan çalışmada saptanmıştır. Alçakgönüllülük ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve toplam psikolojik iyi olma puanları açısından farklılaştığı, özerklik ve özkabul puanları açısından farklılaşmadığı görülmektedir. Sarıcaoğlu'nun (2011) çalışmasında da psikolojik iyi olmanın diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amacı, bireysel gelişim puanlarının cinsiyete göre farklılaştığı (kız öğrenciler lehine); özerklik, çevresel hakimiyet, özkabul puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Ryff ve diğerlerinin (1999) yaptığı çalışmada özerklik, yaşam amaçları, çevresel hakimiyet ve özkabul boyutlarında kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı bir farklılığa rastlamazken, Anlı'nın (2011) kendini sabotaj ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında psikolojik iyi olma düzeyi için özerklik altboyutu dışında diğer boyutlarda kız ve erkek üniversite öğrencileri arasında anlamlı bir fark saptanmıştır.

Literatürde psikolojik iyi olmanın cinsiyet açısından farklılaşmadığı araştırmalar da (Timur, 2008; Tütüncü, 2012) bulunmaktadır.

Türk aile yapısı içerisinde erkeklerden daha bağımsız ve daha özerk olunması beklenirken; kızlardan daha ilişkiyel, daha duygusal ve bakım pratikleri öncelikli toplumsal roller beklenmektedir (Karakitapoğlu-Aygün, 2004). Ryff ve diğerlerinin (2001) yaptığı çalışmada da erkeksi özellik gösteren bireylerin özerklik düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Demirci'nin (2012) çalışmasında da kız öğretmen adaylarının toplam psikolojik iyi olma ve öz kabul, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet, yaşam amaçları, bireysel gelişim düzeyleri erkeklerden

daha yüksek; erkek öğretmen adaylarının özerklik düzeyleri kızlardan daha yüksek bulunmuştur. Ülkemizde ataerkil toplum yapısının yaygın olması erkeklerin kızlara göre daha özerk davranmalarını açıklayabilir (Demirci, 2012)

Bu araştırmanın bulgularına göre kız üniversite öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek toplam psikolojik iyi olma düzeyine sahip oldukları saptanmıştır. Benzer şekilde Demirci (2012) ve Şahin'in (2013) araştırmasında da kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek toplam psikolojik iyi olma düzeyine sahip oldukları görülmektedir.

5.1.3.2 Algılanan gelir düzeyi ve psikolojik iyi olma

Araştırmanın diğer problem cümlesi "Üniversite öğrencilerinin gelir düzeylerine göre psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır? şeklindedir. Algılanan gelir düzeyleri yetersiz, orta ve iyi olarak üç kategori üzerinden özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz-kabul, toplam psikolojik iyi olma açısından yedi alt soru sorularak irdelenmiştir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amacı, özkabul boyutları ve toplam psikolojik iyi olma düzeyi arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Tablo 30-57). Bu farklılık da özerklik boyutu dışında (orta gelir ile iyi gelir) çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, özkabul ve toplam psikolojik iyi olma boyutlarında gelir düzeyini yetersiz olarak algılayan ile iyi olarak algılayan öğrenciler ve gelir düzeyini yetersiz olarak algılayan ile gelir düzeyini orta olarak algılayan öğrenciler arasından kaynaklanmaktadır. Gelir düzeyini yetersiz olarak algılayan öğrencilerin çevresel hakimiyet, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, özkabul ve toplam psikolojik iyi olma düzeylerinin orta ve iyi olarak algılanan öğrencilerden daha düşük olduğu görülmektedir. Buradan hareketle öğrencilerin algıladıkları gelir düzeyleri arttıkça psikolojik iyi olma düzeylerinin arttığı söylenebilir.

Literatüre bakıldığında psikolojik iyi olma düzeylerinin gelir düzeyi ile doğru orantılı olduğu görülmektedir. Kaplan, Shema ve Leite (2008) ise, yüksek düzeydeki gelirin yüksek çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, yaşam amaçları, öz-kabul ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Ryyf ve diğerleri (1999) gelir durumuna bağlı olarak sosyo-ekonomik düzeyin psikolojik iyi olma ile özkabul, yaşam amacı, çevre hakimiyeti, bireysel gelişim boyutları ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Cenkseven (2004) ve Anlı

(2011) çalışmalarında da gelir düzeyi yüksek üniversite öğrencilerinin diğerleriyle olumlu ilişkiler, öz kabul ve toplam psikolojik iyi olma düzeylerinin gelir düzeyi düşüklerden daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Bu bilgiye zıt olarak, Biswas, Diener ve Tamir (2004) de, gelir düzeyinin artışıyla isteklerin, hedeflerin ve yaşam standartlarının arttığını, beklentilerin farklılaştığını ve bu nedenle yüksek gelir düzeyinde olan bireylerde en yüksek düzeyde iyi olmanın görülmediğini belirtmiştir. Genel olarak araştırmanın bulgularına dayanarak gelir durumunun iyi olmasının bireylerin psikolojik iyi olma düzeylerini olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

5.1.3.3 Algılanan ebeveyn tutumu ve psikolojik iyi olma

Araştırmanın diğer problem cümlesi "Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarına göre psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?" şeklindedir.

Demokratik, otoriter, koruyucu ve ilgisiz olarak nitelendirilen ebeveyn tutumları, özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz-kabul, toplam psikolojik iyi olma açısından yedi alt boyut açısından incelenmiştir. Yapılan çalışmada sadece yaşam amaçları ile ebeveyn tutumları (demokratik, otoriter, koruyucu, ilgisiz) arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken, özerklik (koruyucu-demokratik), çevresel hakimiyet (koruyucu-otoriter; koruyucu-demokratik), bireysel gelişim (koruyucu-otoriter; koruyucu-demokratik), diğerleriyle olumlu ilişkiler (koruyucu-otoriter), öz kabul (koruyucu-otoriter; demokratik-otoriter) boyutları ve toplam psikolojik iyi olma düzeyleri (koruyucu-otoriter; koruyucu-demokratik) arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur (Tablo 58-83). Toplam psikolojik iyi olma düzeyleri açısından bu farklılığın koruyucu ebeveyn ile otoriter ebeveyn tutumları ve koruyucu ebeveyn ile demokratik ebeveyn tutumları puanları arasından kaynaklandığı görülmüştür. Genel olarak araştırma sonucunda koruyucu ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerin, demokratik ve otoriter ebeveyn tutumuna sahip öğrencilere göre daha düşük puan ortalamalarına sahip olduğu söylenebilir. Bu bulguya göre koruyucu ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerin daha az özerk oldukları, çevresel hakimiyetlerinin az olduğu, bireysel gelişimlerinin daha az olduğu, diğerleriyle daha az olumlu ilişkiler kurduğu, öz-kabul düzeylerinin düşük ve toplam psikolojik iyi olma düzeylerinin düşük olduğu yorumu yapılabilir.

Koruyucu tutumda anne ve baba çocuğun bağımsız olmasından korktukları için tüm davranışlarının kontrolünün kendilerinde olması istenmektedir (Eldeleklioğlu, 1996).

Ebeveynlerin çocuğa kendi benliğini keşfetme olanağını vermemesi onun ailenin istediği yönde bağımlı bir kişilik olarak geliştirmesine neden olmaktadır. Bu durum çocuğun kendi kendini kontrol edebilen (özerk) bir birey olmasını ve sosyal yönden sağlıklı gelişmesini engellemekte (Yavuzer, 2011) ve bireyin psikolojik iyi olma düzeyini olumsuz yönde etkilemektedir.

Demirci'nin (2012) ve Şahin'in (2013) çalışmaları sonucunda koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilerin demokratik ebeveyn tutumlarına sahip öğrencilere göre daha düşük toplam psikolojik iyi olma puanlarına sahip oldukları görülmüştür.

Araştırmamızda otoriter ebeveyne sahip öğrencilerin bireysel gelişim, diğerleri ile olumlu ilişkiler, çevresel hakimiyet, öz-kabul ve toplam psikolojik iyi olma düzey puanlarının ebeveyn tutumları grubunda en yüksek puanlara sahip olması ilginç bir sonuçtur. Demirci'nin (2012) çalışmasında ebeveyn tutumlarına göre psikolojik iyi olma düzeylerine bakıldığında otoriter ebeveyn tutuma sahip üniversite öğrencilerinin en düşük puana sahip olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde araştırma sonuçlarının otoriter ebeveyn tutumunun kişilik oluşumundaki olumsuz etkilerinden bahsettiği görülebilmektedir. Otoriter anne-baba tutumunu kısaca ele alacak olursak bu tutumda çocukla tartışmadan, anlaşmadan, isteklerini dikkate almadan, anne ve baba tarafından belirtilen kural ve emirlerin çok katı bir şekilde uygulanması ön plandadır (Ekşi, 1990). Bu tutumda ana-baba katı bir disiplin uygulamakta ve bu durum çocukta aşırı isyankarlık veya aşırı boyun eğici tutum ile dıştan denetimli bir kişilik yapısı geliştirmektedir. Çocuğun kendine olan güvenini ortadan kaldıran, onun kişiliğini hiçe sayan otoriter tutum, Yavuzer'e göre (2011) ülkemizde geleneksel aile tutumunda sıkça rastlanan bir tutumdur. Düzgün'ün (2003) çalışmasında da bizim çalışmamızdan farklı biçimde otoriter ana baba tutumunun lise öğrencilerinde depresyona, anksiyeteye olumsuz benlik oluşumuna neden olabileceği saptanmıştır. Araştırma sonucumuzun çalışma grubunun özelliğinden kaynaklandığı söylenebilir. Çalışma grubunun otoriter ana-baba tutumlarını olumlu algılayış biçimi bu ilginç sonucu ortaya koymuştur.

Demokratik anne-baba tutumunda anne-babalar çocuğun ilgi ve ihtiyaçlarına duyarlı davranmakta ve çocuklarının özerk davranmasına izin vermektedir (Eldeleklioğlu, 1996). Araştırmamızda da özerklik, çevresel hakimiyet, bireysel gelişim, özkabul ve toplam psikolojik iyi olma açısından demokratik ebeveyne sahip öğrencilerin koruyucu ebeveyn tutuma sahip öğrencilerden daha yüksek puan aldıkları

görülmektedir. Tuzgöl-Dost'un (2006) çalışmasında demokratik anne-baba tutumuna sahip öğrencilerin aşırı koruyucu ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip öğrencilere göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

5.2 ÖNERİLER

5.2.1 Araştırma Sonuçlarına Dayalı Öneriler

1. Literatür incelendiğinde Türkiye'de belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilgili araştırmaların son 10 yıl içerisinde arttığı gözlenirse de bu konudaki çalışmaların sayıca sınırlı olduğu söylenebilir. Çalışmamız bu konudaki eksikliği gidermede katkı sağlasa da daha farklı değişkenlerle ve çalışma grupları ile çalışılabilir. Türkiye'de yapılan çalışmaların hepsi üniversite öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Çocuklar veya ergenlerden oluşan çalışma gruplarında özellikle algılanan ebeveyn tutumları, kardeş sayısı, sınav kaygısı vb değişkenler ele alınabilir.
2. Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi olma kavramları arasında negatif ilişki bulunması ile özellikle üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammül düzeyini artırıcı çalışmalar yapılarak endişe ve kaygıları hakkında farkındalık sağlanması ve bu sayede psikolojik iyi olma düzeylerinin artırılması beklenebilir.
3. Araştırmamızda koruyucu ebeveyn tutumuna sahip öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin yüksek ve psikolojik iyi olma düzeylerinin de düşük olduğu saptanmıştır. Çalışma grubumuz üniversite öğrencileri olduğundan geleceğin ebeveynleri olarak düşünüldüğünde üniversitelerde aile tutumları hakkında bu konunun da ele alındığı oturumlar düzenlenebilir. Daha genç örneklemelerin velilerine eğitim kurumları aracılığıyla ulaşma imkanı daha kolay olduğundan okulöncesi, ilkökul, ortaokul ve liselerde rehberlik servisi aracılığıyla velilere aile tutumları hakkında bilgilendirmeler yapılabilir.

5.2.2 İleride Yapılabilecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

1. Bu çalışmanın farklı örneklem grubuna ve/veya geniş bir örnekleme uygulanması çalışma sonuçlarının genellenebilirliğini artırabilir.
2. Farklı araştırma yöntemlerinin kullanılması yeni bakış açılarının veya daha farklı sonuçların çıkmasını sağlayabilir. Nicel araştırma yöntemlerinin yanında nitel yöntemlerin kullanılması özellikle belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının anlaşılması açısından yararlı olacaktır.

3. Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının daha iyi açıklanabilmesi için nasıl algılandığına, bireylerin ne tür durumlarda belirsizliğe tahammülsüzlük yaşadıklarına yönelik yapılacak çalışmaların etkili olacağı düşünülmektedir.
4. Belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının psikopatoloji ile ilişkisi dışında daha farklı değişkenler ile etkisi incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Akın, A. (2008). Psikolojik İyi Olma Ölçekleri: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8(3), 721-750.
- Akın, A. (2009). *Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi Odaklı Grupla Psikolojik Danışmanın Psikolojik İyi Olma ve Öz-Duyarlık Üzerindeki Etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akın, A. Demirci, İ., Yıldız, E., Gediksiz, E. ve Eroğlu, N. (3-5 May 2012). The Short Form of the Scales of Psychological Well-Being (SPWB-42): The Validity and Reliability of the Turkish Version. *International Counseling and Education Conference 2012 (ICEC 2012)*, İstanbul, Turkey.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2007). *DSM-IV-TR Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı*. (Çev. ed.: E Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği. (Eserin orijinali 1994'te yayımlandı).
- Anlı, G. (2011). *Kendini Sabotaj ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Balcı, F. (2011). *Psikolojik ve Öznel İyi Olma Hali ile Dini İnançlar Arasındaki İlişki Üzerine Bir İnceleme*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Barahmand, U. ve Haji, A. (2014). The Impact of Intolerance of Uncertainty, Worry and Irritability on Quality of Life in Persons with Epilepsy: Irritability as Mediator. *Epilepsy Research*, 108, 1335-1344.
- Barlow, D. H. ve Wincze J. (1998). DSM-IV and Beyond: What is Generalized Anxiety Disorder? *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 98, 23-29.
- Berenbaum, H., Bredemeier, K. ve Thompson, R., J. (2008). Intolerance of Uncertainty: Exploring its Dimensionality and Associations with Need for Cognitive Closure, Psychopathology and Personality, *Journal of Anxiety Disorders*, 22 (1), 117-125.
- Betton, A. (2001). *Psychological Well-Being: A Comparison of Correlates among Minority and Non-Minority Female College Students*. Unpublished master dissertation. The Ohio State University.

- Birrell, J., Meares, K., Wilkinson, A. ve Freeston, M. (2011). Toward a Definition of Intolerance of Uncertainty: A Review of Factor Analytical Studies of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Clinical Psychology Review*, 31(7), 1198–1208.
- Biswas-Diener, R., Diener, E. ve Tamir, M. (2004). The Psychology of Subjective Well-Being. *Daedalus*, 133(2), 18-26.
- Boelen, P. A. ve Reijntjes, A. (2009). Intolerance of Uncertainty and Social Anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 130-135.
- Boelen, P. A., Reijntjes, A. ve Carleton, N. R. (2014). Intolerance of Uncertainty and Adult Separation Anxiety. *Cognitive Behaviour Therapy*, 43 (2), 133-144.
- Bradburn, N. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*, Chicago: Aldine.
- Budner, S. (1962). Intolerance for Ambiguity as a Personal Variable. *Journal of Personality*, 30(1), 29-50.
- Buhr, K. (2001). Examination of the Relationship between Intolerance of Uncertainty and Worry. Unpublished master dissertation. Concordia University.
- Buhr, K. ve Dugas, M. J. (2006). Investigating the Construct Validity of Intolerance of Uncertainty and its Unique Relationship with Worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 12, 222–236.
- Buhr, K. ve Dugas, M. J. (2009). The Role of Fear of Anxiety and Intolerance of Uncertainty in Worry: An Experimental Manipulation. *Behaviour Research and Therapy*, 47, 215-223.
- Buhr, K. ve Dugas, M. J. (2002). The Intolerance of Uncertainty Scale: Psychometric Properties of the English Version. *Behavior Research and Therapy*, 40, 931-945.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik; Psikoloji Biliminin İnsan Doğasına Dair Söyledikleri*. (Çev: İ. D. Erguvan). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Carleton, R. N. (2012). The Intolerance of Uncertainty Construct in the Context of Anxiety Disorders: Theoretical and Practical Perspectives. *Expert Review of Neurotherapeutics*, 12(8), 937–947.
- Carleton, R. N., Collimore, K. C. ve Asmundson, G. (2010). “It’s Not Just the Judgments-It’s That I Don’t Know”: Intolerance of Uncertainty as a Predictor of Social Anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 189–195.

- Carleton R. N., Duranceau, S., Freeston, M. H., Boelen, P. A., McCabe, R.E. ve Antony, M. M. (2014). "But It Might be a Heart Attack": Intolerance of Uncertainty and Panic Disorder Symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 28, 463–470.
- Carleton, R. N., Mulvoguea, M. K., Thibodeaua, M. A., McCabeb, R.E. Antony, M. M. ve Asmundson, G. J. G. (2012). Increasingly Certain about Uncertainty: Intolerance of Uncertainty across Anxiety and Depression. *Journal of Anxiety Disorders* 26 (3), 468– 479.
- Carleton, R. N., Norton, M. A. ve Asmundson G. J. G. (2007). Fearing the Unknown: A Short Version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21 (1), 105-117.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Chen, C. Y. ve Hong, R. Y. (2010). Intolerance of Uncertainty Moderates the Relation between Negative Life Events and Anxiety. *Personality and Individual Differences*, 49, 49–53.
- Christopher, J. C. (1999). Situating Psychological Well-Being: Exploring the Cultural Roots of Its Theory and Research. *Journal of Counseling and Development*, 77(2), 141–152.
- Clark, D. A. (2004). *Cognitive-Behavioral Therapy for OCD*. Newyork: The Guilford Press.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (Çev: T. Ergene). Ankara: Mentis Yayınları.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*, İstanbul: Remzi Kitabevi
- Deci E. L. ve Ryan, R. M. (2008). Hedonia, Eudaimonia and Well-Being: An Introduction, *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Demirci, İ. (2012). *Öğretmen Adaylarının Öz Bilgi ve Psikolojik İyi Olma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Diener, E. ve Seligman, M. E. P. (2002). Very Happy People. *Psychological Science*, 13, 81–84.
- Diener, E.(1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bullentin*. 95(3), 542-575.

- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. ve Smith, H. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302.
- Doğan, T. (2013). Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Öznel İyi Oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Donegan, E. (2010). *Cognitive-Behavioral Therapy for Generalized Anxiety Disorder: Examining the Patterns of Symptom Change and the Role of Intolerance of Uncertainty*. Unpublished doctoral dissertation, Concordia University.
- Dugas, K. E. M. (2001). *Examination of the Relationship between Intolerance of Uncertainty and Worry*. Unpublished doctoral dissertation. Concordia University.
- Dugas, M. J., Buhr, K. ve Ladouceur, R. (2004). *The Role of Intolerance of Uncertainty in Etiology and Maintenance*. In: R. G. Heimberg, C. L. Turk ve D. S. Mennin (Eds.), *Generalized anxiety disorder: advances in research and practice* (p. 143–163). New York: Guilford.
- Dugas, M. J., Freeston, M. H. ve Ladouceur, R. (1997). Intolerance of Uncertainty and Problem Orientation in Worry. *Cognitive Therapy and Research*, 593-606.
- Dugas, M. J., Gagnon, F., Ladouceur, R. ve Freeston, M. H. (1998). Generalized Anxiety Disorder: A Preliminary Test of A Conceptual Model. *Behaviour Research and Therapy*, 36 (2), 215–226.
- Dugas, M. J., Gosselin, P. ve Ladouceur, R. (2001). Intolerance of Uncertainty and Worry: Investigating Specificity in a Nonclinical Sample. *Cognitive Therapy and Research*, 25, 551–558.
- Dugas, M. J., Marchand, A. ve Ladouceur, R. (2005). Further Validation of a Cognitive-Behavioral Model of Generalized Anxiety Disorder: Diagnostic and Symptom Specificity. *Journal of Anxiety Disorders*, 19, 329–343.
- Dugas, M. J., Savard, P., Turcotte, J., Gaudet, A., Brillon, P., Ladouceur, R., Leblanc, R., ve Gervais, N. J. (2010). A Randomized Clinical Trial of Cognitive-Behavioral Therapy and Applied Relaxation for Adults with Generalized Anxiety Disorder. *Behavior Therapy*, 41, 46-58.
- Dugas, M. J., Schwartz, A. ve Francis, K. (2004). Intolerance of Uncertainty, Worry and Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 28(6), 835-842.

- Dugas, M. J. ve Ladouceur, R. (2000). Treatment of GAD: Targeting Intolerance of Uncertainty in Two Types of Worry. *Behavior Modification*, 24, 635-657.
- Düzgün, Ş. (2003). Öğrencilerin Psikolojik Belirtileri ile Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkiler. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2 (1-2), 149-162.
- Ekşi, A. (1990). *Çocuk, Genç, Ana-Babalar*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Eldeleklioğlu, J. (1996). *Karar Stratejileri ile Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erözkan, A. (2012). Ergenlerde Kaygı Duyarlılığı ve Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(1), 43-57.
- Fergus, T. A. ve Bardeen, J. R. (2013). Anxiety Sensitivity and Intolerance of Uncertainty: Evidence of Incremental Specificity in Relation to Health Anxiety. *Personality and Individual Differences*, 55 (6), 640-644.
- Fracalanza, K., Koerner, N., Deschênes, S.S ve Dugas, M. J. (2014). Intolerance of Uncertainty Mediates the Relation between Generalized Anxiety Disorder Symptoms and Anger. *Cognitive Behaviour Therapy*, 43(2), 122-132.
- Freeston, M., Rhéaume, J., Letarte, H., Dugas, M. J. ve Ladouceur, R. (1994). Why do People Worry? *Personality and Individual Differences*, 17, 791–802.
- Frenkel-Brunswik, E. (1949). Intolerance of Ambiguity as an Emotional and Perceptual Personality Variable. *Journal of Personality*, 18, 108-143.
- Gediksiz, E. (2013). *Alçakgönüllülük ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Gençöz, T. ve Özlale, Y. (2004). Direct and Indirect Effects of Social Support on Psychological Well-Being. *Social Behavior and Personality*, 32(5), 449-458.
- Gentes, E. L. ve Ruscio, A. M. (2011). A Meta-Analysis of the Relation of Intolerance of Uncertainty to Symptoms of Generalized Anxiety Disorder, Major Depressive Disorder and Obsessive-Compulsive Disorder. *Clinical Psychology Review*, 31, 923– 933.
- Grayson, J. (1999). Compliance and Understanding OCD. *Cognitive and Behavioral Practice*, 6, 421.

- Grayson, J. (2003). *Freedom from Obsessive Compulsive Disorder: A Personalized Recovery Program for Living with Uncertainty*. New York, NY: Berkley Publishing Group.
- Gülaçtı, F. İ. (2009). *Sosyal Beceri Eğitime Yönelik Programın Üniversite Öğrencilerinin, Sosyal Beceri, Öznel ve Psikolojik İyi Olma Düzeylerine Etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hale III, W.W., Engels, R. C. M. E. ve Meeus, W. (2006). Adolescents Perceptions of Parenting Behaviors and Its Relationship to Adolescent Generalized Anxiety Disorder Symptoms. *Journal of Adolescence*, 29, 407-417.
- Hedayati, M., Dugas, M. J, Buhr, K. ve Francis, K. (2003). The Relationship between Intolerance of Uncertainty and the Interpretation of Ambiguous and Unambiguous Information; Poster Presented at the Annual Conference for the Association for Advancement of Behavior Therapy; Boston, MA: 2003. Nov, pp. 20–23.
- Helsen, K., Bussche, E. V. D., Vlaeyen, J. W. S. ve Goubert, L. (2013). Confirmatory Factor Analysis of the Dutch Intolerance of Uncertainty Scale: Comparison Of the Full and Short Version. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 44 (1), 21-29.
- Hewitt, S. N., Egan, S. ve Rees, C. (2009). Preliminary Investigation of Intolerance of Uncertainty Treatment for Anxiety Disorders. *Clinical Psychologist*, 13 (2), 52-58.
- Holaway, R. M, Heimberg, R.G, ve Coles, M. E. (2006). A Comparison of Intolerance of Uncertainty in Analogue Obsessive-Compulsive Disorder and Generalized Anxiety Disorder. *Anxiety Disorders*, 20, 158-174.
- Huppert, F. A., Baylis, N. ve Keverne, B. (2004). Introduction: Why Do We Need A Science Of Well-Being. *Philosophical Transactions of Royal Society B*, 359, 1331-1332.
- Jacoby, R. J. (2013). *Behavioral Measurement of Intolerance of Uncertainty in Anxiety Disorders*. Unpublished doctoral dissertation. University of North Carolina.
- Jacoby, R. J., Fabricant, L. E., Leonard, R. C., Riemann, B. C. ve Abramowitz, J. S. (2013). Just To Be Certain: Confirming the Factor Structure of The

- Intolerance of Uncertainty Scale In Patients With Obsessive-Compulsive Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 27, 535-542.
- Jahoda, M. (1958). *Current Concepts of Positive Mental Health*. New York: Basic Books.
- Jovic, S. (2008). *The Role of Intolerance of Uncertainty in Etiology and Maintenance of Anxious Response to Trauma*. Unpublished doctoral dissertation. Long Island University.
- Kahneman, D., Diener, E. ve Schwartz, N. (1999). *Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Kaplan, G. A., Shema, S. J. ve Leite, C. M. (2008). Socioeconomic Determinants of Psychological Well-Being: The Role of Income, Income Change, and Income Sources during the Course of 29 Years. *Annals of Epidemiology*, 18, 531-537.
- Karakitapoğlu-Aygün, Z. (2004). Self, Identity, and Emotional Well-Being among Turkish University Students. *The Journal of Psychology*, 138(5), 457-478.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kaya, A., Bozarslan, H., Genç, G. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Ana Baba Tutumlarının Problem Çözme Becerilerine, Sosyal Kaygı Düzeylerine ve Akademik Başarılarına Etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 208-225.
- Keren, G. ve Gerritsen, L. E. M. (1999). On the Robustness and Possible Accounts of Ambiguity Aversion. *Acta Psychologica*, 103, 149-172.
- Keyes, C. L., Shmotkin, D. ve Ryff, C. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007–1022.
- Klinger E. (1977) *Meaning And Void: Inner Experience and the Incentive In People's Lives*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Koerner, N. ve Dugas, M. J. (2008). An Investigation of Appraisals in Individuals Vulnerable To Excessive Worry: The Role of Intolerance of Uncertainty. *Cognitive Therapy and Research*, 32(5), 619-638.
- Krohne, H. W. (1993). Vigilance and Cognitive Avoidance as Concepts in Coping Research. In H. W. Krohne (Ed.), *Attention and Avoidance: Strategies in Coping with Aversiveness* (pp. 19-50). Seattle: Hogrefe & Huber.
- Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Kuyumcu, B. (2012). Türk ve İngiliz Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Duygusal Farkındalık ve Duygularını İfade Etmelerinin Ülke ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 25-48.
- Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları Fark Etmeye ve İfade Etmeye Yönelik Bir Psiko-eğitim Programının, Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Farkındalık Düzeylerine, Duyguları İfade Etme Eğilimlerine, Psikolojik ve Öznel İyi Oluşlarına Etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ladouceur, R., Talbot, F. ve Dugas, M. J. (1997). Behavioral Expressions of Intolerance of Uncertainty in Worry. Experimental Findings. *Behavior Modification*, 21(3), 355-371.
- Ladouceur, R., Dugas, M. J., Freeston, M. H., Rhéaume, J., Blais, F., Gagnon, F., Thibodeau, N. ve Boisvert, J. M. (1999). Specificity of Generalized Anxiety Disorder Symptoms and Processes. *Behavior Therapy*, 30, 191-207.
- Ladouceur, R., Gosselin, P. ve Dugas, M. J. (2000). Experimental Manipulation of Intolerance of Uncertainty: A Study of a Theoretical Model of Worry. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 933-941.
- Laugesen, N. (2007). *The Relationship between Adolescent Worry, Intolerance of Uncertainty, and Fear of Anxiety*. Unpublished doctoral dissertation. Concordia University.
- Laugesen, N., Dugas, M. J. ve Bukowski, W. M. (2003). Understanding Adolescent Worry: The application of a Cognitive Model. *Journal of Abnormal and Clinical Psychology*, 31, 55-64.
- Lavasani, M. G., Borhazadeh, S., Afzali, L. ve Hejazi, E. (2011). The Relationship between Perceived Parenting Styles, Social Support with Psychological Well-Being. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 1852-1856.
- Lent, R. W. (2004). Toward A Unifying Theoretical and Practical Perspective on Well-Being and Psychosocial Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51(4), 482-509.
- Lind, C. ve Boschen, M. J. (2009). Intolerance of Uncertainty Mediates the Relationship between Responsibility Beliefs and Compulsive Checking. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 1047-1052.
- MacDonald, A. P. (1970). Revised Scale for Ambiguity Tolerance: Reliability and Validity. *Psychological Reports*, 26, 791-798.

- Mahoney, A. E. J. ve McEvoy, M. P. (2012). Trait Versus Situation-Specific Intolerance of Uncertainty in A Clinical Sample with Anxiety and Depressive Disorders. *Cognitive Behaviour Therapy*, 41 (1), 26-39.
- Makhlouf-Norris, F. ve Norris, H. (1972). The Obsessive-Compulsive Syndrome as a Neurotic Device for the Reduction of Self-Uncertainty. *British Journal of Psychiatry*, 121, 277-288.
- Maloney, H. (1990). *Psychology of Religion: Personalities, Problem, Possibilities*. Grand Rapids, MI: Baker.
- Marks, N. F., Lambert D. J. (1996). *Marital Status Continuity and Change Among Young and Midlife Adults: Longitudinal Effects on Psychological Well-Being*. Chibucos, T. R., Liette T. R. Readings in Family Theory, California: Sage Publications.
- Mayda, A. T., Yılmaz, M., Bolu, F., Deler, M. H., Demir, H., Doğru, M. F., Ekici, E. İ., Fırat, A. ve Guksu, S. (2014). Bir Tıp Fakültesi 4, 5 ve 6. Sınıf Öğrencilerinde Gelecek ile İlgili Kaygı Durumunun Değerlendirilmesi. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*. 4(3), 7-13.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a Psychology of Being* (2nd ed). New York: Van Nostrand.
- McEvoy, P. M. ve Mahoney, A. E. J. (2011). Achieving Certainty about the Structure of Intolerance of Uncertainty in a Treatment Seeking Sample with Anxiety and Depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 112–122.
- McLain, D. L. (1993). The MSTAT-I: A New Measure of an Individual's Tolerance for Ambiguity. *Educational and Psychological Measurement*. 53, 183-189.
- Metzger, R. L., Miller, M. L., Cohen, M., Sofka, M. ve Borkovec, T. D. (1990). Worry Changes Decision Making: The Effect of Negative Thoughts on Cognitive Processing. *Journal of Clinical Psychology*, 46, 78-88.
- Miranda, R., Fontes, M., ve Marroquin, B. (2008). Cognitive Content-Specificity in Future Expectancies: Role of Hopelessness and Intolerance of Uncertainty in Depression and GAD Symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 46, 1151–1159.
- Morris, C. G. (2002). *Psikolojiyi Anlamak-Psikolojiye Giriş*. (Çev: H.B. Ayvaşık, M. Sayıl). Türk Psikologlar Derneği Yayınları: Ankara.
- Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends and Faith of Happy People. *American Psychologist*, 55, 56-67.

- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is Happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Myers, J. E., Sweeney, J. ve Witmer, J.M.(2000). The Wheel of Wellness Counseling for Wellness: A Holistic Model for Treatment Planning. *Journal of Counseling and Development*, 78(3), 251-266.
- Norr, A. M., Albanese, B. J., Oglesby, M. E., Allan, N. P. ve Schmidt, N. B. (2015). Anxiety Sensitivity and Intolerance of Uncertainty as Potential Risk Factors for Cyberchondria. *Journal of Affective Disorders*, 174, 64–69.
- Norr, A. M., Oglesby, M. E., Capron, D. W., Raines, A. M., Korte, K. J. ve Schmidt, N. B. (2013). Evaluating the Unique Contribution of Intolerance of Uncertainty Relative to Other Cognitive Vulnerability Factors in Anxiety Psychopathology. *Journal of Affective Disorders*, 151 (1), 136–142.
- Norton, P. J., Sexton, K.A., Walker, J.R. ve Norton, G.R. (2005). Hierarchical Model of Vulnerabilities for Anxiety: Replication and Extension with a Clinical Sample. *Cognitive Behaviour Therapy*, 34, 50-63.
- Nutt, P. C. (1988). The Tolerance for Ambiguity and Decision Making. The Ohio State University College of Business Working Paper Series, WP88-291, March 1988.
- Obsessive Compulsive Cognitions Working Group (1997). Cognitive Assessment of Obsessive-Compulsive Disorder. *Behaviour Research Therapy*, 35, 667-681.
- Owen, W. ve Sweeney, R. (2002). Ambiguity Tolerance, Performance, Learning and Satisfaction: A Research Direction. Proceedings of the Information Systems Education Conference, San Antonio, TX.
- Özakkaş, T. (2011). *Bütüncül Psikoterapi*. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Öztürk, Ö. (2013). *İntihar Olasılığı ve Aile İşlevselliği Arasındaki İlişkide Bilişsel Esneklik ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Değişkenlerinin Aracı Rolü*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara üniversitesi, sosyal bilimler enstitüsü.
- Pişgin, İ. ve Özen, D. Ş. (2010). Çocukluktan Erişkinliğe Obsesif Kompulsif Bozuklukta Hatalı Değerlendirme ve İnanç Alanları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2 (1):117-131.
- Przeworski, A. (2006). *The Development and Psychometric Properties of the Intolerance of Uncertainty Scale for Children*. Unpublished doctoral dissertation. The Pennsylvania State University.

- Ritter, R. M. (2007). *An Investigation of Intolerance of Uncertainty in Worry Using a Gamble Preference Task*. Unpublished doctoral dissertation. University of Nevada.
- Robichaud, M. (2000). *Gender Differences in Worry and Associated Cognitive-Behavioural Variables*. Unpublished master dissertation. Concordia University.
- Rosen, N. O., Ivanova, E. ve Knauper, B. (2014). Differentiating Intolerance of Uncertainty from Three Related but Distinct Constructs. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 27 (1), 55-73.
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. In S. Fiske (Eds.), *Annual Review of Psychology, Volume 52* (p. 141–166). Palo Alto, CA: Annual Reviews, Inc.
- Ryff, S. T. ve Rosen, E. (1966). Measurement and Some Correlates of Need-Cognition. *Psychological Reports*, 19, 1303-1312.
- 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), 1069-1081.
- Ryff C. D (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C.D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C. ve Wing, E. H. (1999). Forging Macro-Micro Linkages in the Study of Psychological Well-Being. In C. D. Ryff ve V. W. Marshall (Eds.). *The self and society in aging processes* (p. 247–278). New York, NY: Springer.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy Research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14-23.
- Ryff, C. D. ve Singer, B. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Rysewicz, L. (2007). *Behavioral Manifestations of Worry in Test Anxiety and Intolerance of Uncertainty: A Laboratory Investigation of Attention Bias*

- with a University Population*. Unpublished doctoral dissertation. Long Island University.
- Sarı, S. (2007). *Sürekli Kaygının Yordayıcıları Olarak Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Endişe ile İlgili İnançlar ve Kontrol Odağının İncelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Sarı, S. ve Dağ, İ. (2009). Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği, Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği ve Endişenin Sonuçları Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması, Geçerliliği ve Güvenirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 261-270.
- Sarıcaoğlu, H. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Kişilik Özellikleri ve Öz Anlayış Açısından İncelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Sarıcaoğlu, H. ve Arslan, C. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Kişilik Özellikleri ve Öz-Anlayış Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2087-2104.
- Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A. ve Akça, M. Ş. (2014). Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12) Türkçe Formu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3), 148-157.
- Seligman, M. E. P. ve Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14.
- September, A. N., McCarrey, M., Baranowsky, A., Parent, C. ve Schindler, D., (2001). The Relation between Well-Being, Imposter Feelings and Gender Role Orientation Among Canadian University Students. *Journal of Social Psychology*, 141(2), 218-232
- Sexton, K. A. ve Dugas, M. J. (2009). Defining Distinct Negative Beliefs about Uncertainty: Validating the Factor Structure of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Psychological Assessment*, 21, 176–186.
- Sheldon, K. M. ve King, L. (2001). Why Positive Psychology Is Necessary. *American Psychologist*, 56 (3), 216-217.
- Sica, C., Coradeschi, D., Sanavio, E., Dorz, S., Manchisi, D. ve Novara, C. (2004). A Study of the Psychometric Properties of the Obsessive Beliefs Inventory and Interpretations of Intrusions Inventory on Clinical Italian Individuals. *Journal of Anxiety Disorders*, 18, 291-307.

- Snowden, L. (2001). Social Embeddedness and Psychological Well-Being among African Americans and Whites. *American Journal of Community Psychology*, 29(4), 519–536.
- Snyder, C. R. ve Lopez S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Steketee, G., Frost, R. O., Cohen, I. (1998). Beliefs in Obsessive-Compulsive Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 12 (6), 525–537.
- Sternheim, L., Startup, H. ve Schmidt, U. (2011). An Experimental Exploration of Behavioral and Cognitive-Emotional Aspects of Intolerance of Uncertainty in Eating Disorder Patients. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 806–812.
- Şahin, M. (2013). *Affedicilik ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Şar, A. H., Işıklar, A. ve Aydoğan, İ. (2012). Atama Bekleyen Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumunu Yordayıcı Değişkenlerin İncelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 257-271.
- Tallis F., Eysenck M. ve Mathews A. (1991) Elevated Evidence Requirements and Worry. *Personality and Individual Differences*, 12, 21–27.
- Tan, H. (1992). *Psikolojik Danışma ve Rehberlik. M. E. B. Öğretmen Kitapları Dizisi*, İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Timur, M. S. (2008). *Boşanma Sürecinde Olan ve Olmayan Evli Bireylerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D. ve Foa, E. B. (2003). Intolerance of Uncertainty in Obsessive–Compulsive Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 233-242.
- Tuzgöl-Dost, M. (2006). Subjective Well-Being among University Students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.
- Türk Dil Kurumu (1992). *Türkçe Sözlük*. İstanbul: Milliyet.
- Türkmen, M. (2012). Öznel İyi Oluşun Yapısı ve Anababa Tutumları, Özsaygı ve Sosyal Destekle İlişkisi: Bir Model Sınaması. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (1), 41-73.

- Tütüncü, M. (2012). *Yönetici ve Çalışanların Psikolojik İyi Olma ve Stres Düzeyleri Açısından Karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Wilson, W. (1967). Correlates of Avowed Happiness. *Psychological Bulletin*, 67, 294-306.
- World Health Organization (2004). *Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice* (Summary Report). Geneva: WHO.
- Wright, S. M., Levibe R. B., Beasley, B., Haşdet P., Gress T. W., Caccamese S., Brady D., Marwaha A. ve Kern, D. E. (2006). Personal Growth and Its Correlates during Residency Training. *Medical Education*, 40 (8), 737-745.
- Yavuzer, H. (2011). *Ana-Baba ve Çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yeşiltepe, S. S. (2011). *Öğretmenlerin Evlilik Uyumlarının Psikolojik İyi Oluş ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yeşilyaprak, B. (2003). *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri Gelişimsel Yaklaşım*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*. İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Yook, K., Kim, K., Suh, S. Y. ve Lee, K. S. (2010). Intolerance of Uncertainty, Worry, and Rumination in Major Depressive Disorder and Generalised Anxiety Disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 623–628.
- Yüksel, B. (2014). *Kaygı Belirtilerini Açıklamada Bağlanma, Pozitif ve Negatif Duygu Düzenleme ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Arasındaki İlişkiyi Bütünleyici Model Arayışı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- URL1, <http://www.webster-dictionary.org/definition/uncertainty> adresinden 05.07.2015 tarihinde erişilmiştir.
- URL2, <http://www.webster-dictionary.org/definition/uncertainty> adresinden 05.07.2015 tarihinde erişilmiştir.

EKLER

EK 1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Katılmakta olduğunuz bu çalışma, psikolojik iyi olma ve belirsizliğe tahammülsüzlük konusunda ilişkiyi ölçmektedir. Değerlendirmelerinizi, gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtacak şekilde dürüstçe yapmanız ve hiçbir maddeyi boş bırakmamanız son derece önemlidir. Katılımınız için teşekkür ederim.

Filiz Mine ERGUVAN

Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Yüksek Lisans Öğrencisi

1. **Cinsiyet** : K(.....) E(.....)
2. **Kendinizi hangi sosyo-ekonomik düzeyde algılıyorsunuz?**
 - a)Yetersiz b)Orta düzeyde c) İyi
4. **Ailenizin size karşı tutumlarını nasıl değerlendiriyorsunuz?**
 - a) İlgisiz b) Demokratik c) Otoriter d) Koruyucu

EK 2. BELİRSİZLİĞE TAHAMMÜLSÜZLÜK ÖLÇEĞİ-KISA FORM

Lütfen aşağıdaki maddelerin karşısında bulunan ve maddelere ne kadar katıldığınızı gösteren sayılardan size en uygun olanını işaretleyiniz. (1) Bana hiç uygun değil, (2) Bana çok az uygun, (3) Bana biraz uygun, (4) Bana çok uygun ve (5) Bana tamamen uygun.

1	Beklenmedik olaylar canımı çok sıkır.	1	2	3	4	5
2	Bir durumda ihtiyacım olan tüm bilgilere sahip değilsem sınırlarım bozulur.	1	2	3	4	5
3	İnsan sürprizlerden kaçınmak için daima ileriye bakmalıdır.	1	2	3	4	5
4	En iyi planlamayı yapsam bile beklenmedik küçük bir olay her şeyi mahvedebilir.	1	2	3	4	5
5	Geleceğin bana neler getireceğini her zaman bilmek isterim.	1	2	3	4	5
6	Bir duruma hazırlıksız yakalanmaya katlanamam.	1	2	3	4	5
7	Her şeyi önceden ayrıntılı bir şekilde organize edebilmeliyim.	1	2	3	4	5
8	Belirsizlik beni hayatı dolu dolu yaşamaktan alıkoyar.	1	2	3	4	5
9	Harekete geçme zamanı geldiğinde, belirsizlik elimi kolumu bağlar.	1	2	3	4	5
10	Belirsizlik yaşadığımda pekiyi çalışmam.	1	2	3	4	5
11	En küçük bir şüphe bile hareket etmemi engeller.	1	2	3	4	5
12	Tüm belirsiz durumlardan uzak durmak zorundayım.	1	2	3	4	5

EK 3. PSİKOLOJİK İYİ OLMA ÖLÇEKLERİ

Aşağıda kendiniz ve yaşamınız hakkında hissettiklerinizle ilgili bir dizi ifade yer almaktadır. Lütfen doğru veya yanlış cevap olmadığını unutmayınız. Aşağıdaki ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirip sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koyunuz. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız . En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederiz.		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Bazen Katılmıyorum	Kararsızım	Bazen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Çoğu insanın görüşlerine ters düşse bile düşüncelerimi dile getirmekten korkmam.	1	2	3	4	5	6	7
2	Genellikle yaşamımdaki olaylardan sorumlu olduğumu hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
3	Ufkumu genişletecek aktivitelerle ilgilenmem.	1	2	3	4	5	6	7
4	Çoğu insan, beni sevecen ve şefkatli biri olarak görür.	1	2	3	4	5	6	7
5	İçinde bulunduğum günü yaşarım ve geleceğe yönelik hiçbir şey düşünmem.	1	2	3	4	5	6	7
6	Yaşamımı gözden geçirdiğimde, yaşamımdaki olayların sonuçlarından memnuniyet duyarım.	1	2	3	4	5	6	7
7	Verdiğim kararlar çoğunlukla diğer insanların davranışlarından etkilenmez.	1	2	3	4	5	6	7
8	Günlük yaşam gereksinimleri sıklıkla enerjimi tüketir.	1	2	3	4	5	6	7
9	Kendime ve dünyaya yönelik bakış açımı değiştirecek yeni deneyimleri önemserim.	1	2	3	4	5	6	7
10	Yakın ilişkilerimi sürdürmek benim için zordur.	1	2	3	4	5	6	7
11	Yaşamımın bir yönü ve amacı olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
12	Genellikle kendimi güvenli ve iyi hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
13	Diğer insanların benim hakkımdaki düşünceleri beni kaygılandırır.	1	2	3	4	5	6	7
14	Çevremdeki insanlara ve topluma pek uyum sağlayamam.	1	2	3	4	5	6	7
15	Bir birey olarak yıllardır kendimi gerçekten çok fazla geliştirmediğimi düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
16	Problemlerimi paylaşabileceğim yakın arkadaşım az olduğu için kendimi çoğunlukla yalnız hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
17	Günlük aktivitelerim çoğunlukla bana saçma ve önemsiz gelir.	1	2	3	4	5	6	7
18	Tanıdığım insanlardan çoğunun yaşamlarında benim elde ettiklerimden daha fazla şey elde ettiklerini	1	2	3	4	5	6	7
19	Güçlü fikirleri olan insanlardan etkilenme eğilimim var.	1	2	3	4	5	6	7

20	Günlük yaşamımdaki çoğu sorumluluğumu yerine getirmede gayet iyiyim.	1	2	3	4	5	6	7
21	Bir birey olarak zamanla kendimi çok geliştirdiğimi düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
22	Ailem ve arkadaşlarımla sohbet etmekten hoşlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
23	Yaşamdan ne elde etmeye çalıştığıma yönelik sağlıklı bir hisse sahip değilim.	1	2	3	4	5	6	7
24	Kişiliğimin birçok yönünü beğenirim.	1	2	3	4	5	6	7
25	Genel kaniya ters düşse bile görüşlerime güvenirim.	1	2	3	4	5	6	7
26	Çoğunlukla sorumluluklarımın altında ezildiğimi hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
27	Eski alışkanlıklarımı değiştirmemi gerektiren yeni ortamlarda bulunmaktan hoşlanmıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
28	İnsanlar beni özverili ve zamanını diğerleriyle paylaşmaya istekli birisi olarak tanımlarlar.	1	2	3	4	5	6	7
29	Geleceğe yönelik planlar yapmaktan ve onları gerçekleştirmek için çalışmaktan zevk alırım.	1	2	3	4	5	6	7
30	Birçok yönden yaşamdan elde ettiklerime ilişkin hayal kırıklığı yaşadığımı hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
31	Tartışmalı konularla ilgili görüşlerimi söylemek benim için zordur.	1	2	3	4	5	6	7
32	Yaşamımı doyum sağlayacak şekilde düzenlemede zorluk yaşarım.	1	2	3	4	5	6	7
33	Benim için yaşam sürekli bir öğrenme, değişim ve gelişim sürecidir.	1	2	3	4	5	6	7
34	Diğer insanlarla çok sayıda samimi ve güvenilir ilişkiler yaşamadım.	1	2	3	4	5	6	7
35	Bazı insanlar yaşamını amaçsızca geçirir ancak ben onlardan biri değilim.	1	2	3	4	5	6	7
36	Kendime yönelik tutumlarım, muhtemelen diğer insanların kendilerine yönelik tutumları kadar olumlu değildir.	1	2	3	4	5	6	7
37	Kendimi değerlendirirken başkalarının önemseyemediği değerleri değil kendi düşüncelerimi dikkate alırım.	1	2	3	4	5	6	7
38	Zevklerime uygun bir ev ve yaşam tarzı kurabildim.	1	2	3	4	5	6	7
39	Yaşamımda büyük gelişimler veya değişiklikler yapmayı denemekten uzun zaman önce vazgeçtim.	1	2	3	4	5	6	7
40	Arkadaşlarıma güvenebileceğimi bilirim, onlar da bana güvenebileceklerini bilirler.	1	2	3	4	5	6	7
41	Bazen kendimi yapılması gereken her şeyi yapmış gibi hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
42	Kendimi arkadaşlarım ve tanıdıklarımla karşılaştırdığımda kim olduğuma ilişkin kendimi iyi hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

Filiz Mine ERGUVAN, 1988 yılında Kocaeli’nde doğdu. İlk ve ortaöğrenimini Kocaeli’nde tamamladı. Lisans öğrenimini 2006-2010 yılları arasında Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümünde tamamladı. Mezun olduğu yıl İstanbul ili Pendik ilçesinde Mareşal Fevzi Çakmak İlköğretim Okulu’nda göreve başladı. 2012-2013 Eğitim-Öğretim Güz Dönemi’nde Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı’nda yüksek lisans programına başladı. 2013 yılı Temmuz ayından beri İstanbul ili Pendik ilçesinde yer alan Melek Aknil Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi’nde psikolojik danışman ve rehber öğretmen olarak görevini sürdürmektedir.

E-posta adresi: erguvan_mine@hotmail.com