

**T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM
AMAÇLARININ ALT BOYUTLARININ GENEL
ÖZ-YETERLİK YAŞAM DOYUMU VE ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ
Berent Burcu AYDINER**

**Enstitü Anabilim Dalı : Eğitimde Psikolojik Hizmetler
Enstitü Bilim Dalı : Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik**

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Ramazan ABACI

MART – 2011

T. C.
SAKARYA ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

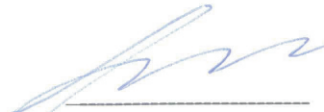
ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM
AMAÇLARININ ALT BOYUTLARININ, GENEL
ÖZ-YETERLİK, YAŞAM DOYUMU VE ÇEŞİTLİ
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ


Berent Burcu AYDINER

Enstitü Anabilim Dalı : Eğitimde Psikolojik Hizmetler
Enstitü Bilim Dalı : Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik

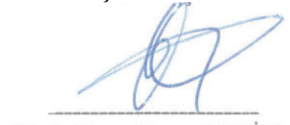
Bu tez 03/03/2011 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oybirliği ile kabul edilmiştir.


Prof. Dr. Ramazan ABACI
Jüri Başkanı

Kabul
 Red
 Düzeltme


Yrd. Doç. Dr. Mustafa KOÇ
Jüri Uyesi

Kabul
 Red
 Düzeltme


Yrd. Doç. Esat ÇETİN
Jüri Uyesi

Kabul
 Red
 Düzeltme

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim.

Berent Burcu AYDINER

03.03.2011

ÖNSÖZ

Bireylerin yaşamlarında ulaşmak istedikleri çeşitli amaçlar vardır. İnsan hayatını anlamlı kılan en önemli unsurlardan biri ulaşmak için birçok emek harcadığı belirlediği hedefleridir. Hedeflerimiz/amaçlarımız hayatımızı planlamada, davranışlarımızda seçimlerimizde, çalışmalarımızda, vb. birçok alanda bizi yönlendirmektedir. Buna karşın, yaşamımızda sahip olduklarımız, cinsiyetimiz, yaşımız, gelir düzeyimiz, başarı algılarımız, fiziksel görünüşümüzü nasıl algıladığımız, vb... birçok unsur da yaşam amaçlarımızı belirlemede önemli rol oynamaktadır. Yaşamda amaçlarımıza ulaşabileceğimize olan inancımızın, amaçlarımıza ulaştığımızda yaşamdan alınan doyumla ve çeşitli alanlardaki yaşam amaçlarımızın bu faktörlerle ilişkili olup olmadığı konusu şimdiye kadar yapılan araştırmalarda çok fazla değinilmemiş olması, bu araştırmanın ortaya konulmasında büyük rol oynamıştır. Araştırmanın alan yazında olan bu boşluğu doldurması ve gelecekte yapılacak olan araştırmalara ışık tutması bakımından çeşitli öneriler de bulunulacak olmasından dolayı çalışmaya değer bulunmuştur.

Bu araştırmanın ortaya konulmasında büyük katkılar sağlayan saygıdeğer danışman hocam Prof. Dr. Ramazan ABACI'ya, analiz çalışmalarında büyük özveriyle bana yardımcı olan değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Neşe GÜLER'e ve Araştırma Görevlisi Gülden KAYA'ya, araştırma boyunca çalışmalarına katkıda bulunan değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Ahmet AKIN'a, tüm İngilizce çevirilerinde ve her konuda bıkmadan usanmadan bana yardımcı olan değerli hocam Emine GÖÇET'e ve her türlü destekleri için çalışma arkadaşlarıma teşekkürlerimi sunarım. Hayatımın her anında bana destek olarak yaşamıma anlam ve değer katan, sevgilerinin sıcaklığını her an duyduğum haklarını asla ödeyemeyeceğim aileme teşekkür ederim. Araştırmanın her aşamasında zorlandığım her konuda ve analizlerde bana yardımcı olan, değerli zamanından bana ayıran arkadaşım Mehmet ATASAYAR'a ve karşılaştığım her tür zorluğa rağmen, bana moral verip destek olan, binlerce veriyi girmemi kolaylaştıran, sabaha kadar bilgisayar başında uykusuz kalan değerli arkadaşlarım Asım GÜLER'e ve Cem BULUT'a teşekkür eder, sevgilerimi sunarım. Bu çalışmaya katkısı olan herkese teşekkür ederim.

Berent Burcu AYDINER

03 Mart 2011

İÇİNDEKİLER

KISALTMALAR.....	iv
ŞEKİL LİSTESİ.....	v
TABLO LİSTESİ.....	vi
ÖZET.....	ix
SUMMARY.....	x
GİRİŞ.....	1
BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ LİTERATÜR.....	8
1. 1. Yaşam Amaçları.....	8
1. 1. 1. Yaşam Amaçlarının Alt Boyutları.....	10
1. 2. Genel Öz-Yeterlik.....	15
1. 2. 1. Sosyal Bilişsel Kuram.....	16
1. 2. 2. Öz-Yeterliğin Kaynakları.....	18
1. 2. 3. Öz-Yeterlik Gelişimini Etkileyen Süreçler.....	20
1. 3. Yaşam Doyumu.....	28
BÖLÜM 2: YÖNTEM.....	41
2. 1. Araştırmanın Modeli.....	41
2. 2. Evren ve Örneklem.....	41
2. 3. Veri Toplama Araçları.....	42
2. 3. 1. Bilgi Toplama Formu.....	42
2. 3. 2. Yaşam Amaçları Ölçeği.....	43
2. 3. 2. 1. Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları.....	48
2. 3. 3. Genel Öz-Yeterlik Ölçeği GÖYÖ (General Self-Efficacy Scale).....	51
2. 3. 4. Yaşam Doyum Ölçeği YDÖ (Life Satisfaction Scale).....	51
2. 4. Veri Analizi Teknikleri.....	52
BÖLÜM 3: BULGULAR.....	54
3. 1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular.....	54
3. 1. 1. Cinsiyet ve Genel Öz-yeterlik Değişkenlerine Yönelik Bulgular.....	54
3. 1. 2. Cinsiyet ve Yaşam Doyumuna Yönelik Bulgular.....	55

3. 1. 3. Cinsiyet ve Yaşam Amaçlarına Yönelik Bulgular.....	55
3. 1. 3. 1. Cinsiyet ve YAÖ Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular.....	56
3. 2. Yaş Değişkenine İlişkin Bulgular.....	58
3. 2. 1. Yaş ve Genel Özyeterlik Değişkenlerine Yönelik Bulgular.....	58
3. 2. 2. Yaş ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	59
3. 2. 3. Yaş ile Yaşam Amaçları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	59
3. 2. 3. 1. Yaş ile YAÖ'nün Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular.....	60
3. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) Değişkenine İlişkin Bulgular.....	62
3. 3. 1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Genel Öz-yeterliğine Yönelik Bulgular.....	62
3. 3. 2. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Doyumuna Yönelik Bulgular.....	64
3. 3. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Amaçlarına Yönelik Bulgular.....	65
3. 3. 3. 1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile YAÖ Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular.....	66
3. 4. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) Değişkenine İlişkin Bulgular.....	71
3. 4. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Genel Öz-yeterliğe Yönelik Bulgular.....	71
3. 4. 2. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Doyumuna Yönelik Bulgular.....	73
3. 4. 3. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Amaçlarına Yönelik Bulgular.....	74
3. 4. 3. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile YAÖ Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular.....	76
3. 5. Genel Öz-yeterlik Ölçeği İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki.....	82
3. 6. Yaşam Amaçları Ölçeği ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular.....	82
BÖLÜM 4: TARTIŞMA VE YORUM.....	84
4. 1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum.....	85
4. 1. 1. Cinsiyet ve Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına Yönelik Yorum.....	86

4. 2. Yaş Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum.....	87
4. 2. 1. Yaş ve Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına Yönelik Yorum.....	87
4. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum.....	88
4.3.1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ve Genel Öz-yeterlik.....	88
4. 3. 2. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Doyumu.....	89
4. 3. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Amaçları.....	89
4. 3. 3. 1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutları.....	89
4. 4. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum.....	90
4. 4. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ve Genel Öz-yeterlik.....	90
4. 4. 2. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Doyumu.....	90
4. 4. 3. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Amaçları.....	91
4. 4. 3. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutları.....	91
4. 5. Genel Öz-yeterlik Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum.....	92
4. 6. Yaşam Amaçları Ölçeği ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum.....	92
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	94
KAYNAKÇA.....	98
EKLER.....	109
ÖZGEÇMİŞ.....	114

KISALTMALAR

YAÖ : Yaşam Amaçları Ölçeği

GÖYÖ : Genel Öz-Yeterlik Ölçeği

YDÖ : Yaşam Doyum Ölçeği

AABD : Algılanan Akademik Başarı Düzeyi

ASED : Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1: Yaşam Amaçlarının Alt Boyutları.....	11
Şekil 2: Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına İlişkin Faktör Yükleri.....	49

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Örneklem Sosyo-Demografik Özellikler.....	44
Tablo 2: Yaşam Amacı Ölçeği Faktör Analizi Bilgileri.....	46
Tablo 3: Yaşam Amaçları Ölçeği Faktörler Arası Korelasyon Katsayıları.....	48
Tablo 4: Yaşam Amaçları Ölçeği Düzeltilmiş Madde Test Korelasyonları.....	52
Tablo 5: Cinsiyet ve Genel Öz-yeterlik Arasındaki t Testi Sonuçları.....	54
Tablo 6: Cinsiyet ve Yaşam Doyumu Arasındaki t Testi Sonuçları.....	55
Tablo 7: Cinsiyet ve Yaşam Amaçları Arasındaki t Testi Sonuçları	55
Tablo 8: Cinsiyet ve YAÖ'nün Kişisel Gelişim Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	55
Tablo 9: Cinsiyet ve YAÖ'nün Maddi Kazanç Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	56
Tablo 10: Cinsiyet ve YAÖ'nün Fiziksel Görünüm Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	57
Tablo 11: Cinsiyet ve YAÖ'nün Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	57
Tablo 12: Cinsiyet ve YAÖ'nün Bireysel Farkındalık Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	60
Tablo 13: Yaş ve Genel Öz-yeterlik Arasındaki t Testi Sonuçları.....	58
Tablo 14: Yaş ve Yaşam Doyumu Arasındaki t Testi Sonuçları.....	59
Tablo 15: Yaş ve Yaşam Amaçları Arasındaki t Testi Sonuçları	59
Tablo 16: Yaş ve YAÖ'nün Kişisel Gelişim Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	60
Tablo 17: Yaş ve YAÖ'nün Maddi Kazanç Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	60
Tablo 18: Yaş ve YAÖ'nün Fiziksel Görünüm Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	61
Tablo 19: Yaş ve YAÖ'nün Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	61
Tablo 20: Yaş ve YAÖ'nün Bireysel Farkındalık Alt Boyutu Arasındaki t Testi.....	62
Tablo 21: Öğrencilerin GÖYÖ'den Aldıkları Puana Göre AABD'nin Dağılımı.....	62
Tablo 22: GÖYÖ ve AABD Değişkenlerine Göre F Testi.....	63
Tablo 23: GÖYÖ Puanlarının AABD'ye Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD.....	63
Tablo 24: Öğrencilerin YDÖ'den Aldıkları Puana Göre AABD'nin Dağılımı.....	64
Tablo 25: YDÖ ve AABD Değişkenlerine Göre F Testi.....	64
Tablo 26: Öğrencilerin YAÖ'den Aldıkları Puana Göre AABD'nin Dağılımı.....	65
Tablo 27: YAÖ ve AABD Değişkenlerine Göre F Testi.....	65
Tablo 28: Öğrencilerin YAÖ Kişisel Gelişim Alt Boyutu AABD'nin Dağılımı.....	66
Tablo 29: YAÖ'nün Kişisel Gelişim Alt Boyutu ve AABD'ye Göre F Testi.....	66
Tablo 30: Öğrencilerin YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutundan AABD'nin Dağılımı.....	67
Tablo 31: YAÖ'nün Maddi Kazanç Alt Boyutu ve AABD'ye Göre F Testi.....	67

Tablo 32: YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutu AABD'ye İlişkin LSD.....	68
Tablo 33: Öğrencilerin YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu AABD'nin Dağılımı.....	68
Tablo 34: YAÖ' nün Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ve AABD'ye Göre F Testi.....	69
Tablo 35: Öğrencilerin YAÖ Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu AABD'nin Dağılımı.....	69
Tablo 36: YAÖ' nün Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu ve AABD'ye Göre F Testi.....	70
Tablo 37: Öğrencilerin YAÖ Bireysel Farkındalık Alt Boyutu AABD'nin Dağılımı.....	70
Tablo 38: YAÖ' nün Bireysel Farkındalık Alt Boyutu ve AABD'ye Göre F Testi.....	71
Tablo 39: Öğrencilerin GÖYÖ'den Aldıkları Puana Göre ASED' in Dağılımı.....	71
Tablo 40: GÖYÖ ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi	72
Tablo 41: GÖYÖ Puanlarının ASED'e Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD.....	72
Tablo 42: Öğrencilerin YDÖ'den Aldıkları Puana Göre ASED' in Dağılımı.....	73
Tablo 43: YDÖ ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi.....	73
Tablo 44: YDÖ Puanlarının ASED'e Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD.....	74
Tablo 45: Öğrencilerin YAÖ'den Aldıkları Puana Göre ASED'in Dağılımı.....	74
Tablo 46: YAÖ ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi.....	75
Tablo 47: YAÖ Puanlarının ASED'e Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD.....	75
Tablo 48: Öğrencilerin YAÖ Kişisel Gelişim Alt Boyutu ASED'in Dağılımı.....	76
Tablo 49: YAÖ Kişisel Gelişim Alt Boyutu ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi...76	
Tablo 50: Öğrencilerin YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutununun ASED Dağılımı.....	77
Tablo 51: YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutu ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi....77	
Tablo 52: YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutu ASED Karşılaştırmalarına İlişkin LSD.....78	
Tablo 53: Öğrencilerin YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ASED'nin Dağılımı.....78	
Tablo 54: YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ve ASED'e Göre F Testi.....79	
Tablo 55: YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ASED'e İlişkin LSD.....79	
Tablo 56: Öğrencilerin YAÖ Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu ASED'nin Dağılımı.....80	
Tablo 57: YAÖ Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu ve ASED'e Göre F Testi.....80	
Tablo 58: Öğrencilerin YAÖ Bireysel Farkındalık Alt Boyutu ASED'in Dağılımı.....81	
Tablo 59: YAÖ Bireysel Farkındalık Alt Boyutu ve ASED'e Göre F Testi.....81	
Tablo 60: YAÖ ile GÖYÖ Arasındaki Korelasyon.....82	
Tablo 61: YAÖ ile GÖYÖ Arasındaki Korelasyon.....82	
Tablo 62: YAÖ ile YDÖ Arasındaki Korelasyon.....83	
Tablo 63: YAÖ Alt Boyutları ile GÖYÖ Arasındaki Korelasyonlar.....83	

Tablo 64: YAÖ Alt Boyutları ile YDÖ Arasındaki Korelasyonlar.....	84
--	----

Tezin Başlığı: Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Amaçlarının Alt Boyutlarının Genel Öz-Yeterlik, Yaşam Doyumu ve Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi	
Tezin Yazarı: Berent Burcu AYDINER	Danışman: Prof. Dr. Ramazan ABACI
Kabul Tarihi: 3 Mart 2011	Sayfa Sayısı: 14(ön giriş)+114(tez)+ 6(Ekler)
Anabilimdalı: Eğitimde Psikolojik Hizmetler	Bilimdalı: Psikolojik Dan. ve Rehberlik
<p>Yaşam amaçları, bireylerin yaşamlarında, çeşitli alanlara yönelik olmak üzere elde etmek için çaba sarf ettikleri isteklerdir. Bireyin yaşam hedefleri birçok alana yönelik olabilmektedir. Genel öz yeterlik kişinin bir işi, hedefi/amacı yapmak için gerekli becerilere sahip olduğu konusundaki inancıdır(Bandura, 1994,). Yaşam doyumu ise, bireyin genel anlamda kendini iyi hissetmesine ilişkin bir ögedir. Bireyin yaşam amaçlarını belirlemede, bu amaçlara ulaşmasında genel öz yeterliğin ve yaşam doyumunun etkili olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının, genel öz-yeterlik ve yaşam doyumuyla ilişkisini incelemektir. Araştırmada ayrıca yaşam amaçlarının ve alt boyutlarının genel özyeterlik ve yaşam doyumunu ilişkisiyle; cinsiyet, yaş, algılanan akademik başarı düzeyi ve algılanan sosyo ekonomik düzey açısından nasıl farklılaştıkları incelenmiştir. Araştırmanın örneklemini Sakarya Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 139'u erkek, 387'si kız toplam 526 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak, araştırmacı tarafından geliştirilen 31 maddelik Yaşam Amacı Ölçeği, Yaşam Doyum Ölçeği(Diener, Emmons, Larsen ve Griffin,1985), Genel Özyeterlilik Ölçeği (Jaruselam ve Schwarzer,1981) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için korelasyon yapılmıştır. Yaşam amaçları ve alt boyutları, genel öz-yeterlik ve yaşam doyumunu açısından cinsiyete ve yaşa göre farklılıklar t testi ile incelenmiştir. Algılanan akademik başarı, sosyo-ekonomik düzey gibi değişkenlerin sonuçları ise F testi ile incelenmiştir.</p> <p>Araştırmada elde edilen bulgular, denenceleri destekler niteliktedir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre Yaşam Amaçları Ölçeği ile Genel Öz-yeterlik Ölçeği arasında pozitif yönde ilişki vardır. $P=.000 < 0.05$ olduğundan iki ölçek arasındaki ilişki manidardır. Ancak, Yaşam Amaçları Ölçeği ile Yaşam Doyumu Ölçeği arasındaki ilişki $P=.087 > 0.05$ olduğundan manidar değildir. Genel Öz-yeterlik ile Yaşam amaçları Ölçeği'nin alt boyutları arasında pozitif yönde ilişki bulgulanmıştır. Genel Öz-yeterlik, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim, Sosyal Sorumluluk ve Bireysel Farkındalık alt boyutlarıyla $p < 0.05$ olduğundan aralarındaki ilişki anlamlıdır. Fakat Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Maddi Kazanç ve Fiziksel Görünüm alt boyutlarıyla $p > 0.05$ olduğundan aralarındaki ilişki anlamlı değildir. Yaşam Doyumu ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim, Fiziksel görünüm, Sosyal Sorumluluk ve Bireysel Farkındalık alt boyutları arasında pozitif yönde ilişki bulgulanmışken, Maddi Kazanç alt boyutu arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur. Yaşam Doyumu, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim, Maddi Kazanç, Sosyal Sorumluluk ve Bireysel Farkındalık alt boyutlarıyla $p < 0.05$ olduğundan aralarındaki ilişki anlamlıdır. Fakat Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Fiziksel Görünüm alt boyutuyla $p > 0.05$ olduğundan aralarındaki ilişki anlamlı değildir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri yaşam amaçları ve maddi kazanç, bireysel farkındalık alt boyutlarına göre farklılaşmaktadır. Yaş değişkenine göre ise yaşam amaçları farklılaşmazken, yalnızca bireysel farkındalık alt boyutunda farklılaştığı bulgulanmıştır. Algılanan akademik başarı düzeyi Yaşam Amaçlarını ve yaşam amaçlarının kişisel gelişim, fiziksel görünüm, sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalık alt boyutlarını yordamazken yalnızca maddi kazanç alt boyutunu yordamıştır. Algılanan sosyo-ekonomik düzey ise Yaşam Amaçlarını ve maddi kazanç, fiziksel görünüm alt boyutlarını yordarken, kişisel gelişim, sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalık alt boyutlarını yordamamaktadır. Araştırma da elde edilen bulgular yorumlanarak tartışılmış, bulgular doğrultusunda çeşitli önerilerde bulunulmuştur.</p>	
Anahtar kelimeler: Yaşam Amaçları, Genel Öz-yeterlik, Yaşam Doyumu	

Title of the Thesis: The Relationship Between Sub-Dimensions Of The Life Goals With General Self-Efficacy, Life-Satisfaction and Some Variables

Author: Berent Burcu AYDINER

Supervisor: Prof. Dr. Ramazan ABACI

Date: 03 March 2011

Nu. Of Pages: (pre text)14+109(main body)+5(app.)

Department: Educational Sciences

Subfield: Psychological Counseling and Guidance

Life goals are the things that people try to achieve throughout their lives. Those goals can vary in different ways. General Self-Efficacy is the belief in one's competence to achieve a goal or a task (Bandura, 1994). On the other hand, life satisfaction is generally related to one's well-being. It is assumed that general self-efficacy and life satisfaction have an important role in determining and achieving one's life goals. The aim of this research is to examine the relationship between sub-dimensions of the life goals with general self-efficacy and life-satisfaction. In the research, gender, age, perceived academic success and perceived socio-economic level differences in terms of life goals and its sub-dimensions with general self-efficacy and life satisfaction were examined. The sample of this research consists of 526 university students (139 male/ 387 female). 31 item Life Goal Scale (developed by the researcher), Life Satisfaction Scale (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin,1985), General Self-Efficacy Scale (Jarruselam ve Schwarzer,1981)and a personal information form were used for data collection. Correlation analysis was used to investigate the relations among the variables. Differences in gender and age in terms of life goals and its sub-dimensions, general self-efficacy and life satisfaction were examined by using the t-test. The F-test was used to test for differences among variables like perceived academic success and socio-economic levels. The hypotheses were supported by the findings. Life Goals Scale and General Self Efficacy Scale $P=.000 < 0.05$ was found and there was no significant correlation between Life Goals Scale and Life Satisfaction Scale $P=.087 > 0.05$. A positive correlation between Self Efficacy Scale and sub-dimensions of Life Goals Scale was found. The relation between General Self Efficacy and Personal Development, Social Responsibility and individual awareness sub-dimensions of Life Goals Scale was significant $p < 0.05$, whereas, they had no significant relation with Financial Gain and Physical Appearance sub-dimensions of Life Goals Scale $p > 0.05$. While there was a positive correlation between Personal Development, Physical Appearance Social Responsibility and individual awareness sub-dimensions of Life Goals Scale and Life Satisfaction, no significant correlation was observed between Life Satisfaction and Financial Gain sub-dimension of Life Goals Scale. There were also significant differences between gender, life goals and Financial Gain and individual awareness sub-dimensions of Life Goals. There was no significant difference between the Life Goals and gender variable while there was a significant difference between the gender variable and the Individual Awareness sub-dimension of Life Goals Scale. Perceived academic success did not predict Personal Development, Physical Appearance Social Responsibility and individual awareness sub-dimensions of Life Goals Scale but only Financial Gain sub-dimension. While Perceived socio-economic level predicted Life Goals and Financial Gain and Physical Appearance sub-dimensions, it did not significantly predict Personal Development, Social Responsibility and Individual Awareness sub-dimensions. The findings were discussed and suggestions for future researches were given.

Key Words: Life Goals, General Self Efficacy, Life Satisfaction.

GİRİŞ

Üniversitelerin değişen koşullarına bağlı olarak öğrencilerin özyeterlilikleri yaşam doyumları ve buna bağlı yaşam amaçları farklılık göstermektedir. Günümüz koşullarında analitik, eleştirel, objektif, yaratıcı, yansıtıcı düşünen bireyler yetişmesi üniversitelerin misyonlarından biridir. Özyeterlilik düzeyleri yüksek bireylerin yetişmesi çoğunlukla bunlarla doğru orantılıdır. Bireylerin yaşam amaçları değişen koşullarıyla birlikte paralel olarak değişmekte ve farklılık göstermektedir. Özellikle hızla değişen teknoloji, bireylerin yaşam koşullarına ani ve hızlı olarak yansımakta bu da bireylerin özyeterlilik düzeylerini etkilemekte ve yaşam amaçlarını değişen koşullara bağlı olarak değiştirmelerine neden olmaktadır. Temel bir disiplin olarak insanı ön plana çıkaran, farkındalık kazandırmaya ve kendini gerçekleştirmesini sağlamaya yönelik olan Psikolojik Danışma ve Rehberlikte yaşam doyumuna özel bir önem atfedilir. Yaşam doyumunun bu kadar ön plana çıkmasını sağlayan bireylerin yaşamına anlam kazandırmasıdır. Birden çok boyutu insanın (fizyolojik- psikolojik-sosyolojik-moral-ahlaki-mizaç...); bu boyutlarını maksimum düzeyde geliştirmesi genel özyeterlilik ve yaşam doyumuyla paralellik göstermektedir. Buna bağlı olarak yaşam amaçlarını gerçekleştiren bireylerin çoğunlukla yaşam doyum düzeyinin de yüksek olduğu bilinmektedir. Tarih boyunca birçok din, felsefi inançlar ve mitolojilerde yaşamı anlamlı kılmak için bireylerin yaşam amaçlarının olması gerektiği konusu üzerine birçok öğreti vardır. Yaşam amacı olan insanların yaşama daha sıkı bağlı ve zorluklarla daha iyi baş edebilme, çözüm yolları bulabilme ve biyolojik olarak daha uzun süre varlığını sürdürme gözlenebilir. Yaşamın anlamı ve doyumunu ile ilk sistematik ve metodolojik öğreti ortaya atan V. Franklin, Nazi kamplarında hayattan beklentileri olan bireylerin yapılan ağır işkence ve zulümlere karşı daha dirençli olduklarını gözlemlediğini belirtmiştir. Buna bağlı olarak da yaşamda amaçları olan bireylerin varoluşlarını sürdürme, yaşamdan zevk alma düzeylerinin fazla olduğunu ifade etmiştir.

Genel özyeterlilik düzeyi yüksek olan bireylerin hayatta karşılaştığı herhangi bir problemi daha başarılı bir şekilde çözdüğü, bu durumlara karşı daha dirençli olduğu, karşılaştığı zorluklara binaen yaşam amaçlarını belirlediği, bu nedenle yaşamdan daha fazla zevk aldığı yani yaşam doyum düzeyinin yüksek olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının (isteklerinin), genel özyeterlilik ve yaşam doyumu düzeyleri ile karşılaştırılması çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Tüm bunlardan yola çıkarak öğrencilerin yaşam amaçları doğrultusunda yaşam doyumu ve genel özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkisi araştırılmıştır.

Problem Cümlesi

Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının, genel özyeterlilik ve yaşam doyumları arasındaki ilişkisi ile cinsiyet, yaş, algıladığı sosyo ekonomik düzeyi ve algıladığı akademik başarı düzeyi açısından arasında anlamlı bir fark var mıdır?

Alt Problemler

1) Üniversite öğrencilerinin genel öz-yeterlilik düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği alt boyutlarından;

- Kişisel Gelişim
- Maddi Kazanç
- Fiziksel Görünüm
- Sosyal sorumluluk
- Bireysel Farkındalık arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2) Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği alt boyutlarından;

- Kişisel Gelişim
- Maddi Kazanç
- Fiziksel Görünüm
- Sosyal sorumluluk
- Bireysel Farkındalık arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

3) Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlere göre Yaşam Amaçları Ölçeği alt boyutlarından;

- Kişisel Gelişim

- Maddi Kazanç
- Fiziksel Görünüm
- Sosyal sorumluluk
- Bireysel Farkındalık arasında anlamlı fark var mıdır?

4) Üniversite öğrencilerinin yaşlarına göre Yaşam Amaçları Ölçeği alt boyutlarından;

- Kişisel Gelişim
- Maddi Kazanç
- Fiziksel Görünüm
- Sosyal sorumluluk
- Bireysel Farkındalık arasında anlamlı fark var mıdır?

5) Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeylerine göre Yaşam Amaçları Ölçeği alt boyutlarından;

- Kişisel Gelişim
- Maddi Kazanç
- Fiziksel Görünüm
- Sosyal sorumluluk
- Bireysel Farkındalık arasında anlamlı fark var mıdır?

6) Üniversite öğrencilerinin algılanan akademik başarı düzeylerine göre Yaşam Amaçları Ölçeği alt boyutlarından;

- Kişisel Gelişim
- Maddi Kazanç
- Fiziksel Görünüm
- Sosyal sorumluluk
- Bireysel Farkındalık arasında anlamlı fark var mıdır?

Denenceler

- 1) Üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından kişisel gelişim düzeyleri de artmaktadır.

- 2) Üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından maddi kazançta farklılık olmamaktadır.
- 3) Üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından fiziksel görünümünde farklılık olmamaktadır.
- 4) Üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından sosyal sorumluluk da artmaktadır.
- 5) Üniversite öğrencilerinin genel öz yeterlik düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından bireysel farkındalık da artmaktadır.
- 6) Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından kişisel gelişim düzeyleri de artmaktadır.
- 7) Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından maddi kazançta farklılık olmamaktadır.
- 8) Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından fiziksel görünümünde farklılık olmamaktadır.
- 9) Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından sosyal sorumluluk düzeyleri de artmaktadır.
- 10) Üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeyleri yükseldikçe, yaşam amaçlarından bireysel farkındalık düzeyleri de artmaktadır.
- 11) Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarında cinsiyete göre fark vardır.
- 12) Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarında yaşa göre fark vardır.

13) Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarında algıladıkları sosyo-ekonomik düzeylerine göre fark vardır.

14) Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarında algıladıkları akademik başarı düzeylerine göre fark vardır.

Araştırmanın Önemi

Bireylerde yaş, cinsiyet, ırk, sosyoekonomik düzey fark etmeksizin herkesin yaşamdan beklentisi; pek çok amacı vardır. Bu amaçlar sağlık, ekonomik, duygusal vb. alanlarda kendini gösterir. İnsanoğlu yaşamında ilk olarak üreme yani soyunu devam ettirme olgusu varken; bu ilkel amaç günümüz koşullarında pek çok alana yayılmış ve eğitim, ekonomi, sağlık gibi pek çok farklı boyutta kendini göstermektedir. Birçok alana yayılmış olan bu amaçların bireyler tarafından gizilgüçleri doğrultusunda fark edilmesi gerekmektedir.

Yaşam amaçlarının erken yaşta belirlenmesi bireylerin genel özyeterlilik düzeyleri ile yaşam doyumlarını dolaylı yoldan etkilemektedir. Çünkü yaşama yönelik amaçlarını erken fark eden bireyler, yaşam amaçlarını gerçekleştirmek için daha hızlı adımlar atmakta bu genel özyeterlilik düzeylerini ve yaşam doyum düzeylerini olumlu yönde etkilemektedir. Tüm bunlardan yola çıkarak bu amaçların neler olduğuna ulaşılabilmesi için alanyazında boşluk bulunmakta, bilimsel bir çalışmanın yokluğu kendini hissettirmektedir. Bu nedenle Yaşam Amaçları(İstekler) Ölçeği geliştirmeye yönelik bu çalışma ortaya konmuştur ve bu çalışmanın alanyazınındaki boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

Sınırlılıklar

- 1) Bu araştırma da toplanan veriler Yaşam doyumunu ölçeği Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş ve Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılan yaşam doyumunu ölçeği ile araştırmacı tarafından geliştirilen yaşam amacı ölçeği ve yine araştırmacı tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu ile sınırlıdır.
- 2) Bu araştırmanın örneklemini oluşturan ve araştırmacı tarafından geliştirilen ölçeğin uygulanması 465 öğrenci grubu ve araştırmanın modeli olan ölçekler

arasındaki ilişkisel çalışma ise 526 tane Sakarya Üniversitesi'ndeki çeşitli fakültelerde eğitim-öğrenim gören öğrenci grubu ile sınırlıdır.

- 3) Bu araştırma Sakarya üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerden elde edilen verilerle yapılmıştır. Elde edilen bulgular benzer koşullara sahip öğrencilere genellenebilir.

Sayıtlılar

- 1) Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrenciler araştırmaya gönüllü olarak katılmış ve Genel Öz-yeterlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ile araştırmacı tarafından geliştirilen Yaşam Amaçları Ölçeğini samimi ve objektif olarak doldurmuşlardır.
- 2) Araştırma örnekleminin evreni doğru olarak yansıttığı varsayılmıştır.

Tanımlar

- *Yaşam Amaçları (Life Goals)*

Bireylerin yaşamları boyunca uzun vadede ya da kısa vadede ulaşmayı istedikleri ve bu istekleri için çaba sarf ettikleri; bireyler için anlamı olan hedeflerdir.

- *Genel Öz-yeterlik (General Self-Efficacy)*

Genel öz-yeterlik, kişinin bir işi bir hedefi ve ya amacı yapmak için gerekli becerilere sahip olduğu konusundaki inancıdır.

- *Yaşam Doyumu (Life Satisfaction)*

Bireylerin ne istediği ve neye sahip olduğu ile ilgili karşılaştırmasından sonra bir durumla ya da belli bir zamanla sınırlı olmayan genel olarak hissettiği durumdur.

Araştırmanın Planı

Bu araştırmanın giriş bölümünde araştırmanın amacı, çalışmanın alt problemleri, denenceler, araştırmanın önemi, sınırlılıklar ve sayıtlılar hakkında bilgi verilecektir. Ayrıca araştırmaya konu olan genel özyeterlik, yaşam amaçları ve yaşam doyumunun ne olduğu hakkında kısaca tanımlamaları yapılacaktır.

Araştırmanın birinci bölümünde ise, söz konusu konu alanları ile ilgili ilk kısımda teorik çerçeveye yer verilecek, ikinci kısımda ise hem yurtiçinde hem de yurtdışında konu alanı ile ilgili yapılmış olan çalışmalara ve araştırmalara yer verilecektir.

Araştırmanın ikinci bölümünde de, metodolojik çerçeve hakkında bilgi verilecektir. Ne tür bir yöntem, çalışmanın yapıldığı evren ve örneklem tanıtılacak ve hangi işlem yolu ile analiz etme teknikleri sunulacaktır.

Üçüncü bölüm olan bulgular kısmında, çalışmadan elde edilen sonuçlar yöntem bölümünde tanıtılan metotlara bağlı kalınarak aktarılacak; dördüncü bölümde ise elde bulgulara bağlı olarak literatür kısmındaki yurtiçinde ve yurtdışında yapılan çalışmalardan elde edilen bulgularla karşılaştırma ve yorum yapılacaktır. Son bölümde ise çalışmanın sonucu ve konu alanları ile ilgili ve gelecekte yapılacak araştırmalarla ilgili olarak çeşitli önerilerde bulunulacaktır.

BÖLÜM 1: KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ LİTERATÜR

Literatür incelemesi, araştırma alanına yönelik olarak ön bilgi edinme, bakış açısı geliştirme ve bu alanda yapılmış olan araştırmaların konuyla ilgili elde edilen bulguları gözden geçirmek amacını taşımaktadır.

Araştırmanın kavramları ve ilişkilendirilen değişkenlerle ilgili kapsamlı bir bakış açısı edinmek için elektronik veri tabanları, makaleler, kitap incelemeleri, yüksek lisans ve doktora tezleri, araştırma raporları kullanılmış olup; yapılan incelemelerde yaşam amaçları (life goals), genel öz-yeterlik (genaral self- efficacy) ve yaşam doyumu (life satisfaction) kavramları ve ilişkili olabileceği düşünülen terimler kullanılmıştır.

1. 1. Yaşam Amaçları

Frankl'a göre, yaşamın anlamı insandan insana, günden güne, saatten saate farklılık göstermektedir. Önemli olan genelde yaşamın anlamı değil, belirli bir zaman diliminde insan yaşamının özel anlamıdır; yani belirli bir zaman diliminde insan yaşamının amacıdır. Bireyin soyut bir anlam arayışına girmemesi gerekir. Her bireyin yaşamında özel bir mesleği, özel dostları, özel hobileri ve uğruna mücadele edeceği idealleri (yaşam amaçları) bulunmalıdır.

Frankl, her bireyin yaşam tarafından sorgulanmakta ve sorumlu olarak yaşama karşılık vermekte olduğunu söylemektedir. Frankl'a göre yaşamın gerçek anlamı kişinin kendi içinde ya da kendi ruhunda değil, dünyada keşfedilmelidir. Bu temel özelliği 'insan varoluşunun kendi aşkınlığı' olarak adlandırmaktadır. Bu insan olma gerçeğinin, her zaman için, bu ister bir anlam ya da karşılaşılabilecek bir insan olsun, kişinin kendi dışındaki bir şeye ya da birisine yöneldiği anlamına gelmektedir (Frankl,1997 akt. Sezer, 2005: 56–60).

Frankl'a göre birey yaşamın anlamını üç farklı yoldan bulabilir:

- *Bir eser yaratarak ya da bir iş yaparak,
- *Bir insanla etkileşime girerek ya da bir şey yaşayarak
- *Kaçınılmaz olan acı durumuna karşı bir tavır geliştirerek.

Görüldüğü gibi anlam bulma yolunda yaşam doyumunda bireyin çeşitli alanlarda (kişisel gelişim, sosyal sorumluluk, sağlık, duygusal ilişkiler, vb.) yaşam amaçları rol oynamaktadır.

Anlam arayışı konusundaki çalışmalara bakılırsa 1967 yılında ‘Yaşamdaki Amaç Testi-Purpose In Life (PIL)’nin geliştirilmesi ve 80 sonlarında konuya kısmi bir ilgiden sonra, 1990 sonlarından günümüze ilginin biraz daha arttığı görülmektedir. Yaşam amaçları konusunda ülkemizde yapılan araştırmaların azlığı alanyazında bu konuda yeni çalışmaların yapılması ihtiyacını ortaya koymuştur. Yapılan bu araştırmanın önemi burada ortaya çıkmakta; yapılacak olan yeni araştırmalara ışık tutma konusunda yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Gerek yurtdışında gerekse az da olsa ülkemizde konuyla ilgili ölçme aracı geliştirme konusunda girişimler olmuştur; Dyck(1987), araştırmasında Logoterapötik yapıların ölçülmesinde iki ölçme aracını değerlendirmiştir:

Yaşamdaki Amaç Testi(Purpose In Life PIL), Noetic Amaçları Araştırma Testi (Seeking ofNoetic Goals Test-SONG), Chamberlain ve Zika (1987), yaşamın anlamını ölçen üç ölçme aracının –Yaşamdaki Amaç Testi (Purpose In Life-PIL), Yaşam Bakış İndeksi (Life RegardIndex) ve Tutarlılık Duygusu Ölçeği(Sense of Coherence Scala) faktör yapısını incelemişlerdir. Sonuçlar yaşamın anlamının çok boyutlu bir yapı olduğunu ve anlamının farklı yollarla ölçülmesinin mümkün olduğunu göstermiştir. (Sezer, 2005: 60). Görüldüğü üzere yaşamdaki amaçları belirlemek yaşam doyumunu ve yaşamı anlamlandırma da önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Bu da yaşam amaçlarını belirlemedeki önemin yerini anlatmaktadır.

Yaşam amacı ya da yaşamdan beklentiler Rotter tarafından da açıklanmıştır. Rotter kuramında temel olarak dört tür değişkene yer vermiştir. Bu değişkenleri, davranışlar, beklentiler, davranışların sonuçları ve psikolojik durumlar olarak belirtmiştir. Rotter kuramında davranışı, herhangi bir özgül psikolojik durumda ortaya çıkma ya da yinelenme olasılığı, davranışın o özgül psikolojik durumda belli bir sonuca götüreceğine ilişkin beklentinin(istek/amaç) ve o sonucun birey için değerinin(doyum) bir işlevidir şeklinde tanımlar. Bir davranışın önemi bireyin ona yüklediği beklenti(istek/amaç) ile yordanabileceğini belirtir. Rotter’a göre iki tür genelleştirilmiş beklenti vardır. Bunlardan biri başarı, bağımlılık, toplumsal kabul, uyuma vb. gibi sadece belli çeşitten

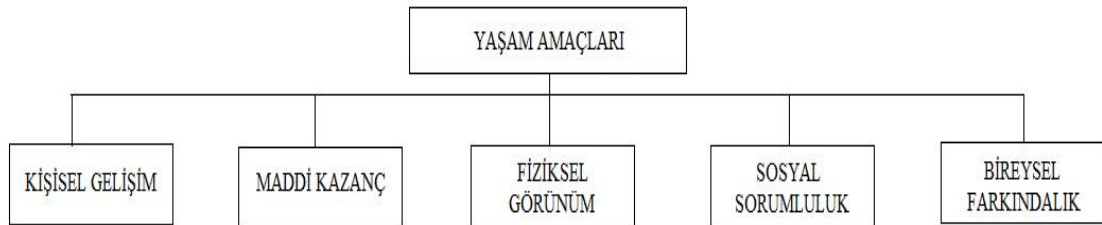
sonuçlardan oluşan beklentileri barındırır. Diğer genelleştirilmiş beklentiyi ise sonuçların kendi niteliklerinin değişebildiği, belli bir kararı ya da problem çözümün içeren bir dizi psikolojik durumun başka özelliklerinden genelleştirilen beklentileri içermektedir. Bu bağlamda belli bir durumda, herhangi bir sonucun davranışımızı takip edeceğine ilişkin beklenti, yalnızca bir sonuç için genelleştirilmiş beklentimizi değil, bir ya da daha çok problem çözümüne dair genelleştirilmiş beklentimizi içerir (Rotter ve diğ., 1972: 41).

Rotter, toplumsal öğrenme kuramında, beklentinin(amacın), bir davranışın ortaya çıkma olasılığının üç ana belirleyicisinden birisidir. Diğerleri sonucun değeri (doyum), üçüncüsü ise psikolojik durumdur.

Rotter'in kuramında da görüldüğü gibi bireyin, yaşamdaki beklentileri davranışlarını yönlendirmekte, bu beklentilerinin sonuçlarına yüklediği değer ve psikolojik durumu yaşamdaki davranışlarını belirleyici olmaktadır. Bu nedenle bireylerin yaşam amaçlarını belirlemede bu çalışmanın önemini göstermektedir.

1. 1. 1. Yaşam Amaçlarının Alt Boyutları

Şekil 1. Yaşam Amaçları Alt Boyutları



- *Kişisel Gelişim*

Bireylerin yaşamlarında en önemli yeri tutan süreçlerden birisi kişisel gelişimdir. Rogers, gelişim eğilimi, kendini gerçekleştirme dürtüsü, var olmaya dönük bir hareket olarak ifade etmiştir (Burger, 2006: 421). İnsancıl psikolojiye göre yaşam sadece temel gereksinimlerimizi karşılamaktan ibaret değildir. İnsancıl kuramlar, insanın temel gereksinimleri karşılandığı zaman mutlu olmadığını belirtmektedir. İnsanlar gelişimlerini olumlu bir yönde sürdürmeye güdülenmişlerdir. İnsan, kendi başına bırakıldığında, hayatın yükü altında ezilmezse, kendini tatmin eden bir varoluş

noktasına doğru ilerler. Carl Rogers bu noktaya, potansiyelini tam kullanan kişi adını vermiştir. Kendini gerçekleştirmiş bir birey olmanın yolu, ‘olabileceğiniz her şeyi olmaktan’ geçer (Maslow,1970: 46, Akt.: Burger, 2006: 421).

Bu gelişim sürecinin, insan gelişiminin doğal şekli olduğu varsayılır. Yani bazı sorunlar insanları engellemediği sürece, bu tatmin edici konuma doğru insanoğlu ilerler. Engeller kişisel gelişimimizi durdurduğunda, insancıl psikoloji yardımcı olur. Ancak terapist, danışanlarını bu gelişme sürecine geri döndürmez. Bunu sadece danışanın kendisi yapabilir. Terapist, danışanlarının sorunlarının üstesinden gelmesine ve büyümeye; kişisel gelişimine devam etmesine yardım eder. Rogers, kişinin bu bitmek bilmeyen kendini keşfetme sürecini ‘olma süreci’ olarak tanımlar (Burger, 2006: 421). ‘İyi bir yaşam’ demiştir Rogers, ‘bir durum değil, bir süreçtir. Bir varış noktası değil bir yöndür’(Rogers, 1961: 186, Akt. Burger, 2006). Potansiyelini tam kullanan kişiler, yeni deneyimlere açıktır. Birbirine benzer, kalıpsal davranışlar göstermek yerine, yaşamın onları nereye götüreceğini görmek isterler. Bununla bağlantılı olarak tam verimli insanlar, yaşamın her anını değerlendirmeye çalışır. Amaç yaşama teğet geçmek değil, yaşamı tam anlamıyla deneyimlemektir.

Potansiyelini tam kullanan kişi, kendi duygularına güvenmeyi öğrenir. eğer duyguları bir şeyin doğru olduğunu söylüyorsa, büyük olasılıkla onu yaparlar. Başkalarının gereksinimlerine karşı duyarsız değildirler; ancak toplumun belirlediği davranış ölçütlerine uygun davranmak konusunda aşırı bir kaygıya da kapılmazlar. Bunun yerine yaşam amaçlarını kendileri belirler; meslek seçimi ve yaşam tarzı gibi önemli kararlar verirken kendi ilgilerini, değerlerini ve gereksinimlerini göz önünde tutarlar.

Potansiyelini tam kullanan kişiler, duygularını başka insanlara göre daha derin ve yoğun bir şekilde yaşarlar. Bu hem olumlu hem de olumsuz duygular için geçerlidir. Bu duyarlılıktan ötürü, potansiyelini tam kullanan kişiler yaşamlarında daha büyük bir zenginlik yaşarlar (Burger, 2006: 424).

- *Maddi Kazanç*

Günümüzde kişilerin yaşamlarını sürdürebilmeleri için, yaşam amaçlarını gerçekleştirirken harcadıkları çaba ve emeğin sonucunda manevi tatmin kadar elde etmek istedikleri maddi kazançlar/materyaller vardır. Ayrıca yaşam amaçlarına

ulaşmaya çalışırken bu maddi kazançların bazılarını da araç olarak kullanırlar. Buna bağlı olarak, basamak olarak bir üste adım atmada yardımcı olacak bazı maddi değerleri de önemserler. İnsan, yaşayabilmek için sahip olmak, onları saklamak, onlara bakıp, beslemek ve kullanmak zorundadır. Bedenimiz, yiyeceklerimiz, evimiz, elbiselerimiz ve temel ihtiyaçlarımız için gereken araç ve gereçler işte bu türdendir (Fromm, Çev: Arıtan, 2003: 121).

Varlığı özel mülkiyet, kâr ve iktidar üzerine kurulu bir toplumda yaşadığımız için, düşünce ve değer yargılarımız önceden belirlenmiş gibidir. Bu nedenle, endüstri toplumlarındaki bireylerin en kutsal ve en doğal haklarının; kazanç, mal-mülke sahip olmak ve kazanç için çalışmak olduğunu söyleyebiliriz (Fromm, Çev: Arıtan, 2003: 101).

- *Fiziksel Görünüm*

Bireylerin kendi fiziksel görünümüne ilişkin algıları onlar için önemlidir. Günümüzde birçok insan diğer insanlar tarafından çekici bulunmak için birçok yõteme başvurmaktadır. Hatta kendi beden imajlarını algılamadaki bozukluk onları birçok psikosomatik rahatsızlığa bile sürüklemektedir. Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda bireylerin yaşamlarında fiziksel görünümünün kendileri için ne kadar önemli olduğu ortadadır. Bireyin etrafındaki diğer insanlar tarafından çekici bulunmak bireylerdeki olumlu benlik algısı oluşumunda önemli yer tutar. Bunun yanı sıra özyeterliliğin gelişimine etki eden faktörlerden ruh hali ve fizyolojik durumlar, kişisel öz-yeterlilik ile ilgili yargıları etkiler. Düşük öz-yeterlilik vücut ile ilgili durumlara karşı duyarlılığı artırırken, yüksek öz-yeterlilik düzeyi, vücut ile ilgili durumların çağrışımının hoş gitmesini aynı oranda artırır (Petrovich, 2004).

- *Sosyal Sorumluluk*

Günümüzde artan sosyal sorumluluk projeleriyle ön plana çıkan sosyal sorumluluk kavramı bireylerin yaşamlarında önemi bir yer tutmaktadır. Birey yaşadığı sürece kendisi ve yaşadığı çevre için yapmak istediği bazı hedefler belirler. Birey ait olduğu toplumda temel ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra üst basamaklara doğru çıkıldığında Maslow'un İhtiyaçlar Piramidini de göz önünde bulundurarak sevgi, ait olma ve saygı duyulma ihtiyaçlarını karşılamaya yönelir. Buradan hareketle, yaşamına anlam katacak ve

yaşadığı çevreyi güzelleştirecek; bireyin o çevreye ait olduğunu hissettirecek bazı girişimlerde bulunur. Frankl'a göre de birey yaşamını anlamlandırma yollarından bir tanesi de bir iş yapmak/bir eser ortaya koymaktır. Sosyal sorumluluk alanı ile bağdaşan bu ifade, bireyin, toplum yararına yaptığı herhangi bir iş, eser onun tanınma, ait olma sevgi ve saygı ihtiyaçlarını karşılamada katkı sağlayacaktır. Temel ihtiyaçlarını karşılamış tüm bireyler, içinde yaşadıkları toplumun yaşam kalitesini iyileştirmek için, sürdürülebilir bir dünya için ekonomik, çevresel, kültürel ve sosyal gelişmeye destek verme sorumluluğunu hisseder. Bu durumda birey; kendi isteklerini, amaçlarını ve yaptığı işi sosyal sorumluluğunun bir parçası haline getirerek, içinde yaşadığı çevreye, topluma ve dünyaya karşı katkıda bulunma isteğini duyacaktır.

- *Bireysel Farkındalık*

Gestalt Terapinin ana kavramı olan farkındalık; yaşamımızın her yönünü, duygularımızı, düşüncelerimizi, bedenimizdeki duyuları, davranışları, duruş tarzını, kasların gerginliğini, yüz kaslarını kapsadığı gibi, çevremizde ne olup bittiğini ve bizi onunla ne gibi bir ilişki içinde olduğumuzu da kapsar (Cüceloğlu, 2004: 486). Bireysel farkındalık, bireyin değerleri, davranışları, tutumları, bilişsel süreçleri, fiziksel özellikleri, yetenekleri vb. gibi kendiyile ilgili birçok özelliğinin farkında olmasıdır. Farkındalık, bireyin yaşamında önemli bir yere sahiptir. Bireyler ne istediklerinin, ne gibi duygular içinde bulduklarının, ne yaptıklarının farkında değillerse, duygu, düşünce ve davranışları üzerinde bir denetimleri, seçimleri olamaz; yalnız alışkanlıklarının etkisi altında davranırlar. Bireyin kendini tanıması; kendi özelliklerini kabul ederek, yeterliliklerinin farkında olması ve bu doğrultuda amaçlarını belirlemesi, kişisel gelişimini sürdürmesini sağlar. Bireysel farkındalık; psikolojik danışmada anahtar kavramlardan bir tanesidir. Bireyin psikolojik danışmada içgörü kazanarak, bireysel farkındalığını arttırmak, kendisini tanıması sağlamak önem taşımaktadır. Bireysel farkındalığı olan bireyler, yaşam amaçlarını belirlerken kendisine en uygun olan hedefleri seçer, neyi yapabileceğinin farkında olduğundan amaçlarına ulaşabilme de daha az hayal kırıklığı yaşarlar.

İlhan (2009), üniversite öğrencilerinin benlik uyumu modeli: yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş üzerine yaptığı çalışmasında; çeşitli devlet üniversitesinin çeşitli fakülte ve bölümlerinde okuyan 18–28 yaş arası 777 erkek, 697

kız, toplam 1474 öğrenci örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmanın bulgularına göre; kızlar içsel amaçların tamamını ve dışsal amaçların alt boyutlarından birisi olan fiziksel çekiciliği erkeklerden daha fazla önemsedikleri ortaya konmuştur. Ayrıca içsel amaçlar fakülte türüne göre farklılaşırken, dışsal amaçlarda anlamlı bir farklılaşma bulunmamakla birlikte, öğrencilerin içinde bulunduğu sınıf düzeyine göre içsel ve dışsal amaçların önemsenme düzeylerinde bir farklılaşma olmamıştır. Yaşam amaçları diğer değişkenler olan psikolojik ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluşla anlamlı düzeyde ilişkilidir. İçsel amaçlara daha fazla sahip olmak, öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçların doyumuna ve öznel iyi oluşlarına katkı sağlarken; dışsal amaçlara sahip olmak ihtiyaç doyumunun ve öznel iyi oluşun azalmasına neden olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin amaçlarını ilişkisel nedenlerden çok, kişisel nedenlere göre takip ettikleri gözlenmiştir.

Massey, Gebhardt ve Garnefski tarafından 2009'da yurtdışında yapılan bir araştırmada ergenlerde kişisel amaçların, sosyo-demografik özelliklerine göre hedef ve amaç süreç değerlendirmelerindeki bireysel farklılıkları; bunun yanında hedeflerin içerik, hedef-süreç değerlendirme ve refah arasındaki ilişki çalışılmıştır. Elde edilen bulgular kızlar ve yaşları büyük olan öğrencilerin; okul, ilişki, fiziksel görünüm hedeflerinin daha fazla olduğunu saptamakla birlikte kız ve etnik azınlık ergenlerin kişisel amaçları bakımından daha fazla hayal kırıklığı yaşadığı bulgulanmıştır. Kişisel amaçlardaki iyi ve olumlu sonuçların, öz-yeterliği de olumlu olarak etkilediğini ortaya koymuştur.

Senecal ve diğ. 2000'de yaptıkları, 638 diyabetli hasta üzerinde sosyal-bilişsel kuramın özyeterlik, öz-düzenleme kavramlarını yapısal eşitlik modeli ile motivasyon, diyet, öz-bakımda bağlılık ve yaşam doyumu kavramları ile ilişkilendirmişlerdir. Elde edilen sonuçlar, öz-yeterlik ve öz-düzenlemenin yaşam doyumu ilişkili olduğunu göstermiştir. Modele göre öz-düzenlemesi daha fazla bağımsız ve öz-yeterliği yüksek olan bireylerin diyet girişimi, öz-bakım ve yaşam doyumu arttığını göstermiştir. Lent, ve diğerleri (2005); sosyal bilişsel teorinin temel değişkenleri ile yaptıkları araştırmalar genel ve özel yaşam doyumlarını tek tek yordamak için yaptıkları çalışmaları bütünleştirmek için yaptıkları bu araştırmada algılanan özyeterliğin, yaşam amaçlarının (kişisel gelişimin), çevresel faktörlerin özel yaşam alanındaki yaşam doyumunu yordadığı görülmüştür. Lent ve diğ. 2009'da yaptıkları araştırmada, iyi-oluş kavramını psiko-sosyal

uyum ve varlık üzerine birleştirici bir teorik ve pratik açıdan sosyal-bilişsel modele göre incelenmesi üzerine yapılan araştırmasını boylamsal olarak inceleyerek test etmişlerdir. Araştırma Kuzey Portekiz’de 252 üniversite öğrencisi üzerinde yapılmış olup, araştırmanın sonucunda elde edilen bulgular beklenen yönde çıkmış; öz-yeterlik ve çevre desteğinin, bireylerin amaçları doğrultusunda ilerlemesini ve akademik uyumu bununla birlikte öğrencilerin yaşam doyumunu yordamakta olduğu belirlenmiştir. Öz-yeterlik ve pozitif etkiler karşılıklı olarak birbirleriyle ilişkili bulunmuştur.

Yapılan literatür çalışmasından elde edilen bilgiler doğrultusunda, yaşam amaçları, genel öz yeterlik ve yaşam doyumunun ilişkilendirilerek günümüze kadar yapılmış yurtiçi ve yurtdışı araştırmaların oldukça kısıtlı olduğu görülmüştür. Alanyazında boşluk bu araştırmanın önemini ortaya koymaktadır. Bu araştırmanın amacı gelecekte yapılacak araştırmalara ışık tutmak ve belli bir yeri doldurmaktır.

1. 2. Genel Öz-Yeterlik

Öz-yeterlilik kavramı ilk kez Albert Bandura tarafından tanımlanmıştır (Bandura 1989). Sosyal bilişsel öğrenme kuramını geliştiren Albert Bandura, öz-yeterlilik kavramını “Self-Efficacy” şeklinde isimlendirmiştir. Öz-yeterliğe, teknik olarak “algılanan öz-yeterlik” denilmektedir. Bandura (1986) öz yeterliği, bireyin, belli bir performansı göstermek için gerekli etkinlikleri organize edip başarılı olarak yapma kapasitesine ilişkin kendi yargısı olarak tanımlamaktadır (Senemoğlu, 2002).

Banduranın öğrencileri olan ve öz-yeterlilik alanında birçok araştırma yapan Dale H.Schunk ve Frank Pajares “Self-Efficacy” şeklinde ifade ederken öz-yeterlilik kavramı ülkemizdeki ilgili literatürde farklı şekillerde tanımlanmış ve kullanılmıştır.

Sosyal Öğrenme Teorisi’nin temel kavramlarından biri olan “selfefficacy belief” Türkçe’ye Özyürek (1995, 2001, 2002), Yiğit (2001), Kuzgun (2000,2003), Gündoğdu ve Kıran-Esen (2006), Karahan ve ark. (2006), Seçken ve Bacanlı (2006) tarafından “yetkinlik beklentisi” olarak çevrilmişken; yaygın olarak, Aşkar ve Umay (2001); Hazır-Bıkmaz (2002, 2004), Akkoyunlu ve Orhan (2003), Morgil ve ark. (2004), Altunçekiç ve ark. (2005), Kurbanoglu (2004) ve Üredi (2006) tarafından “özyeterlik inancı” olarak çevrilmiştir (Akbaş ve Çelikkaleli, 2006).

Bandura (1999), öz-yeterlik, insanların, kendi yaşamlarını etkileyen olaylar üzerinde bir miktar kontrol kurmalarını sağlayacak şekilde davranma becerilerine dair kanaatleriyle ilgilidir şeklinde tanımladığı sosyal bilişsel kuramının temel kavramı olan özyeterliğin literatürde birçok araştırmacı tarafından tanımlaması yapılmıştır. Pintrich, Linnenrink (2003), öz-yeterlilik inancı, kişilerin belirlenmiş performans şekillerine ulaşmak için gereken faaliyetleri düzenleyip uygulayabilme kapasiteleri üzerine yargıları, Curtis (2005) tarafından, kişinin belirli performans biçimlerini organize etme ve yerine getirme becerisi üzerine ulaşılan bir yargı iken, kişisel başarı böyle performansların sonuçları üzerine ulaşılan bir yargı olarak, Schunk (1991), öz-yeterlik aslında bir bireyin edindiği ve zor durumlarda kullanacağı duygusal performansını kontrol edebilme kabiliyeti şeklinde, McMaster (2005) ise, yorum yoluyla, dolaylı olarak, sosyal olarak ve fizyolojik olarak açığa çıkarılan çeşitli yeterlilik bilgisi kaynaklarının bilişsel düzeyde işlenmesinin bir sonucu olarak tanımlamışlardır (Akt: Çetin, 2007).

Öz-yeterlilik inancının yaşam amaçlarına etkisine baktığımızda Bandura (1994), kişisel amaçları belirlemede öz-yeterlilik inancının bireyin kendi kapasitesine değer biçmesinde etkilidir. Bu çalışmanın genel öz-yeterlilikle bağdaştırılmasının önemi burada ortaya konulmaktadır.

1. 2. 1. Sosyal Bilişsel Kuram

Sosyal öğrenme kuramcıları (Miller, Dollard, Bandura, vb.) insanların başka insanları gözleyerek öğrendiklerini savunmaktadırlar (Merriam and Caffarella, 1991).

Albert Bandura ilk olarak “Sosyal Öğrenme Kuramını” (1977) oluşturmuştur. Sosyal Öğrenme Kuramının temeli: “İnsanlar başkasının davranışlarını gözleyerek ve bunlardan bir sonuç çıkararak öğrenebilmeleri”dir. Daha sonra Bandura (1986), öğrenmede bilişsel sürecin önemini fark ederek “Sosyal Bilişsel Kuramı”nı oluşturmuştur.

Bandura’ya göre bireyin bir davranışı ortaya koyması bilişsel ve çevresel faktörler tarafından etkilenmektedir. Bilişsel faktörlerden biri, bireyin davranışına ilişkin algıladığı öz-yeterlilik algısıdır. En genel tanımıyla, öz yeterlik inancı, kişinin bir işi, hedefi/amacı yapmak için gerekli becerilere sahip olduğu konusundaki inancıdır (Bandura, 1994: 71). İnsanların sorumluluklarını yerine getirmeleri, onların hayatlarında

hedef/amaç belirlemeleri bu amaçlar doğrultusunda davranışlara yönelmeleri, amaçlarını başarabilme/elde edebilmek için çaba sarf etmeleri, çeşitli davranışlara yönelmelerinin yanı sıra, bu amaç/hedef ve sorumlulukları yerine getirebileceklerine olan inançları ile de yakından ilgilidir. Araştırmalar, insanların sahip olduğu inançların, davranışlarını etkilediği sonucunu ortaya çıkarmıştır (Bandura, 1977; Enochs ve Riggs, 1990). Buna bağlı olarak, insanların inançlarının, davranışlarının açıklanmasında yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Bandura buradan hareketle, Öz yeterlik inancının, kişinin davranışlarının önemli belirleyicilerinden bir tanesi olduğunu savunmaktadır (Bandura, 1986: 25).

Gözlem yoluyla öğrenmeyi ilk inceleyenler davranışçı öğrenme kuramcıları olsa da; Albert Bandura, gözlem yoluyla öğrenmeye etkileşim ve bilişsel boyutu da ekleyerek, davranışsal öğrenme teorileri ile bilişsel öğrenme teorileri arasında bir bağ oluşturan Sosyal Öğrenme Kuramını oluşturmuştur.

Bireyin öz-yeterlilik algısı, bir aktivite için hissedeceği motivasyonun temel belirleyicisidir. Bireyin gerçekleştirmek istediği amaç, hedefe yönelik yaptığı davranışların, o bireyin öz-yeterlilik algısının belirlediği amaç için kendisini başarabilir olarak nitelendirmesine bağlıdır.

Özyeterlilik algısı güçlü olmayan insanlar, amaçlarına ulaşma sürecinde karşısına çıkan engeller ya da yapması gereken davranışları gördüklerinden daha zor olduğunu düşünür ve her şeye dar bir görüş açısından bakarlar ve karşılaştıkları problemlere çözüm bulmakta oldukça zorlanırlar ya da başarısız olurlar. Fakat öz yeterlilik algısı güçlü olan insanlar zor işlerde, ulaşılması zor hedeflerde ya da güç olaylarda daha rahat, sakin, kendinden emin ve güçlü olmaktadır. Başarısızlıkla karşılaştıklarında bunun hedefe ulaşmada yapılan bir hatadan kaynaklandığını, bunu düzelterek tekrar hedefe ulaşma konusunda daha çok çaba sarf etmeye yönelerek bu sorunu ortadan kaldırmaya çalışmaktadırlar (Bandura, 1998; Bandura, 1994). Bandura (1994)'ya göre, başarı için yalnızca gerekli becerilere sahip olmak yeterli değildir; başarı aynı zamanda bu becerilerin etkin şekilde ve güvenle kullanımını da gerektirmektedir. Pajares 2002'de kişinin herhangi bir işi yapabilecek beceriye sahip olmasına rağmen bunu yapabileceği konusunda kendisine güveni yoksa yapamama olasılığı durumunun daha ağır bastığını belirtmektedir. Bandura (1986), öz yeterlilik inancının, bireylerin belli durumlara ilişkin

üstesinden gelmeyi gerektirecek davranışları ne kadar iyi yapabildiklerine dair yargıları olduğunu; bireyin davranışının ortaya konabilmesi için, davranış konusunda yeterli bilgiye sahip olmasının tam olarak yeterli olmadığını; bu davranışa ilişkin öz-yeterlilik algısının yeterli olması gerektiğini ortaya koymuştur (Bandura, 1989; Bandura, 2004). Buradan hareketle; kişinin özyeterlilik algısı, ne kadar güçlü olursa, birey amaca ulaşmak için o kadar çok çaba sarf edecektir. Bu nedenle yaşam hedeflerini belirlemede onlara ulaşmada öz-yeterlilik algısı ne kadar güçlü olursa o kadar çok çaba sarf edeceği ve buna bağlı olarak yaşamdan doyum elde edeceği düşünülmektedir.

Bandura'ya göre öz-yeterlilik algısının kaynakları ve gelişimini etkileyen süreçler vardır. Bandura (1989), bireylerin yeterlilikleri üzerine ilişkin yargıların, ne yapacaklarına, davranışları sürecinde hangi oranda çaba harcayacaklarına, bunun yanı sıra engellerin ve başarısız deneyimlerin karşısındaki dayanabilme sürelerine karar verirler. Özyeterliliğin kaynakları; bireyin duruma ilişkin önceki deneyimleri, diğer bireylerin deneyimlerinden yararlanma (model alma-temsili deneyim), çevrenin desteği/sözel ikna, bireyin psikolojik ve fizyolojik durumudur (Elizabeth, Richard, Gloria, Carolyn, Suzette, 2004). Öz-yeterlilik algısının gelişimini etkileyen süreçler ise bilişsel süreç, motivasyon süreci, duygusal süreç ve seçim süreci olarak belirtmiştir (Bandura,1998;Bandura,1994).

1. 2. 2. Öz-Yeterliliğin Kaynakları

- *Bireyin Duruma İlişkin Önceki Deneyimleri*

Herhangi bir duruma ilişkin davranışlarımız ile elde edilmiş başarı, bireyin özyeterliliği oluşumunda en etkili olan kaynaklardan biridir. Başarılı olmak, bireyin özyeterlilik inancını güçlendirir. Eğer bu deneyimler zorlu bir mücadeleden sonra edinilmiş ise özyeterlilik duygusunun kolay engeller karşısında yıkılmayacağını söylemek yanlış olmaz. Birey başarıyı sağlamak için üstesinden gelme yolundaki çabalarında ısrarcı davranacaktır. Ancak önemli olan nokta, bireyin nasıl bir deneyime sahip olduğudur. Eğer birey daha önceki durumlara ilişkin çözüm yollarını kolay bir şekilde bulmuş ve hemen başarıya ulaşmışsa, engeller karşısına çok fazla çıkmamışsa, bundan sonraki durumlara ilişkin beklentileri de bu yönde olacaktır. Herhangi bir sorun ile karşılaştığında bu deneyimini başarısızlık olarak algılayacak, çözüm yolu bulma davranışlarında ısrarcı davranmayacaktır. Bu durum ise bireyin özyeterlilik algısının

gelişimini olumsuz yönde etkileyecektir (Bandura, 1998). Bireylerin, karşılaştıkları herhangi bir durum için özyeterlik algısı yeterli olduğu sürece, karşılarına çıkacak sorunlara ya da engellere çözüm yolu bulmada başarılı olacaklardır (Bandura, 1994).

- *Diğer Bireylerin Deneyimlerinden Yararlanma (Model Alma-Temsili Deneyim)*

Bireyler yaşamlarında birçok konuda diğer bireylerin deneyimlerinden faydalanarak çıkarımda bulunma, genelleme yapma yollarını çoğu kez tercih ederler. Bu yol bireylerin kendi durumuna ilişkin mukayeseyi sağlar. Birey, kendi durumuna benzer durumda olan diğer bireyleri model alarak çıkarımlarda bulunur, duruma ilişkin neler yapabileceğini, hangi oranda çaba sarf edebileceğini, başarılı olup olamayacağı kestiriminde bulunur. Model alınan durum, birey ya da davranış ve gözlemleyen bireyin durumu, kendisi ya da davranışı ile arasındaki benzerlik ne kadar fazla ise, benzer sonuçların olma olasılığı beklentisi de o kadar yüksek olacaktır (Schunk, 2001). Bunun yanı sıra kendisiyle özdeş kurulan kimseler ya da rakiplerden daha kötü bir başarı sergilenince yeterlilik inanışları azalırken, bu tür kimselerden daha fazla başarılı olduğunda öz- yeterlilik inancının arttığı belirtilmektedir (Rackley, 2004). Buradan hareketle birey, model aldığı bireylerin benzer durumdaki deneyimlerinde başarılı olduklarını gözlemlemişse, kendisinin de model aldığı bireyin ve durumun benzerliği bakımından başarabileceğine inanır. Bu durum öz-yeterlik inancını olumlu olarak etkiler. Tersine bir durum söz konusu olduğunda birey eğer benzer durumda olan model aldığı bireyin başarısız olduğunu gözlemlediyse, bu durum bireyin özyeterlik inancını olumsuz olarak etkileyecektir (Bandura, 1998; Bandura, 1994).

- *Çevre Desteği/Sözel İkna*

Bireyin bir işi başarabilmesine ilişkin yargılarının oluşmasında çevrenin ona yüklediği başarabilir ya da başaramaz atfı da öz-yeterliğin gelişimini etkileyen önemli etkenlerden biri olarak karşımıza çıkar. Bireyin çevresi tarafından duruma ilişkin davranışı başarı ile yere getirebilme konusunda desteklenmek kişinin başarıya ulaşmasında ne kadar çaba harcayacağı konusunda güçlü bir etkiye sahiptir. Buna karşılık başarısızlık atfedilen ya da duruma ilişkin süreçte yalnız kalan bireylerin başarıya ulaşmada gerekli davranışları gerçekleştirmekten kaçınmakta ya da karşısına çıkan engellerde çabuk pes etmektedir (Bandura, 1994).

- *Bireyin Psikolojik ve Fizyolojik Durumu*

Kişilerin içinde bulunduğu koşullar ve o andaki psikolojik durumu, bireyin özyeterlik inancını etkileyen faktörlerdendir. Olumlu koşullar ve olumlu psikolojik durum öz-yeterliliği artırırken, olumsuz fizyolojik koşullar ya da ruh hali öz yeterlik inancında olumsuz bir etki oluşturmaktadır. Bandura (1994), öz-yeterlik inancında bu etki alanının özellikle sporda; atletik ve diğer fiziksel aktivitelerde etkili rol oynadığını belirtmektedir. Bu durumda bireylerin olumsuz fizyolojik ve psikolojik koşullarını ya da bu durumdaki algılamalarını/inançlarını değiştirerek öz-yeterlik inançları konusunda olumlu yargılara ulaşması sağlanabilir (Bandura, 1998).

1. 2. 3. Öz-Yeterlik Gelişimini Etkileyen Süreçler

- *Bilişsel süreç*

Bireyin durumla ilgili yapacağı davranışlara ilişkin oluşturduğu düşünceleri öz-yeterlik algısı etkilemektedir. Eğer bireyin davranışlarının sonucunda başarılı olacağına ilişkin düşüncelere sahipse ve engelleri aşabileceğine inanıyorsa öz-yeterlik algısı yüksek olmaktadır. Fakat birey, duruma ilişkin davranışlarında başarılı olacağını düşünmüyorsa olumsuzluklara ve engellere odaklanmışsa öz-yeterlik algısı düşük olacaktır (Bandura, 1994). Öz-yeterlik inancı yüksek olan bireylerin durumlara ilişkin değerlendirmeler yaparken, kaybedeceklerinin üzerinde durmak yerine, değerlendirilmesi gereken ve onlara kazanç sağlayacak fırsatlara üzerinde durmayı tercih ederler (Bandura, 1999). Bu kişiler yaşam amaçlarını oluştururken, geleceğe yönelik bir bakış açısını temel alarak kaybettiklerinin değil hayatın onlara kazandıracaklarına odaklanırlar.

- *Motivasyon Süreci*

Bireyin öz-yeterlik inancının herhangi bir duruma ilişkin sarf edeceği çaba ve davranışlara yönelik motivasyonunu da etkilemektedir. Bireylerin durumlara ilişkin yapabileceklerine ilişkin yargıları, bu davranışlarında motivasyonlarını etkiler.

Birey bir davranışı gerçekleştirmeyi çok isterse kendini motive eder ve davranışı gerçekleştirir. Davranışın gerçekleşmesi bireyin bunu yapabileceğine ilişkin inancına kendisine kanıtlar ve bu da öz-yeterlilik algısı olumlu yönde etkilenir (Bandura, 1994). Genel olarak, öz-yeterlilik düzeyi düşük bireyler, hedeflerine ya da amaçlarına

ulaşamayacaklarına ilişkin yargılara sahiptirler. Bu durum bireylerin umutsuzluğa kapılıp motivasyon sürecini olumsuz olarak etkiler. Bunun yanı sıra öz-yeterlik inancının bireyin amaçlar belirlemede, belirlediği amaçları karşılaştırmada, kişinin kendini tatmin edici durum oluşturması insan davranışına yön verir ve hedeflere ulaşmak için çaba göstermeye yönelik motivasyonu ortaya çıkarır. Buna bağlı olarak öz-yeterlik inancı, bireyin amaçlarını tanımlar; bu amaçları için ne kadar çaba sarf etmesi gerektiği; karşısına çıkacak engellere ne kadar süre ile dayanabileceğini belirlemektedir (Bandura, 1994).

- *Seçim Süreci*

Tüm seçimler bireyin hayatını etkilediği gibi onların öz-yeterlik inançlarını da etki etmektedir. Birey kendi yetenek ve yapabileceklerine uygun düzeyde olan görev ve sorumlulukları hemen kabul ederken, kendi yetenek ve yapabileceklerini aşan türde durumlara ilişkin sorumlulukları kabul etmekten kaçınmaktadır. Buna bağlı olarak kişinin öz-yeterlik inancı onun seçimlerini etkilemektedir. Ayrıca diğer bir yönüyle bireyin kendi yapacaklarına uygun seçimler yapması, davranışı ortaya koyduktan sonra başarı durumunu da etkileyeceğinden ne hissettiğini de bu etki yansıtmaktadır (Bandura, 1998). Bireyin özyeterlilik algısı ne kadar yüksek düzeyde olursa, ilgileri ve seçimleri de bu oranda geniş alanı kapsayarak, bu alanlarda kendisini geliştirmeye açık olacaktır. Bu da başarısını büyük oranda etkileyecektir (Bandura, 1994). Bunun yanı sıra, Vygotsky, bireylerin öz yeterlik inancında bir kimsenin kendi kapasitesini biraz aşan seçimler yapıp, bu duruma ilişkin davranışları ortaya koymaya çalışması, sürekli öğrenme ve gelişme açısından önemli olduğunu belirtmiştir (Linnenbrink, Pintrich, 2003).

- *Duygusal Süreç*

Öz-yeterlik algısı bireyin duygusal süreçlerinden etkilenmektedir. Bireyin durumlara ilişkin ortaya koyduğu davranışlarla ilgili istenilmeyen duyguları hissetmesi (stres, kaygı, depresif duygular, kötümser olma, vb. gibi durumlar) özyeterlik gelişimini olumsuz olarak etkilemekte buna karşılık bireyin ortaya koyduğu davranışların olumlu duygular hissetmesini sağlaması da öz-yeterlilik algısını olumlu olarak etkilemektedir.

Kaya ve Dönmez (2008), sosyal bilgiler öğretmen adaylarının üst düzeyli düşünme becerilerinin öğretimi ile ilgili öz-yeterlik düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi adlı çalışmasında 312 dördüncü sınıf sosyal bilgiler öğretmen adayına “Düşünme Becerilerinin Öğretimine Yönelik Öz-Yeterlik Algı Ölçeği”nin dört faktöründen biri olan üst düzeyli düşünme becerilerinin öğretimi ile ilgili öz-yeterlik düzeyleri faktörünün çeşitli değişkenler açısından incelenmesini hedeflemiştir. Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının üst düzeyli düşünme becerilerinin öğretimi ile ilgili ölçülen öz yeterlik düzeylerinin, onların cinsiyetlerinden, yaş değişkeninden, öğrenim gördükleri öğretim türünden, Üniversite değişkeninden, mezun oldukları ortaöğretim kurumu türünden, ÖSS’deki tercih sırasından etkilenmediği görülmüş; fakat kitap okuma sayısı ile üst düzeyli düşünme becerilerinin öğretimi ile ilgili öz-yeterlik düzeyi arasında pozitif ya da negatif yönlü bir ilişki söz konusu olmadığı görülmüştür. Öğretmen adaylarının üst düzeyli düşünme becerilerinin öğretimine ilişkin öz-yeterlik düzeyleri ile lisans eğitimi boyunca almış oldukları derslerin, analitik, pratik, yaratıcı ve eleştirel düşünme düzeylerinin düşünme becerilerinin öğretimine ilişkin yeterlilik düzeyleri arasında negatif yönlü korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, sosyal bilgiler öğretmen adaylarının üst düzeyli düşünme becerilerinin öğretimine ilişkin ölçülen öz-yeterlik düzeylerinin akademik başarı ortalamalarına göre farklılaştığı görülmüştür.

Çetin (2008), fen bilgisi öğretimi dersinin sınıf öğretmenliği anabilim dalı üçüncü sınıf öğrencilerinin fen öğretimindeki öz-yeterlik inançlarına etkisini araştırdığı çalışmasında araştırma tarama modellerinden izleme yaklaşımına uygun olarak düzenlenmiş olup, araştırmanın çalışma grubunu Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalında öğrenim gören 89 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada elde edilen bulgulara göre; fen öğretimi öz-yeterlik inancı ve fen öğretiminde sonuç beklentisi alt faktörlerinin ön-test ve son-test puanları arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Bunun yanısıra, fen öğretimi öz-yeterlik inancı ve fen öğretiminde sonuç beklentisi alt faktörleri; cinsiyete, lise türüne göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Öztürk (2008), yaptığı araştırmada öğretmenlerin çalışma koşulları ve öz-yeterlilikleri arasındaki ilişki ile öz-yeterlilikleri ve mesleki benlik saygıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bunun yanı sıra, öz-yeterlilik inancının öğretmenlerin çalışma koşulları ile mesleki benlik saygıları arasındaki ilişkide ara değişken olarak işleyip işlemediği araştırılmıştır. Araştırma anketleri İstanbul ili, Eyüp ilçesindeki devlet

ilköğretim okullarında çalışan 506 sınıf ve branş öğretmenine uygulamıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğretmenlerin çalışma koşulları ile öz-yeterlilikleri arasında ve öz-yeterlilikleri ile mesleki benlik saygıları arasında bazı boyutlar için pozitif ilişkiler bulunmuştur. Ancak, özyeterlilik inancının, öğretmenlerin çalışma koşulları ile mesleki benlik saygıları arasındaki ilişkide ara değişken olarak anlamlı bir etkisi bulunamamıştır. Sağlam (2007), ilköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin derslerinde bilgi teknolojisi kaynaklarından yararlanma öz-yeterlilikleri ve etki algılarının değerlendirilmesine yönelik çalışmasında çeşitli değişkenlere göre de farklılıkları ortaya konulmuştur. Araştırmanın evreni, İstanbul İli, Anadolu yakasındaki ilköğretim okullarında görev yapan Öğretmenlerden, örnekleme ise İstanbul İli Kartal, Maltepe, Kadıköy, Üsküdar, Pendik İlçelerindeki ilköğretim okullarında görev yapan 310 öğretmenden oluşmuştur. Araştırma sonuçlarına göre, ilköğretim okullarında görevli öğretmenlerin öz-yeterliliklerine ve bilgi teknolojilerinin öğretmenlere olası etki algılarına ilişkin, cinsiyet, yaş, mesleki kıdem, branşları, bilgi teknolojileri kullanımı konusunda herhangi bir eğitim alma, bilgi teknolojileri kullanımı konusunda kendilerini ne derece yeterli bulmaları, bilgi teknolojileri kullanımı konusunda okul yönetimi öğretmenleri ne derece desteklemeleri, bilgi teknolojileri kullanımı konusunda kendilerini geliştirmek istemeleri, bilgi teknolojisi kaynaklarını hangi sıklıkta kullanmaları, ders içinde bilgi teknolojisi kaynaklarını kullanma yeterliliğine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir.

Çetin, 2007’de yeni ilköğretim programı (2005) uygulamalarının ilköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin çalışma alışkanlıkları ile öz-yeterliliklerine etkisi ve öğrencilerin program hakkındaki görüşleri üzerine yaptığı doktora tezi çalışmasında 2005–2006 eğitim-öğretim yılının bahar döneminin başında ve sonunda İstanbul ilinde bulunan 10 İlköğretim Okulu’nun 4. ve 5. sınıflarında öğrenim gören 526 öğrencinin oluşturduğu örneklem üzerinde tarama modellerinden izleme yaklaşımına uygun olarak gerçekleştirmiştir. Araştırmanın sonuçları, yeni ilköğretim programı uygulamalarının öğrencilerin öz-yeterlilik düzeylerini artırdığını ortaya koymuştur. Yeni ilköğretim programı uygulamalarının öğrencilerinin öz-yeterlilik düzeyine etkisi cinsiyete, öğrencilerin okudukları sınıflara, okul türüne, anne ve baba eğitim seviyesine, baba mesleki durumuna göre anlamlı fark saptanmamış ancak annenin çalışıyor/çalışmıyor olma durumuna göre annesi çalışmayanların lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Ayrıca, yeni ilköğretim programı uygulamaları öğrencilerin çalışma alışkanlıklarını artırmamış ve çalışma alışkanlıklarına etkisi cinsiyete, öğrencilerin okudukları sınıflara, okul türüne, annenin çalışıyor/çalışmıyor olma durumuna, baba eğitim seviyesine, baba mesleki durumuna göre anlamlı fark saptanmamış fakat anne eğitim durumuna göre anlamlı fark bulunmuş olup; bu fark anne eğitim durumunun okur-yazar olanı lehine gerçekleşmiştir. Ayrıca yeni ilköğretim programı uygulamalarının öğrencilerin çalışma alışkanlıkları düzeyine etkisi ile öğrencilerin yeni program hakkındaki görüşleri arasında ilişki bulunmamıştır. Yeni ilköğretim programı uygulamalarının öğrencilerinin öz-yeterliliklerine etkisi ile öğrencilerin yeni program hakkındaki görüşleri arasında anlamlı ilişki olduğu araştırmacı tarafından belirlenmiştir.

Ay, 2007'de öğretmenlerin öz-yeterlilikleri ve örgütsel vatandaşlık davranışı üzerine yaptığı araştırmada Örgütsel vatandaşlık davranışı ve öğretmenlerin öz-yeterlilikleri arasındaki ilişki ile birlikte örgütsel adalet, tükenmişlik ve yabancılaşma gibi faktörleri de incelenmiştir. Araştırmanın evrenini; Uşak İl merkezinde ve merkeze bağlı köylerde bulunan Milli Eğitim Bakanlığına bağlı 66 ilköğretim okulunda, 2006–2007 öğretim yılında görev yapan 1061 öğretmen, örneklemini ise yine merkez ilçe ve köylerinde bulunan ve random yöntemiyle seçilen 32 ilköğretim okulunda görev yapan 372 öğretmen oluşturmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğretmenlerin öz-yeterlilikleri örgütsel vatandaşlık davranışı üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir. Bununla birlikte örgütsel adalet, tükenmişlik ve yabancılaşma da örgütsel vatandaşlık davranışı üzerinde doğrudan bir etkiye sahiptir. Kemer (2006), öz-yeterlilik, umut ve kaygının onbirinci sınıf öğrencilerinin üniversite giriş sınavı puanlarını yordamadaki rolünü incelemiştir. Yapılan araştırmada örneklem, Ankara ilinde yer alan Çatı, Final, Karacan, Odak, Sınav ve Zafer dershanelerinin üniversite sınavına hazırlanan 442 kız, 344 erkek toplamda 786 gönüllü öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmada elde edilen bulgular, öğrencilerin üniversite giriş sınavı puanlarına uygulanan üç ayrı regresyon analizinin sonuçları, sayısal, eşit ağırlıklı ve dil örneklemelerinde üniversite giriş sınavı sonuçlarını farklı modellerin yordadığını göstermiştir. Sayısal grubu için; Anadolu Lisesi okul türü, Süper Lise okul türü özyeterlilik, Özel Lise okul-türü, akademik özyeterlilik, kaygı, kariyer özyeterlilik, iyi bir sınıf öğrencisi olma, agentik düşünme ve aile gelir düzeyi üniversite giriş sınavı puanlarını yordamıştır. Eşit ağırlıklı grup için yordayıcı değişkenler; Anadolu Lisesi ve Süper lise okul türü için akademik özyeterlilik, akademik yardım

özyeterlik, sayısal özyeterlik ve pathways düşünme ve agentic düşünmedir. Dil grubu içinse iletişim özyeterlik, Süper Lise, Anadolu Lisesi ve Özel Lise okul türü, agentic düşünme, kariyer özyeterlik ve sosyal özyeterlik üniversite giriş sınavı puanlarını yordayıcı değişkenler olarak bulunmuştur.

Tuti (2005), eğitimde bilişim teknolojileri kullanımı performans göstergeleri, öğrenci görüşleri ve öz-yeterlik algılarının incelenmesine yönelik çalışmada, küme örnekleme modelini uygulamış, araştırmanın verileri, Ankara ili Çankaya ilçesinde bulunan 24 ilköğretim okulu ve 1014 öğrenciden elde edilmiştir. Eğitimde bilişim teknolojileri kullanımıyla ilgili performans göstergeleri; erişim, bilgisayar kullanımı, İnternet kullanımı, bilişim teknolojilerinin eğitimde kullanımı olmak üzere dört boyutta yapılan araştırmadaki bulgulardan araştırmacı, öğrencilerin bilişim teknolojileri anketine verdikleri cevaplardan okul türüne ve cinsiyete göre fark göstermiş olduğunu öğrencilerin bilgisayar özyeterlik algılarının yüksek ve olumlu olduğunu gözlemiştir. Algan (2006), özel okullarda görev yapan sınıf öğretmenlerinin eğitimde bilgi teknolojileri kullanımı öz-yeterlilikleri ve derslerinde bilgi teknolojilerinden yararlanma durumlarına yönelik yaptığı araştırmasında evreni 2005–2006 öğretim yılında İstanbul’da özel eğitim kurumlarında görev yapan sınıf öğretmenleri, araştırmanın örneklemini ise İstanbul’un 7 ilçesinden ulaşılabilenden seçilen 11 farklı özel eğitim kurumunda görev yapan 97 sınıf öğretmeni oluşturmuştur. Bilgi teknolojisi kaynaklarının ders içerisinde kullanımıyla ilişkili olarak sınıf öğretmenleri derslerinde en çok e-posta, internet ve kelime işlem programlarını kullanmaktadırlar ve kendilerini en çok dersin amaçlarına göre uygun bilgi teknolojisi kaynaklarını seçebilme yönünde yeterli görmektedirler. Sınıf öğretmenlerinin oldukça büyük bir çoğunluğu bilgi teknolojilerinin kullanımıyla ilgili bilgi ve becerilerini geliştirmeye isteklidir ve en çok sınıf içi istatistiksel verileri hesaplayabilmek için bir hesap tablosu programını kullanmak ve sınıf içi multimedya sunumlar hazırlamak konularında geliştirmek istemektedirler. Sınıf öğretmenlerin eğitimde bilgi teknolojileri kullanımı öz-yeterlilik algılarının iyi olduğu görülmektedir. Bilgisayar sahibi olma değişkenine göre sınıf öğretmenlerinin eğitimde bilgi teknolojileri kullanımı öz-yeterlilik algıları farklılaşmaktadır. Bu fark, bilgisayar sahibi olma, bilgisayar kullanmayı bilme, bilgisayar kullanma süresinin uzun olan sınıf öğretmenlerinin lehine daha yüksek öz-yeterliliğe sahip olduklarını göstermektedir. Derslerde bilgi teknolojilerinden

yararlanma süresi değişkenine göre sınıf öğretmenlerinin eğitimde bilgi teknolojileri kullanımını öz-yeterlilik algıları farklılaşmamaktadır.

Tokat (2009), Antenatal ve Postnatal Emzirme Öz- Yeterlilik – Kısa Form ölçeklerinin güvenilirlik ve geçerliği belirlenmesi ve Antenatal dönemde Dennis ve Pender’e dayalı emzirme eğitiminin annenin emzirme öz-yeterlilik algısına ve emzirme başarısına etkisinin saptanmasına yönelik yaptığı çalışmayı İzmir ilinde bulunan Sağlık Bakanlığına bağlı hastaneler, özel hastane ve kadın doğum merkezlerinde gerçekleştirmiştir. Antenatal ölçek 144 gebeye, Postnatal ölçek 150 Postnatal anneye uygulanmıştır. Ayrıca toplam 41 deney ve 41 kontrol grubu gebeye emzirme eğitimi verilerek, Postnatal 1. ve 6. haftada emzirme öz-yeterlilik algısı ve emzirme başarısı incelenmiştir. Bu araştırmanın sonucunda Antenatal ve Postnatal Emzirme Öz-Yeterlilik – Kısa Form ölçekleri Türk kültürü için geçerli ve güvenilir ölçüm araçları olduğu saptanmış olup, Dennis ve Pender’e dayalı emzirme eğitiminin emzirme öz-yeterlilik algısı ve emzirme başarısı artırdığı saptanmıştır. Emzirme başarısı ile emzirme öz-yeterlilik algısı arasında pozitif güçlü ilişki olduğu görülmüştür.

Bal (2008), öz-yeterlilik, ortamsal faktörler ve esenlik: işe gönülden adanmanın etkisi üzerine yaptığı doktora çalışmasında İş Talepleri-Kaynakları Modeli genişletilmiş şekliyle model Türkiye’de ilk defa geniş kapsamlı bir saha çalışmasıyla incelenmiştir. Araştırmada farklı sektörlerde faaliyet gösteren 21 şirkette çalışan ve tümü beyaz yakalı olan 1033 çalışan üzerinde uygulanmıştır. Araştırmanın sonuçları, önemli bir kişisel kaynak olan özyeterliliğin işe gönülden adanma üzerinde ortamsal faktörlerden daha güçlü bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, ortamsal faktörler arasında, özerkliğin işe gönülden adanma üzerinde en güçlü etkiye sahip olduğu, amir desteğinin işe çalışanların işten ayrılma niyetini olumsuz yönde en güçlü olarak etkileyen ve işle ilgili esenlik duygularını en çok arttıran faktör olduğu görülmüştür. Araştırmanın sonuçları, hem işe gönülden adanma kavramının çalışanlar ve şirketler için önemi açısından, hem de günümüz iş ortamında bu kavramın örgütlerde nasıl yaygınlaştırılabileceğiyle ilişkilendirilmiştir.

Sahranç (2007), yaptığı doktora çalışmasında, stres kontrolü, genel-özyeterlilik, durumluk kaygı ve yaşam doyumuyla ilgili bir akış modeli adlı çalışmasında 671 Gazi üniversitesi eğitim Fakültesi öğrencisi üzerinde gerçekleştirmiştir. Araştırmada birçok

değişken üzerinde çalışılmış olmakla beraber yaşam doyumu ile ilgili şu bulgular elde edilmiştir: Yaşam doyumu genel-özyeterlikle dolaylı fakat olumlu yönden etki etmektedir. Stres kontrol değerlendirmesi yaşam doyumu ile doğrudan ve olumlu yönde bir ilişkiye sahiptir. Yaşam doyum değişkeni akış deneyimini doğrudan ve olumlu yönde etkilemektedir.

Chia-Huei Wu 2009 yılında oldukça geniş bir örnekleme yaklaşık 19.000 kişi üzerinde yaptığı çalışmada 10 maddelik genel özyeterlik ölçeğini incelemiştir. Bu çalışma sonucunda genel öz-yeterlik ölçeğinden elde edilen sonuçların milletler arasında farklılık göstermediğini bulgulamıştır. Çalışmasında bireyci ve kolektif yapının ön plana çıktığı ülkelerde de anlamlı fark çıkmamıştır. Rudolf ve Johannes, 1998’de yaptıkları çalışmada adaptasyon Genel Öz-yeterlik Ölçeği’nin faktör analizini yapmışlar ve üç boyutlu bir ölçek elde etmişlerdir. Pamela ve diğ. tarafından 2002 yılında Almanya, ABD, Brezilya, Japonya, Fransa, İsrail ve Çin’de yapılan çalışmada iş ortamlarında tükenmişlik yaşayan bireylerin aynı zamanda genel özyeterlik düzeylerinin de düşük olduklarını saptamışlardır.

Vauth ve diğ. tarafından 2007’ de yapılan araştırmada DSM-IV kriterlerine göre tanı almış hastalar üzerinde yapılan değerlendirmelerde genel öz-yeterlik yaşam kalitesi ve depresyon arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çıkan sonuçlarda, tanı almış hastalarda genel özyeterlik düzeyleri düşük çıkmıştır. Schwarzer ve diğ. 2005’te 11 aylık bir süre içinde yaptıkları araştırmada algılanan genel öz-yeterlik ile stres durumlarında dört başa çıkma stratejisi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Tümör ameliyatı geçirmiş 130 bireyin birinci, altıncı ve onikinci aylarda veriler sağlanmıştır. Araştırmanın sonucunda stresle başa çıkma stratejilerinde zaman ve genel öz-yeterlik düzeyleri açısından anlamlı fark bulunmuştur. Ayrıca stresle başa çıkmada dört stratejinin genel öz yeterlik düzeyleri ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Hirschel ve Schullenberg (2009), yaptıkları çalışmada genel özyeterlik ile travma sonrası stres bozukluğu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Bu çalışma kasırga tehlikesi yaşayan toplam doğal afetlere maruz kalmış ve travma sonrası stres bozukluğu yaşayan toplam 399 birey üzerinde yaptıkları çalışmada bu bireylerde genel öz-yeterlik düzeylerini düşük bulmuşlardır. Yaş ve cinsiyet ile travma sonrası stres bozukluğu arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Tzeng, 2009'da yaptığı çalışmada 66 öğrencide bilgisayar yazılımı ile kavram haritalarının öğretimi üzerinde çalışma yapmıştır. Bu çalışmada öğrenim boyutuna başlanılan esnada öğrencilerin genel öz-yeterlik düzeyinin yüksek olduğunu ancak zamanla performanstan düşmesiyle beraber genel öz-yeterlik düzeylerinde azalma olduğunu bulgulamıştır.

Genel öz-yeterlik ile ilgili yapılan yurtiçi araştırmaları oldukça az sayıdadır. Yapılan araştırmalara bakıldığında öz-yeterlik kavramı daha çok belli bir alana yönelik olarak kullanılmış ve ölçülmüştür. Yine yurtdışı çalışmalarında da daha çok genel öz-yeterliğin ilişkilendirildiği konuların başında uyum bozuklukları ve eğitim gelmektedir. Yapılan bu araştırmada genel özyeterliğin, bireyin hayatında birçok yaşam alanına etkide bulunduğu düşünülerek yaşam amaçları ve alt boyutları ile ilişkilendirilmiş olup, yaşam doyumunun da bu kavramlarla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Yapılan literatür taramasında, bu konuda ortaya konan araştırmaların oldukça az olması; bu çalışmanın önemini artıracacağı, yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı varsayılmaktadır.

1. 3. Yaşam Doyumu

Yaşam Doyumu bireyin genel anlamda kendini iyi hissetmesine ilişkin önemli bir ögedir. Tarih boyunca insanın yaşamını nasıl anlamlı bulacağı nasıl bu konuda yaşamda doyum elde edileceği birçok felsefeci, yakın tarihlerde ise psikoloji bilimi bu konuda birçok görüş ortaya koymuştur. 1973 yılında psikoloji tez özetleri o zamanlar için mutlulukla eş anlamda kullanılan yaşam doyum; için bir bölüm ayırmaya başlamıştır. 1974 yılında da makalelerin çoğunluğu subjektif iyi oluşa ayrılan 'Social Indicators Research' dergisi yayına girmiştir. Bu araştırma da subjektif iyi oluş yaşam doyumunu ile eş anlamda kullanılmıştır (Akt: Özer, s.28,2001).

Yaşam doyumunu ilk kez Neugarten ve diğ. (1961) tarafından tanımlanmıştır. Yaşam doyumunu tanımlamak için önce "doyum" kavramının açıklanması uygun olacaktır. Doyum, beklentilerin, gereksinimlerin, istek ve dileklerin karşılanmasıdır. "Yaşam doyumunu" ise, bir insanın beklentileriyle (ne istediği), elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılmasıyla elde edilen durum ya da sonuçtur. Yani kişinin beklentilerinin, gerçek durumla kıyaslanmasıyla ortaya çıkan sonucu ifade eder (Özer, Karabulut ve Özsoy, 2003).

Yaşam doyumu denildiğinde, belirli bir duruma ilişkin doyum değil, genel olarak tüm yaşantıdaki doyumu anlaşılmalıdır (Vara, 1999; Avşaroğlu ve diğ., 2005). Yaşam doyumu, kişinin iş, boş zaman ve diğer zaman dilimlerindeki yaşamına gösterdiği duygusal tepki veya tutumdur (Köker, 1991). Yaşam doyumu bireylerin yaşamlarını ve yaşamlarının tüm boyutlarını içerir. Mutluluk, moral vb. gibi değişik açılardan iyi olma halini ifade eder (Neugarten ve diğ., 1961). Yaşam doyumu bireyin ruh sağlığını ve toplumsal ilişkilerini etkileyen en önemli etmenlerden birini oluşturur.

Öznel iyi oluş ve yaşam doyumu kavramları birçok bilim adamı ve araştırmacı tarafından yaşamın temel hedefleri olarak belirtilmiştir. Öznel iyi oluş bireyin yaşamını ne şekilde değerlendirdiği ile çok ilişkilidir. Mutluluğa ulaşmada bireyin amaçları ve bu amaçlara ne ölçüde ulaşabildiği arasındaki uyum veya uyumsuzluğun belirleyici bir faktör olduğu ortaya konulmuştur (Rask ve diğ. 2002).

Öznel iyi oluş kavramı iki ana unsurdan oluşur: Birinci unsur bilişsel yönü ikinci unsur ise duygusal yönü açıklar. Dorahy ve diğ. 2000'de yaptıkları çalışmada bilişsel unsurun yaşam doyumu algısını belirlediğini öne sürmüşlerdir. Bunun yanı sıra Rask ve diğ. 2002'de duygusal unsurun olumlu ve olumsuz duygulanım durumlarını içerdiğini açıklamışlardır. Öznel iyi oluş kişinin yaşamını olumlu olarak değerlendirmesidir. Bu da olumlu duygulanım, doyum, kendini adama, bağlanma ve yaşamdaki anlamı birlikte getirdiğini söylemektedir (Diener ve Seligman 2004). Araştırmalar öznel iyi oluşun, yaşam amaçları, kişilik özellikleri, gelir düzeyi, yaşamdaki engellenmeler gibi pek çok etkenle birlikte belirlendiğini ortaya koymuştur (Rask ve ark. 2002). Öznel iyi oluş kavramının önemi kişinin derin, anlamlı ilişkilerini ve üreticiliğini, yaşam kalitesini arttırması ile psikolojik ve fiziksel sağlık üzerinde olumlu etkiler yaratmasından ötürü kişinin bireysel ve toplumsal açıdan değer sistemleri ile de doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu konuda yapılan araştırmaların çoğu geriatri üzerine yaşlıların yaşam doyumu üzerine olmasına karşın, genç bireylerin de yaşam doyumları hem bireysel hem de toplumların sağlığı için önem teşkil etmektedir. Çünkü sağlıklı toplumlar sağlıklı bireylerden oluşur. Yaşamından doyum alan birey üretkendir, üreten toplum gelişen toplumdur. Sosyal olarak sağlıklı bireylerin oluşmasında öznel iyi oluş ve yaşam doyumu önemli katkılarına sahip olduğu yadsımamak gerekir. Diener'a göre de toplumlarda sağlık, çevre ve eğitim alanındaki hizmetlerin asıl amacı öznel iyi oluşu arttırmak olmalı

ve toplum için sosyal açıdan farklı politikaların bu kavram üzerindeki etkisinin yakından takip edilmesi gerektiğini belirtmiştir (Diener ve Seligman 2004).

Toros (2001) yaptığı yüksek lisans çalışmasında elit ve elit olmayan erkek basketbolcularda hedef yönelimi, güdüsel (motivasyonel) iklim ve hedeflerin özgünlük ve güçlük derecesi özelliklerinin yaşam doyumuna etkisini incelemiştir. Çalışma 148, 1. ligde oynayan elit basketbolcu ve 88, 2. ligde oynayan elit basketbolcu üzerinde yapılmış, basketbolcuların, hedef yönelimleri, güdüsel iklimleri ve yaşam doyumları ölçülmüştür. Elde edilen bulgulara göre de elit olmayan sporcular daha fazla ustalık iklimi, elit olan sporcular ise daha fazla performans iklimi göstermişlerdir. Elit sporcular, elit olmayanlara göre daha fazla yaşam doyumuna sahiplerdir. Ayrıca başarı güdülenmesinde hedef yönelimleri ve güdüsel iklim kuramları destekleyen önemli bulgular ve yaşamdan alınan doyumun güdüsel iklim yönelimlerinden birini sürdürmeyi kolaylaştırdığı veya zorlaştırdığı bulgusu elde edilmiştir. Özer (2001), yaptığı yüksek lisans araştırmasında, huzurevinde ve aile ortamında yaşayan yaşlıların özbakım gücü ve yaşam doyumunun incelenmesi adlı çalışmasında huzur evinde ya da aile ortamında yaşamanın, yaşlıların yaşam doyumunu ve özbakım gücüne olan etkisini huzurevinde ve aile yanında yaşayan 240 yaşlıdan oluşan örnekleme çalışmıştır. Yaşlıların yaşadığı ortama göre, huzurevinde yaşayan yaşlıların özbakım güce aile ortamında yaşayan yaşlıların özbakım gücünden istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlı bulunmuştur. Yaşam doyumunu açısından aile yanında yaşayan yaşlılar, huzurevinde yaşayan yaşlılara oranla istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek olduğu; cinsiyetin ise bu değişkenlere etkisi olmadığı bulunmuştur.

Annak (2005), sosyal destek, sosyal ağ, yaşam kalitesi ve yaşam doyumunu; duygu-durum ve anksiyete bozukluğu tanısı alan kişiler ve düzenli hemodiyaliz tedavisi gören hastalar açısından bir karşılaştırma adlı bir araştırma yapmıştır. Araştırmasında Mersin'de yaşayan duygu-durum bozukluğu veya anksiyete bozukluğu tanısı almış 100 kişi, düzenli hemodiyaliz tedavisi gören 100 kişi ve fiziksel ve ya psikolojik rahatsızlığı olmayan; sağlıklı 100 kişi olmak üzere toplam 300 kişi örnekleme olarak çalışılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda elde edilen sonuçlar psikolojik sorunu olan hastaların yaşam kalitesi, yaşam doyumunu, algılanan sosyal destek ve sosyal ağ puanları hemodiyaliz hastalarından ve sağlıklı bireylerden daha düşük bulunmuş; bireylerin

cinsiyetine göre psikolojik sağlık, sosyal ilişkiler ve evre puanlarının farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Bireylerin medeni durumuna göre ise yaşam doyumunu ve sosyal ilişkiler puanlarının farklılaştığı bulunmuştur. Güler (2007), yaptığı yüksek lisans araştırmasında; kuşaklararası annelik bilişleri, kişilik özelliği, yaşam doyumunu ve ocuk yetiştirme hedeflerini incelemiştir. Araştırma Mersin merkez il sınırları içinde yaşayan anneanne 1. kuşak ve onların kızları 2. kuşak anne olarak anılan 300 toplam katılımcı ile yapılmıştır. Araştırmanın bulguları; kişilik özellikleri ve yaşam doyumunun her iki grupta da kendilik algısı fonksiyonlarını yordarken, ocuk yetiştirme hedefleri iki kuşakta farklılaştığı görülmüştür. Kendilik algısı fonksiyonları, anneanne grubunda başkaları tarafından sevilen ocuk yetiştirme hedefini anne grubunda ise kendini bilen bağımsız ocuk yetiştirme hedefini yordamış ve diğer hedeflerle ilgili bulgu elde edilememiştir.

Gmşbaş (2008), stresle başa çıkma yolları eğitim programının ilköğretim 2. kademe ğrencilerinin stresle başa çıkma yöntemleri ve yaşam doyumunu üzerindeki etkisinin incelenmesi adlı yüksek lisans çalışmasında araştırma 2006-2007 Eğitim-ğretim yılında İzmir İli Menderes İlçe Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Glckler Adnan Olcay İlköğretim okulunda okuyan 6.-7.-8. sınıfta öğrenim gören 13 kız, 17 erkek toplam 30 ğrenci ile yapılmış olup yaşam doyumunu için elde edilen bulgular deney ve kontrol gruplarının yaşam doyumları arasında anlamlı düzeyde bir fark olduğunu ortaya koymuştur.

şahin (2008), tarafından beden eğitimi ğretmenlerinin tükenmişlik ve yaşam doyumunu düzeyleri üzerine yapılan yüksek lisans tez araştırmasında örneklemini, Adana ve Mersin il merkezinde görev yapan 115 kadın 185 erkek 300 beden eğitimi ğretmeni örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmada elde edilen bulgular, devlet okullarında görev yapan beden eğitimi ğretmenlerinin daha fazla tükenmişlik yaşadıkları ve yaşam doyumunu düzeylerinin düşük olduğunu göstermiştir. Bunun yanı sıra mesleği isteyerek seçen beden eğitimi ğretmenlerinin daha az tükenmişlik yaşadıkları ve yaşam doyumunu düzeylerinin yüksek olduğu ve okullardaki araç gereç durumunun yetersizliği ve spor salonunun olmaması beden eğitimi ğretmenlerinde duygusal tükenme ve duyarsızlaşmayı artırdığı ve yaşam doyumunu azalttığı; duygusal tükenme ve duyarsızlaşma yaşayan beden eğitimi ğretmenlerinin yaşam doyumlarının azaldığı bulunmuştur. Ayrıca yaş

değişkeninin de diğer değişkenleri etkilediği bulunmuş; beden eğitimi öğretmenlerinin yaşlarının ilerlemesi kişisel başarı düzeylerini artırmakta ve kişisel başarı düzeyi artan beden eğitimi öğretmenlerinin yaşam doyumu düzeyleri yüksek olduğunu göstermiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin haftalık ders yükleri ise tükenmişlik ve yaşam doyumu düzeylerini etkilemediği görülmüştür.

Dönmez (2007), meslek lisesi öğrencilerinin atılganlık düzeylerine göre yaşam doyumu ve duyguları ifade etme eğilimlerinin karşılaştırılması üzerine yaptığı araştırma, Ankara İli, Yenimahalle İlçesine bağlı, Yenimahalle Anadolu Teknik, Teknik ve Endüstri Meslek Lisesi'nde öğrenim gören 29'u kız, 373'ü erkek olmak üzere toplam 402 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırmanın yaşam doyumu ile ilgili bulgusu şöyledir: Atılgan olan öğrencilerin, yaşam doyumlarının, atılgan olmayanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Eren (2008), onkoloji hemşirelerinin iş doyumu ve yaşam doyumunun incelenmesi üzerine yaptığı çalışmada klinikte çalışan 115 kişi örnekleme oluşturmuştur. Araştırma bulgularına göre evli olanların, devlet hastanesinde çalışanların, 16 yıl ve üzeri meslek deneyimi olanların, lisansüstü eğitim almış hemşirelerin, ailede bakım gereksinimi olan hemşirelerin yaşam doyum ölçeği puanları anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca, lisansüstü eğitim düzeyindeki hemşirelerde içsel ve genel doyum puanları anlamlı derecede yüksek bulunmakla birlikte; onkolojide çalışmaktan mutlu olanların, sürekli gündüz çalışanların, mesleğini kendisine çok uygun bulan hemşirelerin yaşam doyum ve iş doyumu ölçeği puanları anlamlı derecede yüksektir. Çalışma şeklinin kişisel yaşamı, hiç etkilemediğini ifade edenlerin yaşam doyum ölçeği puanı anlamlı derecede yüksek, olumlu etkilediğini ifade edenlerin ise iş doyum ölçeği puanları anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur.

Kırtıl, 2009'da ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile yaşam doyum düzeylerinin incelenmesini; 151'i kız, 142'si erkek olmak üzere toplam 293 İzmir ili ilköğretim ikinci kademe öğrencisinden oluşan örnekleme yapmıştır. Araştırmasının sonuçlarına göre; yaşa doyumu ve duygusal zekâ alanları arasındaki ilişkilerin pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet açısından bulgulara bakıldığında kızların erkeklere oranla anlamlı derecede bu ilişkinin yüksek olduğu görülmüştür. Genel Duygusal Zekâ ortalamalarında ve yaşam doyumu

ortalamalarının yaşa, okul öncesi eğitime alınıp alınmadığına, anne-baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaşmaların olmadığı bulunmuştur.

Hilooğlu (2009), ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin zorbaca davranışlarını yordamada sosyal beceri ve yaşam doyumunun rolü üzerine yaptığı çalışmada örnekleme Adana ili merkez ilçelerinde yer alan altı ilköğretim okulunun 6. 7. ve 8. sınıfına devam eden 440'ı kız, 495'i erkek toplam 935 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın bulgularına göre yaşam doyumuna ilişkin sonuçlar, zorbalığa karışan öğrenciler ile zorbalığa karışmayan öğrencilerin yaşam doyumu puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Zorbaliğa karışmayan öğrencilerin Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği' nin boyutları olan "arkadaş, okul, aile, çevre, benlik ve yaşam doyumu toplam" puanlarının, zorbalığa karışan öğrencilerin; arkadaş, okul, aile, çevre, benlik ve yaşam doyumu toplam puanlarına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Acar, 2009'da yaptığı araştırmasında zihinsel ve fiziksel özürlü çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeylerinin incelemiştir. Araştırmanın örneklemini Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezine devam eden ve Konya merkezinde bulunan diğer Rehabilitasyon Merkezinde yapılan anketler sonucunda sadece zihinsel özürlü, sadece fiziksel özürlü, hem zihinsel hem fiziksel özürlü çocuğa sahip 150 anne ve 150 baba olmak üzere toplam 300 aile oluşturmuştur. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, anne ve babaların yaş grupları bakımından karşılaştırılması, anne babanın eğitim ve gelir durumları, babaların çocuğun özürlü bakımından karşılaştırılması, kız çocuğuna sahip anne ve babalar, özürlü çocuğun eğitim süresi ile çocuğun özürlü arasındaki ilişki gibi değişkenlerin yaşam doyumu ve umutsuzluk düzeyleri üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Temiz (2010), uzmanlık tezi araştırması olan görme engellilerde ruhsal belirtilerin, yaşam doyumunun ve stresle baş etme tarzlarının araştırılması adlı çalışmasını 110 görme özürlü kişinin oluşturduğu örnekleme gerçekleştirmiştir. Araştırmanın yaşam doyumu değişkenine ilişkin bulgularına bakıldığında genel olarak yaşam doyumu oranlarının orta ve yüksek düzeylerde olduğu görülmüştür. Yaşam doyumu oranları sosyodemografik verilerden eğitim düzeyi ve bir işi olma durumu ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur. Aydemir ise, 2009'da yaptığı çalışmada görme engelli Türk ergenler

yaşam doyumunu yordayan etmenleri incelemiştir. Araştırma örneklemini Ankara'da yaşayan 138 görme engelli birey oluşturmuştur. Araştırma bulgularına göre yaşam doyumunun algılanan aile desteği ve yaş tarafından yordandığı, benlikle ilgili yaşam doyumunu ise algılanan engel durumu ve gelir düzeyi tarafından anlamlı bir biçimde yordandığını ortaya koymuştur. Bunun yanı sıra arkadaştan algılanan sosyal destek arkadaşla ilgili yaşam doyumunu anlamlı biçimde yordarken, yaş ve aileden algılanan sosyal destek aileyle ilgili yaşam doyumunu anlamlı bir biçimde etkilemekte olduğu belirlenmiştir. Dingiltepe (2009) parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin yaşam doyumunu düzeyleri ile yaşam kalite düzeylerinin karşılaştırılması üzerine yaptığı çalışmada örneklemini oluşturan 232 kız ve 141 erkek ergenin 186'sının parçalanmış aileye, 193'ünün ise tam aileye sahiptir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, parçalanmış aileye sahip ergenlerin yaşam doyumları ve fiziksel alan dışında tüm üç alanda (psikolojik, sosyal ilişkiler ve çevre yaşam kalitesi) yaşam kalitelerinin tam aileye sahip ergenlere oranla anlamlı bir biçimde farklılaştığı gözlemlenmiştir.

Kaya ve Siyez 2008'de farklı sosyometrik statülerdeki ilköğretim öğrencilerinin yaşam doyumunu düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmasında Malatya il merkezindeki 2 farklı ilköğretim okuluna devam eden 191 erkek, 230 kız toplam 421 öğrenci ile gerçekleştirdikleri araştırmanın sonuçlarına göre, farklı sosyometrik statülerdeki öğrencilerin genel olarak yaşam doyumunu düzeyleri arasındaki farkın anlamlı olduğunu göstermektedir. Popüler öğrencilerin yaşam doyumları reddedilen ve ihmal edilen öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmakla birlikte; sosyometrik statüleri göre yaşam doyumunu alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık olup olmadığı da incelenmiş olup; popüler öğrencilerin aile yaşamından elde ettikleri doyumun ihmal edilen öğrencilerden, arkadaş ilişkilerinden elde ettikleri doyumun ise reddedilen ve ihmal edilen öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca reddedilen öğrencilerin arkadaş ilişkilerinden elde ettikleri doyumun ihtilafli öğrencilerden daha düşük olduğu bulunmuştur. Çivitci, ilk ergenlikte mantıkdışı inançlar ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiler üzerine 2009'da bir çalışma yapmıştır. Araştırmanın, örneklem grubunu Denizli İl merkezinde bulunan üç ilköğretim okulunun 6., 7. ve 8. sınıflarında öğrenim gören 148 kız ve 156 erkek toplam 304 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın bulgularına göre, mantıkdışı inançlar ile yaşam doyumunu boyutları arasında (benlik doyumunu hariç), düşük düzeyde olmakla birlikte anlamlı negatif ilişkiler elde edilmiştir. Tüm grupta

rahatlık talebi ile yaşam doyumunun tüm boyutları arasında orta düzeyde anlamlı negatif ilişkiler bulunmakla birlikte tüm grupta gerekse kızlarda ve erkeklerde yaşam doyumu boyutlarının (erkeklerde benlik doyumu hariç) en güçlü yordayıcısı rahatlık talebidir. Tüm grupta başarı talebi ile aile doyumu dışındaki yaşam doyumu boyutları arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiş; başarı talebi ve aile doyumu arasındaki anlamlı ilişki pozitif yönde bulunmuştur. Ayrıca başarı talebinin hem genel yaşam doyumunu, hem de okul ve aile boyutlarını pozitif yönde yordadığı görülmüştür.

Aysan ve Harmanlı'nın yaptığı yaşam doyumunu yordamada, yaşam uyumu, öz-yeterlik ve başa çıkma stratejileri üzerine olan çalışmasını Buca Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde okuyan 257 kız ve 132 erkek olmak üzere toplam 389 öğrenci üzerinde gerçekleştirmişlerdir. Elde edilen bulgular yaşam doyumunu etkileyen nedensel değişkenler üzerine tartışılmıştır. Çeçen (2008), üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı çalışmasını Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesinde okuyan 250 kız, 143 erkek toplam 393 üniversite öğrencisi ile yapmıştır. Araştırmanın bulgularına göre araştırma bulguları yaşam doyumu ile bireysel, ailesel bütünlük duygusu ve benlik saygısı arasında olumlu orta ve göreceli olarak anlamlı düzeyde ilişkiler olduğunu göstermiştir. Yaşam doyumunu yordamaya en fazla katkıda bulunan öge bireysel bütünlük duygusunun alt boyutu olan anlaşılabilirlik boyutu olduğu ve bunu sırasıyla aile bütünlük duygusu, benlik saygısı, yönetilebilirlik ve anlamlılık öğelerinin izlediği bulunmuştur. Şener (2009) ise; yaşlılık, yaşam doyumu ve boş zaman faaliyetleri üzerine yaptığı makale çalışmasında boş zaman faaliyetleri yaşlılık döneminde yaşam doyumunu etkileyen çok sayıda etkenden biri olduğunu; boş zaman faaliyetlerine katılımın yaşlılık sonucunda kişinin yaşantısında meydana gelen değişikliklerle baş etmesine yardım eden önemli bir faktör olduğunu ve yaşlı bireylerin yaşam kalitesinin önemli belirleyicisi olduğunu belirtmektedir. Altıparmak (2009), yaptığı çalışmada huzurevinde yaşayan yaşlı bireylerin yaşam doyumu, sosyal destek düzeyleri ve etkileyen faktörleri incelemiştir. Çalışma Manisa il ve ilçelerindeki huzurevlerinde kalan yaşlılar üzerinde yürütülmüştür. Araştırmanın bulgularına göre; sosyal desteğin gelir düzeyi iyi olanlarda iyi olmayanlara göre, kadınlarda erkeklere göre ve evli ya da dul olanlarda hiç evlenmemişlere göre daha iyi olduğu bulunmuş; sosyal destek ile yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Tümkiye, Hamarta, Deniz ve Çelik'in ortak çalışması olan duygusal zekâ mizah tarzı ve yaşam doyumunu ile üniversite öğretim elemanları üzerine bir araştırma adlı çalışmanın örneklemini Çukurova Üniversitesi ve Selçuk Üniversitesinin farklı fakültelerinde çalışmakta olan 134 kadın ve 228 erkek olmak üzere toplam 362 öğretim elemanından oluşturmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, yaşam doyumunu akademik ünvana göre profesörlerin yaşam doyumları araştırma görevlisi, öğretim görevlisi, yardımcı doçent ve doçent ünvanına sahip öğretim elemanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmış olup; öğretim elemanlarının duygusal zekâ yeteneklerinin mizah tarzlarını ve yaşam doyumlarını anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Yılmaz ve Sunbul, öğretmenlerin yaşam doyumları ve okullardaki örgütsel güven düzeyi üzerine yaptığı çalışmada örneklem grubunu, İç Anadolu bölgesindeki ilköğretim okullarında görev yapan 957 öğretmen oluşturmuştur. Araştırmanın sonuçları öğretmenlerin yaşam doyumları ile okullardaki örgütsel güvenin çalışanlara duyarlılık, yöneticiye güven, iletişim ortamı ve yeniliğe açıklık puanları arasında anlamlı pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Özen ve diğ., yaptığı çalışmanın, klinisyen veteriner hekimlerin yaşam doyumları üzerine örneklemini Türkiye'nin Orta ve Doğu Anadolu bölgelerinde bulunan 14 ilde klinisyenlik yapan 129 veteriner hekim oluşturmuştur. Araştırmanın bulguları klinisyenlerin yaşam doyumunu konusunda tatminsizlikleri olduğu saptanmış olmakla birlikte aile yönlendirmesiyle ve bilinçsizce veteriner fakültesini seçimin yaşam doyumunu konusunda tatminsizliğe yol açtığı bulunmuştur.

Arslan, Çelebioğlu ve Tezel yaptığı çalışmada, kemoterapi alan kanserli hastalarda depresyon ve yaşam doyumunun belirlenmesini araştırmışlardır. Araştırmanın örneklem grubunu Atatürk Üniversitesi Süleyman Demirel Tıp Merkezi Yakutiye Araştırma Hastanesi Kemoterapi ve Kan Hastalıkları Polikliniği'ne, ayaktan kemoterapi almak için gelen 101 hasta oluşturmuştur. Araştırmanın bulgularına göre depresyon düzeyi ile yaşam doyumunu puanları arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki, hastaların mesleklerine göre depresyon düzeyleri incelendiğinde ise puanların en düşük memurlarda, en yüksek serbest meslek sahibi olanlarda saptanmış, aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Hastaların medeni durumlarına göre yaşam doyumunu gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Hastalarda hafif düzeyde depresyon olduğu ve yaşam doyumunun orta düzeyde olduğu

tespit edilmekle birlikte; depresyon düzeyi ile yaşam doyumu puanları arasında negatif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunduğu bulunmuştur.

Dağdelen (2008), uzmanlık tezinde yaptığı, üretim ve hizmet sektöründe çalışan işçilerde ruhsal sağlık düzeyi, ruhsal belirti dağılımı, algılanan sağlık, iş doyumu, yaşam doyumu ve sosyodemografik özelliklerinin karşılaştırılması adlı araştırma 17'si kadın, toplam 291 işçi üzerinde yapılmıştır. Çalışmaya katılan işçilerin 130'u temizlik, 161'i tekstil fabrikası işçisidir. Çalışmada çeşitli değişkenler incelenmiş olup, iş doyumu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin doğru orantılı olduğu bulunmuştur. İki değişkenin arasındaki bu ilişkinin olması yaşam doyumunda, iş doyumunun anlamlı bir yeri olduğu belirlenmiştir. Çalışmadaki bulgular, her iki sektörün çalışanlarının psikiyatrik rahatsızlıklar açısından risk oluşturacak düzeyde ruhsal belirtiye sahip olduklarını göstermiştir.

Şahin (2010), ilköğretim öğretmenlerinde yaratıcılık, mesleki tükenmişlik ve yaşam doyumu üzerine yaptığı araştırması ilköğretim okullarında görevli 1203 öğretmeni içermektedir. Araştırmanın yaşam doyumu ile ilgili bulgularına bakıldığında, öğretmenlerin %82.3' ünün yaşam doyum düzeyi yüksek bulunmuştur. Ayrıca öğretmenlerin duygusal tükenme ve yaşam doyumu düzeyleri algılanan düşük sosyoekonomik düzeye sahip olmada anlamlı bulunmuş; yaratıcılık ve yaşam doyumu düzeyleri ise bazı değişkenler; cinsiyet, medeni durum, kıdem yılı, branş, eşin mesleğinden etkilenmediği belirlenmiştir.

Şeker ve Zırhlioğlu'nun makalesinde Van Emniyet Müdürlüğü kadrosunda çalışan polislerin tükenmişlik, iş doyumu ve yaşam doyumları arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi amaçlanmış, 1121'i bay, 93'ü bayan olmak üzere toplam 1214 polis memur ve amir katılımcıyla araştırma yapılmıştır. Bulgular doğrultusunda yaşam doyumu yüksek olan katılımcıların yaşam doyumu düşük olanlara göre daha az duygusal tükenmişlik, duyarsızlaşma, kişisel başarı duygusunda azalma yaşadıkları görülmüştür. Bunun yanı sıra yaşam doyumu ile iş doyumu arasında da anlamlı bir ilişki olduğu; yaşam doyumu yüksek katılımcıların işlerinde de daha doyumlu oldukları belirlenmiştir.

Bulut (2007), çalışmasında okul psikolojik danışmanlarının yaşam doyumu, stresle başa çıkma stratejileri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkileri incelemiştir.

Çalışmanın örneklemini İzmir il merkezi ve ilçelerindeki ilköğretim ve ortaöğretim okullarında görev yapan 112 kadın ve 29 erkek olmak üzere toplam 141 okul psikolojik danışmanı oluşturmuş olup araştırmanın bulgularına göre mezun olunan kurumda kazandırılan bilgi ve becerileri yeterli olarak algılayan danışmanların yeterli algılama yanlara göre, problem çözme ve yaşam doyumu düzeyleri yüksek bulunmuştur. Ayrıca yaşam doyumu ile olumsuz otomatik düşünme ve kaçınma arasında negatif yönde; kaçınma ile olumsuz otomatik düşünceler arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Avşaroğlu, Deniz ve Kahraman'ın yaptığı teknik öğretmenlerde yaşam doyumu iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmada örneklemini Konya merkezinde görev yapan toplam 173 öğretmen oluşturmuştur. Araştırmada elde edilen bulgulara göre öğretmenlerin cinsiyetlerine göre yaşam doyumu, tükenmişlik alt boyutları ve iş doyumu puan ortalamalarında anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmamıştır. Yaşa göre, öğretmenlerin yaşam doyumları, kişisel başarısızlık ve iş doyumu puanları anlamlı düzeyde farklılaşmazken, iş deneyimine göre yaşam doyumları, duyarsızlaşma, kişisel başarısızlık ve iş doyumu puanları anlamlı düzeyde farklılaşmamıştır. Ayrıca, öğretmenlerin yaşam doyumu ile duygusal tükenme ve kişisel başarısızlık arasında negatif yönlü, yaşam doyumu ile iş doyumu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmasına karşın yaşam doyumu ile duyarsızlaşma arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yurtdışında yaşama doyumu üzerine yapılan çalışmalarda özellikle dikkati çeken bir isim olan Diener (1984), huzurevinde kalan yaşlıların fiziksel aktiviteleri ile yaşam doyumları arasındaki ilişki incelediğinde elde ettiği bulgularda; sağlığın yaşam doyumu ile güçlü bir ilişki gösterdiğini ortaya çıkarmıştır. Diener'ın yaptığı çalışmalarda elde ettiği bulgular, kadınların erkeklere göre beklenti düzeyinin daha düşük, emosyonel stresler karşısında daha dayanıklı olduğu görüşünü desteklemiştir (Akt.: Akandere, 2003). Cinsiyet bakımından kadınların erkeklere göre daha fazla olumsuz duygu bildirmelerine karşın, yaşamlarından daha fazla haz duydukları bulunmuştur (Braun, 1977; Cameron, 1975; Gurin, Veroff ve Feld, 1960). Yapılan bazı çalışmalarda ise cinsiyetle yaşam doyumu arasındaki ilişkinin zayıf olduğu belirlenmiştir (Andrews ve Withey, 1976; Campbell, Converse ve Rodgers, 1976; Goodstein, Zautra ve Goodhart, 1982). İyi olma açısından cinsiyetler arası farklılaşma çok küçüktür (Aktaran: Yetim, 2001). Perneger ve diğ.(2004), İsveçli genç yetişkinler üzerinde yaptıkları araştırmada,

mutlu olma ve psikolojik sağlık arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu bulgulamışlardır.

Ponizovsky ve diğ. 2003'te şizofreni hastalarda intihar girişiminin yaşam doyumunu üzerindeki etkisini araştırmışlardır. Yaşamında birden fazla intihar girişiminde bulunan şizofrenlerin, bir kez intihar girişiminde bulunmuş ve intihar girişiminde hiç bulunmamış şizofrenlerden daha düşük yaşam doyum düzeylerinin olduğu bulgulanmıştır.

Campbell (1976), yaptığı çalışmasında bireylerin maddi kazanç, ekonomik/ nesnel açıdan mutluluğunu/yaşam doyumunu araştırmıştır. Yaptığı çalışmanın sonucunda kendilerini ekonomik yönden farklı refah seviyesinde olsalar da yeterli olarak algılayan bireylerin, yaşam doyum düzeylerinin yüksek olduğunu, kendilerini mutlu olarak ifade ettiklerini belirlemiştir. Campbell ve diğ. ile yaptığı 1976'daki çalışmada yaş değişkeninin arttıka, yaşam doyum düzeyinin azaldığını ifade etmişlerdir. Barbato ve diğ. 2004'te, ağır psikiyatrik rahatsızlığı olan hastalarla yaptıkları yaşam doyumunu çalışmasında hastaların fizyolojik ihtiyaçları (yiyecek, giyecek, barınma) konusunda yaşam doyumlarının olduğunu; buna karşın ekonomik koşullar, arkadaşlık ilişkileri ve cinsellik konusunda ise yaşam doyumlarının olmadığını belirlemişlerdir.

O'Conner ve Vallerand (1998), bakım evinde kalan 129 yaşlı bireyin hayatta kalma ve psikolojik uyumları ile ilişkili olarak yaş, cinsiyet ve fiziksel sağlık açısından etkisi araştırmışlardır. Kendini değerlendirme, yaşam doyumunu ve genel yaşam değerlendirmeleri üzerine yapılan incelemeler sonucunda yaşam doyum düzeyleri açısından cinsiyetler arasında bir farklılık bulunmadığını tespit etmişlerdir. Bunun yanısıra bireylerin sağlık durumunun yaşam doyumunu en çok belirleyen öğe olduğunu bulmuştur. Diener'in 1984'te yaptığı başka bir çalışmada, fiziksel egzersizler, uyku, mevsimsel değerismelerin yaşam doyumunu etkilediğini belirtmektedir. Giovanni ve diğ., 650 erken ergenlik döneminde olan birey üzerinde yaptıkları boylamsal çalışmada çok yönlü öz-yeterlik inançlarının, akademik başarı ve ortaokulda akran tercihini beş yıl izlendikten sonraki veriler, yaşam doyumunu hakkında öngörüde bulunmak amacıyla kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarında, erken ergenlik döneminde her iki cinsiyette de, akademik ve sosyal zyeterlik inanalarının yaşam doyumunu daha iyi yordayan değeriskenler olduğu saptanmıştır. Akademik başarı ve akran tercihinin, geç ergenlik

döneminde yaşam doyumunu daha iyi yordadığı saptanmıştır. Ayrıca bireylerin, akademik ve sosyal öz yeterlik inançlarını değiştirmesinin beş yıl boyunca yaşam doyumunu için öngörüle bulunulmasına önemli derecede katkı sağlamıştır.

Poulsen, Ziviani, Cuskelly (2006), boş zaman faaliyetlerine katılım, benlik kavramı algılamaları ve bireysel amaç yönelimlerinin 10-13 yıldır fiziksel aktiviteleri olan bireylerin yaşam doyumunu ve benlik kavramı arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırmanın sonuçları fiziksel aktivitesi az olan bireylerin, fiziksel aktivitesi yüksek ve orta olan bireylere göre fiziksel yetenek ve görünüm, akran ve aile ilişkileri, genel benlik kavramının ve yaşam doyum düzeyinin daha düşük olduğu bulgulanmıştır.

Lent ve diğ., yaptıkları araştırmada, İtalyan okullarında görev yapan 235 öğretmenin, iş ve yaşam doyumunu, sosyal bilişsel modele göre araştırmışlardır. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, elverişli çalışma koşullarının ve olumlu duygulanımların bireyin etkinliğini önemli açıdan desteklediği ve iş doyumunu doğrudan etkilediği bulgulanmıştır. İş doyumunun kişisel iş hedefleri gelişimi ve pozitif duygulanımın yaşam doyumunu yordadığı belirlenmiştir. Ayrıca görev, öz yeterlik, iş doyumunu çalışma koşulları ile ve yaşam doyumunu hedefte ilerleme yoluyla dolaylı olarak ilişkili bulunmuştur.

BÖLÜM 2: YÖNTEM

Bu bölümde çalışma ile ilgili araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, verilerin elde edildiği ölçme araçları ve elde edilen verilerin işlem yolu ve analiz edilen teknikleri ele alınmıştır.

2. 1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma araştırmacı tarafından hazırlanan; beş boyuttan oluşan ve bireylerin yaşam amaçlarını ölçüp ölçmediğini belirlemek ve değerlendirmek amacıyla niceliksel bir araştırma olup betimsel bir modelle yapılan Yaşam Amacı Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliğinin saptanması amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın modelini oluşturan betimsel yöntem ilgilenilen ve araştırılmak istenen problemin mevcut var olan durumunu ortaya koymaya yöneliktir. Betimsel araştırmaların en temel özelliği mevcut hali hazır durumu kendi koşulları içerisinde ve olduğu gibi çalışmaktır. Betimsel araştırma çalışılan konunun mevcut durumuna ilişkin hipotezler test etmek için ve ya sorulara cevap bulmak için veriler toplamayı gerektirir. Betimleyici veriler genellikle gözlem, anket, görüşme veya test gibi bilgi toplama yolları ile elde edilir.

2. 2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Sakarya Üniversitesi'nde 2009-2010 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Hendek Meslek Yüksek Okulu, Mühendislik Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Beden Eğitimi Yüksek Okulu, iktisadi ve İdari bilimler Fakültesi olmak üzere çeşitli bölümlerde eğitim-öğretim gören random yöntemi ile seçilen toplam 526 öğrenci oluşturmaktadır. Yaşam Amaçları Ölçeği oransız küme örnekleme yöntemi ile uygulanmıştır. Tavşancıl (2002)'a göre örneklem büyüklüğü değişken sayısının en az beş katı olmalıdır. Buna göre geliştirilen ölçek, Tavşancıl'ın kriterini sağlamaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özellikleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Örneklemin Sosyo-Demografik Özellikleri

DEĞİŞKEN		N	TOPLAM
CİNSİYET	KADIN	387	526
	ERKEK	139	
YAŞ	20≥	256	526
	21≤	270	
ALGILANAN AKADEMİK BAŞARI DÜZEYİ	DÜŞÜK DÜZEY	9	526
	ORTA DÜZEY	346	
	YÜKSEK DÜZEY	171	
ALGILANAN SOSYO- EKONOMİK DÜZEY	DÜŞÜK DÜZEY	17	526
	ORTA DÜZEY	461	
	YÜKSEK DÜZEY	48	

2. 3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak araştırmada, araştırmacı tarafından geliştirilen 31 maddelik Yaşam Amacı Ölçeği'nin yanı sıra geçerlik ve güvenirlik çalışmaları için Yaşam Doyum Ölçeği (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin,1985) ve Genel Özyeterlilik Ölçeği (Jarruselam ve Schwarzer,1981) kullanılmıştır. Araştırmada Genel Özyeterlilikle ilgili veriler 1979 yılında, Jarruselam ve Schwarzer tarafından 20 maddelik ölçek olarak geliştirilmesine karşın, 1981 yılında madde sayısı bu araştırmacılar tarafından 10 maddeye indirilen Genel Özyeterlilik Ölçeğinden (General Self-Efficacy Scale) elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması 2004 yılında Yeşilay tarafından yapılmıştır.

2. 3. 1. Bilgi Toplama Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi toplama formunda araştırmaya katılan örneklem grubuna; Cinsiyet, Yaş, Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey ve Algılanan Akademik Başarı Düzeyini içeren sorular sorularak, örneklemin sosyodemografik özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır (EK-1).

2. 3. 2. Yaşam Amaçları Ölçeği

Araştırmacı tarafından geliştirilen Yaşam Amacı Ölçeği oluşturulurken kapsamlı bir literatür çalışması yapılmıştır. Hem Türkçe hem de yabancı alanyazından gerekli bilgiler derlenerek bir madde havuzu oluşturulmuştur. Literatür araştırmasının yanı sıra benzer nitelikleri ölçen ölçeklerden yararlanılarak maddeler oluşturulan bu havuza dahil edilmiştir. Oluşturulan madde havuzu 3(üç) tane PDR Uzmanı 1(bir) tane Ölçme ve Değerlendirme Uzmanı, dil ve anlam açısından uygun olup olmadığını belirlemek amacı ile 1 (bir) Türk Dili Uzmanı; toplam 5 Öğretim Üyesi'ne danışılarak hazırlanmış ve redakte ettirilmiştir.

Oluşturulan 35 maddelik madde havuzu Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Hendek Meslek Yüksek Okulu, Mühendislik Fakültesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Beden Eğitimi Yüksek Okulu, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi olmak üzere çeşitli bölümlerde eğitim-öğretim gören toplam 462 öğrenciye uygulanmıştır (EK-II).

Araştırmacı tarafından geliştirilen ölçek Beşli Likert Tipi olup öğrencilerden okuduğu maddelerden kendilerine uygun olan 1(Hiç), 2(Biraz), 3(Kısmen), 4(Çok) ve 5(Çok Fazla) ölçütlerinden birini işaretlemeleri istenmiştir. Ölçeğin tüm maddeleri düz maddelerden oluşmakta olup içerisinde ters maddeler yoktur.

Tablo 2.Yaşam Amacı Ölçeği Faktör Analizi Bilgileri

Madde No	Kişisel Gelişimi	Maddi Kazanç	Fiziksel Görünüm	Sosyal Sorumluluk	Bireysel Farkındalık	6. Boyut	7. Boyut
m7	,796						
m21	,622						
m28	,605						
m2	,594						
m4	,591						
m11	,547						
m13	,525						
m35	,496						
m9	,473						
m25	,440						
m22		,813					
m1		,793					
m8		,749					
m29		,660					
m24		,516					
m17		,475					
m15		,435					
m14			,692				
m26			,676				
m5			,541				
m33			,533				
m19			,478				
m12			,453				
m6				,706			
m27				,695			
m20				,605			
m34				,559			
m18					,667		
m32					,619		
m23					,572		
m30					,522		
m10						,749	
m31						,641	
m3						,633	
m16							,674
Açıklanan Toplam Varyans %56.87	12.48	11.08	8.11	7.42	6.89	6.86	4.01

Ölçeğin Kişisel Gelişim Boyutu altında yer alan 10 madde kişisel gelişimi üst düzeyde olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır. Bu boyutu oluşturan maddelerin yapılan AFA sonucu toplam madde korelasyonları 0.440 ile 0.796 arasında değişmektedir. Bu alt boyut toplam varyansın %12.48'ini açıklamaktadır.

Ölçeğin Maddi Kazanç altında yer alan 7 madde maddi durumundan memnun olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır. Bu boyutu oluşturan maddelerin yapılan AFA sonucu toplam madde korelasyonları 0.435 ile 0.813 arasında değişmektedir. Bu alt boyut toplam varyansın %11.08'ini açıklamaktadır.

Ölçeğin Fiziksel Görünüm altında yer alan 6 madde fiziksel görünümünden memnun olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır. Bu boyutu oluşturan maddelerin yapılan AFA sonucu toplam madde korelasyonları 0.453 ile 0.692 arasında değişmektedir. Bu alt boyut toplam varyansın %08.11'ini açıklamaktadır.

Ölçeğin Sosyal Sorumluluk altında yer alan 4 maddesi kişilerarası duyarlılığı yüksek olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır. Bu boyutu oluşturan maddelerin yapılan AFA sonucu toplam madde korelasyonları 0.559 ile 0.706 arasında değişmektedir. Bu alt boyut toplam varyansın % 07.42'sini açıklamaktadır.

Ölçeğin Bireysel Farkındalık altında yer alan 4 maddesi bireysel farkındalığı yüksek olan bireylerin özelliklerini yansıtmaktadır. Bu boyutu oluşturan maddelerin yapılan AFA sonucu toplam madde korelasyonları 0.522 ile 0.667 arasında değişmektedir. Bu alt boyut toplam varyansın % 06.89'unu açıklamaktadır.

Son iki boyutta toplam 4 madde toplamda iki boyut oluşturmaktadır. Bir boyutu üç maddeden diğer boyutu tek bir maddeden oluştuğu için; bu dört madde ölçekten çıkarılmıştır. Çünkü son iki boyutta yer alan madde sayıları temel istatistik kriterlerine göre bu boyutları yeterli düzeyde ölçememektedir.

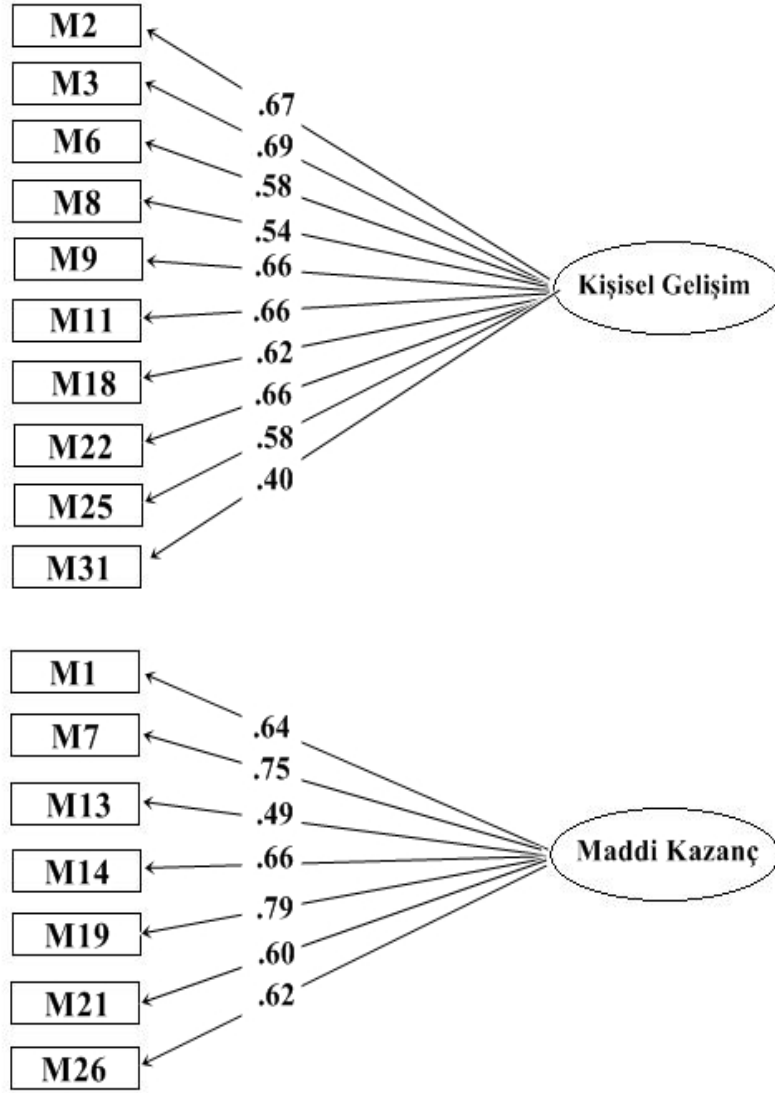
Tablo.3 Yaşam Amaçları Ölçeği Faktörler Arası Korelasyon Katsayıları

ALT BOYUTLAR	Kişisel Gelişim	Maddi Kazanç	Fiziksel Görünüm	Sosyal Sorumluluk	Bireysel Farkındalık
Kişisel Gelişim	1				
Maddi Kazanç	-0.05	1			
Fiziksel Görünüm	0.19	0.60	1		
Sosyal Sorumluluk	0.72	-0.10	0.06	1	
Bireysel Farkındalık	0.88	-0.04	0.13	0.75	1

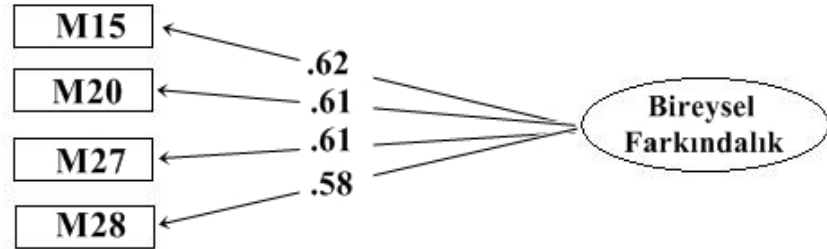
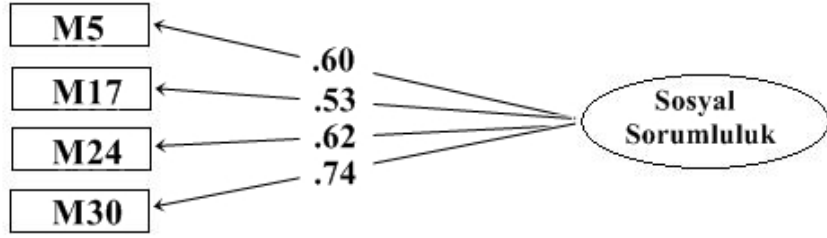
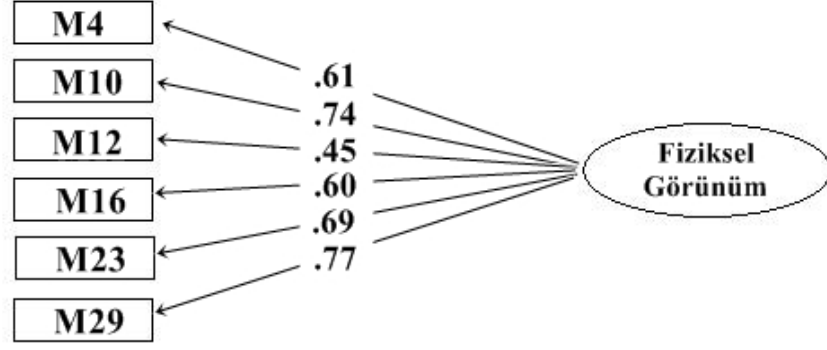
Ölçekte doğrulayıcı faktör analizi yapılırken Çoklu Uyum İndeksi kullanılmış olup Ki-kare testi (chi-square test), Normlaştırılmış uyum indeksi (Normed Fit Index), Karşılaştırmalı uyum indeksi (Comperative Fit Index), Fazlalık uyum indeksi (Incremental Fit Index), Görelî uyum indeksi(Relative fit Index), iyilik uyum indeksi (Goodness Fit Index), Düzeltilmiş iyili uyum indeksi (Adjusted Goodness Fit Index) yaklaşık hataların ortalama karekökü (Root Mean Square Error of Approximation) uyum indeksleri incelenmiştir. Bu indeksler için NFI, CFI, IFI, RFI>0.90, RMSEA<0.05 ölçüt olarak alınmıştır.

Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına ilişkin faktör yükleri aşağıdaki Şekil 2’de gösterilmiştir.

Şekil 2. Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına İlişkin Faktör Yükleri



Şekil 2'nin devamı. Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına İlişkin Faktör Yükleri



2. 3. 2. 1. Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları

- *Geçerlik Çalışmaları*

Yaşam amacı ölçeğinin geçerlik çalışmaları yapı ve uyum geçerliği başlıkları altında incelenmiştir.

**Yapı Geçerliği*

Yaşam Amacı ölçeğinin yapı geçerliği incelenirken Faktör analizine başlanarak veriler çözümlenmeye başlanmıştır. Faktör Analizi, birbiri ile ilişkili p tane değişkeni bir araya getirerek az sayıda ilişkisiz ve kavramsal olarak anlamlı yeni değişkenler (faktörler, boyutlar) bulmayı keşfetmeyi amaçlayan çok değişkenli bir istatistiktir. İki tür faktör analizi yaklaşımı vardır. Bunlar açımlayıcı faktör analizi olarak nitelendirilen değişkenler arasındaki ilişkilerden yararlanılarak faktör bulmaya yönelik bir işlemdir. Doğrulayıcı faktör analizi ise değişkenler arasındaki ilişkiye dair daha önce saptanan bir hipotezin ya da kuramın test edilmesidir (Büyüköztürk, 2009: 123). Ayrıca bu çalışmada açımlayıcı faktör analizinin yanı sıra doğrulayıcı faktör analizi ile boyutlar arasındaki ilişki araştırılmış ve korelasyon katsayısına bakılmıştır.

Ölçeğin Açımlayıcı faktör analizinde (AFA) verilerin faktör çözümlenmesine uygun olup olmadığını belirlemek amacıyla KMO (Kaiser-Meyer-Olkin) ve Barlett testleri uygulanmıştır. Ölçeğin genel olarak KMO değeri 90 bulunmuş olup bu değer 1.00 yakın olduğu için kriterlere uygun olduğu tespiti yapılmıştır.

Ölçeğin boyutları bulunurken, bu boyutlar araştırmacı tarafından aynı içeriğe sahip olanlar ortak bir kavram ile isimlendirilmiştir. Açımlayıcı faktör analizi sonucu 35 maddelik ölçekte yedi boyut ortaya çıkmıştır. Ancak, bu yedi boyutun iki boyutu üç ve üçün altında sayıda madde içerdiği için ölçekten toplamda 4 madde atılmıştır. Böylece açımlayıcı faktör analizi sonucu 31 madde ölçeğe dâhil edilmiştir (EK-II).

Açımlayıcı Faktör Analizi sonucu ölçek beş boyuttan oluştuğu tespit edilmiştir. Sırasıyla bu boyutlar araştırmacı tarafından içeriğine uygun olarak Kişisel Gelişim, Maddi Kazanç, Fiziksel Görünüm, Sosyal Sorumluluk ve Bireysel Farkındalık olarak adlandırılmıştır.

**Uyum Geçerliği*

Geliştirilen ölçeğin uyum geçerliliğini saptamak amacıyla Araştırmada Genel Özyeterlilik Ölçeği ve Yaşam doyumu Ölçeği katılımcılara eş zamanlı olarak uygulanmıştır. Genel-özyeterlilikle ilgili veriler 1979 yılında, Jarruselam ve Schwarzer tarafından 20 maddelik ölçek olarak geliştirilmesine karşın, 1981 yılında madde sayısı bu araştırmacılar tarafından 10 maddeye indirilen Genel Özyeterlilik Ölçeğinden

(General Self-Efficacy Scale) elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması 2004 yılında Yeşilay tarafından yapılmıştır. Yaşam doyumu ile ilgili veriler ise Diener, Emmons, Larsen ve Griffin tarafından 1985 yılında geliştirilmiş ve Türkçeye uyarlaması Köker tarafından 1991 yılında yapılan yaşam doyumu ölçeğinden elde edilen verilerden oluşmaktadır. Geliştirilen ölçek ile diğer ölçekler arasındaki korelasyon katsayısına bakılarak uyum geçerliliği hesaplanmaya çalışılmıştır.

- *Güvenirlilik Çalışmaları*

Ölçeğin güvenirlik hesaplaması yapılırken ölçeğin iç Cronbach Alfa, iç tutarlılık katsayısına bakılmış maddelerin analizi için ise ölçekten atılan 4 maddeden sonra geriye kalan 31 maddenin madde toplam korelasyon katsayıları incelenmiştir.

Madde no:	r	madde no:	r	madde no:	r
1	.66	12	.49	23	.60
2	.48	13	.75	24	.60
3	.65	14	.64	25	.54
4	.35	15	.55	26	.64
5	.57	16	.62	27	.57
6	.50	17	.55	28	.48
7	.78	18	.65	29	.67
8	.51	19	.79	30	.69
9	.54	20	.60	31	.54
10	.67	21	.52		
11	.66	22	.64		

Ölçeğin güvenirlik çalışmaları sonucu, ölçeğin; beş boyuttan oluştuğu bulgulanmıştır. Bu boyutlar şunlardır;

- Kişisel Gelişim,
- Maddi Kazanç,
- Fiziksel Görünüm,
- Sosyal Sorumluluk,

- Bireysel Farkındalık.

2. 3. 3. Genel Öz-Yeterlik Ölçeği GÖYÖ (General Self-Efficacy Scale)

Genel Öz-Yeterlik Ölçeği (General Self-Efficacy Scale) Jarrusselam ve Shwarzer 1979 yılında, 20 maddeden oluşturulmasına karşın, madde sayısı yine Jarrusselam ve Shwarzer tarafından 1981 yılında 10 maddeye indirilmiştir.

Ölçek Türkçe'ye Yeşilay (Yeşilay, 1993; Akt.: Schwarzer, 2004) tarafından çevrilmiştir. Ölçek uygulanan kişiler, ölçekteki ifadelerle ilişkin cevaplarda 1-bana hiç uygun değil, 2-bana biraz uygun, 3-bana çoğu kez uygun ve 4 bana her zaman uygun sıklık derecelerinden kendilerine uygun olanı seçerek ölçeği cevaplandırmışlardır. Ölçeğin puan aralığı teorik olarak 20-80 arasında değişmektedir (EK-III).

Genel öz-Yeterlik Ölçeğinin Güvenirliği, 23 ülkede yapılan çalışmalarda genel Öz-Yeterlik Ölçeğinin Cronbach Alpha güvenirlilik katsayısı 0.76 ile 0.90 arasında değişmektedir (General Percieved Self-Efficacy Scale, 2007; <http://userpage.fu-berlin.de/health/selfscal.htm> 21.12.2010).

Genel Özyeterlik Ölçeğinin geçerlik çalışması Çetin ve Fıkrıkoca tarafından yapılan faktör analizi sonucunda faktör yüklerinin 0.43 ile 0.69 arasında değiştiği bulunmuştur. Araştırmacılar tarafından oluşturulan model ölçeğin toplam %48'lik varyansını açıklamıştır.

2. 3. 4. Yaşam Doyum Ölçeği YDÖ (Life Satisfaction Scale)

Yaşam doyum ölçeği Diener, Emmos, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Yaşam doyum Ölçeği 1991'de Köker tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmış olup; ölçek, genel yaşam doyumunu ölçmektedir. Bireylere uygulanan Yaşam doyum ölçeğindeki ifadeler 1-verilen ifadeye asla katılmıyorum ve 7-verilen ifadeye tamamen katılıyorum derecelendirmeleri aralığında değişmektedir. Bireyin uygun sıklık derecesini seçtiği yedili derecelendirmeyi içeren ölçek toplam beş maddeden oluşmaktadır. Ölçek puanları 5 ile 35 puan arasında değişmektedir (EK-IV).

Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geçerliği, Diener, Emmos, Larsen ve Griffin (1985), ölçek maddelerinin tek bir faktörde, %66 faktör yüküyle toplandığını; bir dizi benzer ölçekle Self-Anchoring Ladder, Centril, 1965; D-T scale, Withey, 1976; single-item measure of

happiness, Fordyce, 1978; semantic differential-like scale, Campbell, Converse ve Rodgers, 1976; Affect Balance Scale, Bradburn, 1969; DPQ, Tellegen, 1979) yaptıkları geçerlik çalışmalarında, aralarında 0.50 ile 0.68 arasında değişen değerlerde yeterli düzeyde ilişki belirlemişlerdir. Ölçek maddeleri Köker (1991) tarafından Türkçeye çevrilmiş ve yüzey geçerliği (face validity) yöntemiyle geçerlik çalışması yapılmıştır.

Köker (1991) ölçeğin üç hafta arayla uygulanan test tekrar test tutarlılık katsayısının 0.85 olduğunu belirlemiştir. Yetim (1991) ise, düzeltilmiş split-half değerini 0.75 ve Kuder Richardson-20 değerini ise 0.78 olarak belirlemiştir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0.79 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam doyum Ölçeğinin güvenilirliği, Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) güvenilirlik çalışmaları için iki ay aralıkla elde ettikleri test-test tekrar korelasyon katsayısını 0.82, Cronbach Alfa katsayısını ise 0.87 olarak belirlemişlerdir. Ölçeğin yeterli düzeyde geçerlik ve güvenilirlik katsayılarına sahip olduğu Degges-White ve Myers (2006) tarafından doğrulanmıştır.

2. 4. Veri Analizi Teknikleri

Araştırma da kullanılan ölçme araçları ile elde edilen veriler çalışmanın amaçlarına uygun olarak istatistiksel yöntemlerle analiz edilmiştir. Örneklem grubu algılanan akademik başarı ve algılanan sosyo-ekonomik düzey açısından birçok araştırmada olduğu gibi üç temel gruba ayrılmıştır. Bunlar; yüksek düzey, orta düzey ve düşük düzeydir. Yaş ise gelişim dönemleri dikkate alınarak 20 yaşında ve 20 yaşın altında olan bireyler ve 21 yaşında ve 21 yaşın üzerinde olan bireyler olarak iki gruba ayrılmıştır. Boylamsal araştırmalar, 20-40 yaş arası arasındaki ve ötesindeki bireylerin zihinsel becerilerinde yüksek derecede bir kararlılık olduğunu göstermiştir (Onur, 2004: 117). Bunun yanısıra Zimbardo (1979); ergenliğin, yaklaşık onüçüncü yıldan yirminci yıla veya yirminci yılın sonuna, genç yetişkinlik yirmi ve yirmi birinci yıldan yaklaşık kırk beşinci yıla kadar sürmekte olduğunu, Levinson ve ark. (1974) ise aileden ayrılma ve aileden bağımsız olma evresini 16-18 yaşlarından 20-24 yaşlarına, yetişkin dünyasına katılma evresini 20 yaşların başından 28 yaşına kadar olduğunu ifade etmektedirler (Akt.:Onur, 2004: 40, 58).

Çalışmayı oluşturan örneklem grubuna uygulana ölçeklerden elde edilen veriler öncelikle bilgisayara kodlanmış ve bu verilerin çözümlenmesinde SPSS 16.00 ve LISREL 8.5 programları kullanılmıştır. Ayrıca tüm bu değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek için korelasyon yapılmıştır. Bununla birlikte yaşam amaçları açısından cinsiyete göre farklılıklar t testi ile incelenmiştir. Yine algılanan akademik başarı düzeyi, sosyo-ekonomik düzey gibi değişkenlerin sonuçları ise F testi ile incelenmiş ve çapraz tablolar kullanılmıştır. Anlamlı fark bulunan F Testinde Post Hoc değerine bakılmıştır.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Bu bölüm araştırmanın denenceleri doğrultusunda yapılan analizlerin sonuçlarını içermektedir. Araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının, genel öz-yeterlik, yaşam doyumu ve çeşitli değişkenler (yaş, cinsiyet, algılanan akademik başarı düzeyi, algılanan sosyo-ekonomik düzey) göre incelenmesidir. Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçları belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilen ‘Yaşam Amaçları Ölçeği (YAÖ)’ genel öz-yeterlik düzeylerini belirlemek için ‘Genel Öz-Yeterlik Ölçeği (GÖYÖ)’, yaşam doyum düzeylerini belirlemek için “Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ)” ve cinsiyet, yaş algılanan akademik başarı düzeyi ve algılanan sosyo-ekonomik düzeylerini belirlemek için kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

3. 1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgular

3. 1. 1. Cinsiyet ve Genel Öz-yeterlik Değişkenlerine Yönelik Bulgular

Tablo 5. Cinsiyet ve Genel Öz-yeterlik Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	30.2086	4.3447	0.36851	3.65	0.000
Kadın	387	28.6047	4.47749	0.2276		

Tablo 5’ e göre Genel Öz-yeterlik Ölçeği’nin, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen veriler sonucunda Genel öz-yeterlik düzeylerinde cinsiyete göre fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p < 0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri genel öz-yeterlik düzeylerini etkilemektedir. Erkeklerin genel öz-yeterliği, kadınlarınkine nazaran yüksektir.

3. 1. 2. Cinsiyet ve Yaşam Doyumuna Yönelik Bulgular

Tablo 6. Cinsiyet ve Yaşam Doyumu Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	21.1942	5.51267	0.46758	3.629	0.000
Kadın	387	23.2558	5.82643	0.29617		

Tablo 6' ya göre, Yaşam Doyum Ölçeği'nin, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşam doyum düzeyleri arasında cinsiyet göre fark vardır ($p < 0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri yaşam doyum düzeylerini etkilemektedir. Kadınların yaşam doyum düzeyleri erkeklere nazaran daha yüksektir.

3. 1. 3. Cinsiyet ve Yaşam Amaçlarına Yönelik Bulgular

Tablo 7. Cinsiyet ve Yaşam Amaçları Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	113.71	14.42132	1.22320	1.621	0.106
Kadın	387	115.70	11.63949	0.59167		

Tablo 7' ye göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilerine göre yaşam amaçlarının cinsiyete göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p > 0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri yaşam amaçlarını etkilememektedir.

3. 1. 3. 1. Cinsiyet ve Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular

Tablo 8. Cinsiyet ve YAÖ' nün Kişisel Gelişim Alt Boyutu Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	43.8921	5.43964	0.46138	5.205	0.000
Kadın	387	46.3540	4.52526	0.23003		

Tablo 8' e göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim alt boyutunda, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre cinsiyete göre fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri yaşam amaçlarının kişisel gelişim alt boyutunu etkilemektedir. Kadınların yaşam amaçlarında Kişisel Gelişim alt boyutu erkeklere nazaran aldıkları puanlar daha yüksektir.

Tablo 9. Cinsiyet ve YAÖ' nün Maddi Kazanç Alt Boyutu Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	19.3813	5.92269	0.50236	5.324	0.000
Kadın	387	16.5762	5.09864	0.25918		

Tablo 9' da, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Maddi Kazanç alt boyutunda, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre cinsiyete göre fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri yaşam amaçlarının Maddi Kazanç alt boyutunu etkilemektedir. Bu alt boyutta alınan puanların kadınlara nazaran erkeklerin puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 10. Cinsiyet ve YAÖ' nün Fiziksel Görünüm Alt Boyutu Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	17.9209	4.42991	0.37574	1.56	0.118
Kadın	387	18.6253	4.58672	0.23316		

Tablo 10' a göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Fiziksel Görünüm alt boyutunda, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre Fiziksel Görünüm boyutunda cinsiyete göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri yaşam amaçlarının Fiziksel Görünüm alt boyutunu etkilememektedir.

Tablo 11. Cinsiyet ve YAÖ' nün Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	16.2374	2.91568	0.24730	2.125	0.034
Kadın	387	16.7829	2.47148	0.12563		

Tablo 11' e göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Sosyal Sorumluluk alt boyutunda, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre cinsiyete göre fark vardır sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri yaşam amaçlarının Sosyal Sorumluluk alt boyutunu etkilemektedir. Sosyal sorumluluk puanlarının az da olsa kadınların erkeklere nazaran daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir.

Tablo 12. Cinsiyet ve YAÖ' nün Bireysel Farkındalık Alt Boyutu Arasındaki t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
Erkek	139	16.2806	2.60721	0.22114	4.804	0.000
Kadın	387	17.3669	2.16058	0.10983		

Tablo 12' ye göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Bireysel Farkındalık alt boyutunda, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre cinsiyete göre fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p < 0.05$). Buna göre katılımcıların cinsiyet özellikleri yaşam amaçlarının Bireysel Farkındalık alt boyutunu etkilemektedir.

3. 2. Yaş Değişkenine İlişkin Bulgular

3. 2. 1. Yaş ve Genel Özyeterlik Değişkenlerine Yönelik Bulgular

Tablo 13. Yaş ve Genel Özyeterlik Arasındaki t Testi Sonuçları

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
$20 \geq$	256	28.7188	4.71865	0.29492	1.54	0.124
$21 \leq$	270	29.3222	4.25968	0.25924		

Tablo 13' e göre, Genel Öz-Yeterlik Ölçeği'nin, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p > 0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş - 20 yaş altı ve 21 yaş - 21 yaş üzeri olması genel öz-yeterlik düzeyini etkilememektedir.

3. 2. 2. Yaş ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 14. Yaş ve Yaşam Doyumu Arasındaki t Testi Sonuçları

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
20≥	256	22.3711	6.09267	0.38079	1.307	0.192
21≤	270	23.0333	5.52409	0.33619		

Tablo 14' e göre, Yaşam Doyum Ölçeği'nin, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş -20 yaş altı ve 21 yaş- 21 yaş üzeri olması yaşam doyum düzeyini etkilememektedir.

3. 2. 3. Yaş ile Yaşam Amaçları Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Tablo 15. Yaş ve Yaşam Amaçları Arasındaki t Testi Sonuçları

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
20≥	256	115.39	12.2149	0.76343	0.520	0.603
21≤	270	114.82	12.49002	0.76012		

Tablo 15' de, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş -20 yaş altı ve 21 yaş- 21 yaş üzeri olması yaşam amaçlarını etkilememektedir.

3. 2. 3. 1. Yaş ile Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular

Tablo 16. Yaş ve YAÖ' nün Kişisel Gelişim Alt Boyutu Arasındaki t Testi

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
20≥	256	45.8711	5.01869	0.31367	1.157	0.248
21≤	270	45.3963	4.38339	0.26676		

Tablo 16' ya göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim alt boyutu, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş -20 yaş altı ve 21 yaş- 21 yaş üzeri olması Yaşam Amaçlarının kişisel gelişim boyutunu etkilememektedir.

Tablo 17. Yaş ve YAÖ' nün Maddi Kazanç Alt Boyutu Arasındaki t Testi

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
20≥	256	17.0469	5.49275	0.34330	1.106	0.269
21≤	270	17.5741	5.43636	0.33085		

Tablo 17' ye göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Maddi Kazanç alt boyutu, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş -20 yaş altı ve 21 yaş- 21 yaş üzeri olması yaşam amaçlarının Maddi Kazanç boyutunu etkilememektedir.

Tablo 18. Yaş ve YAÖ' nün Fiziksel Görünüm Alt Boyutu Arasındaki t Testi

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
20 \geq	256	18.4648	4.55368	0.28461	0.126	0.900
21 \leq	270	18.4148	4.55921	0.27746		

Tablo 18' e göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Fiziksel Görünüm alt boyutunun, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş -20 yaş altı ve 21 yaş-21 yaş üzeri olması yaşam amaçlarının Fiziksel Görünüm boyutunu etkilememektedir.

Tablo 19. Yaş ve YAÖ' nün Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu Arasındaki t Testi

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
20 \geq	256	16.8984	2.56932	0.16058	2.235	0.26
21 \leq	270	16.3926	2.61848	0.15936		

Tablo 19' a göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Sosyal sorumluluk alt boyutu, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş -20 yaş altı ve 21 yaş-21 yaş üzeri olması yaşam amaçlarının sosyal sorumluluk boyutunu etkilememektedir.

Tablo 20. Yaş ve YAÖ' nün Bireysel Farkındalık Alt Boyutu Arasındaki t Testi

Yaş	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.	t	P
20≥	256	17.1094	2.45823	0.15364	0.282	0.778
21≤	270	17.0519	2.21458	0.13478		

Tablo 20' ye göre, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Bireysel Farkındalık alt boyutu, araştırmaya katılan katılımcılardan elde edilen verilere göre yaşa göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır ($p>0.05$). Buna göre katılımcıların 20 yaş -20 yaş altı ve 21 yaş-21 yaş üzeri olması yaşam amaçlarının bireysel farkındalık boyutunu etkilememektedir.

3. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) Değişkenine İlişkin Bulgular

3. 3. 1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Genel Öz-yeterliğine Yönelik Bulgular

Tablo 21. Öğrencilerin GÖYÖ'den Aldıkları Puanı Göre AABD'nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	27.8889	5.66667	1.88889
Orta AABD	346	28.3006	4.33414	0.23300
Yüksek AABD	171	30.5614	4.38722	0.33550
Toplam	526	29.0285	4.49477	0.19588

Tablo 21' de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça Genel Öz-yeterlik Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 22. GÖYÖ ve AABD Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	Df	Ort. Karesi	F	Sig.
Gruplar Arası	596.838	2	298.419	15.592	0.000
Grup İçi	10009.734	523	19.139		
Toplam	10606.572	525			

Tablo 22’ de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Genel Öz-yeterlik Ölçeği’nden aldıkları puanların arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 23. GÖYÖ Puanlarının AABD’ye Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD

AABD	AABD	Ort. Fark	Std. Hata	Sig.
Düşük AABD	Orta AABD	-0.41169	1.47712	0.781
	Yüksek AABD	-2.67251	1.49616	0.075
Orta AABD	Düşük AABD	.41169	1.47712	0.781
	Yüksek AABD	-2.26083	0.40895	0.000
Yüksek AABD	Düşük AABD	2.67251	1.49616	0.075
	Orta AABD	2.26083	0.40895	0.000

Tablo 23, incelendiğinde genel öz-yeterlik düzeyleri açısından AABD yüksek düzey olan bireyler ile AABD orta düzey olan bireyler arasında AABD yüksek olan bireylerin lehine anlamlı fark bulunmuştur. Ancak genel özyeterlik düzeyleri açısından, AABD yüksek düzey olan bireyler ile AABD düşük düzey olan bireyler arasında ve AABD orta düzey olan bireyler ile AABD düşük düzey olan bireyler arasında anlamlı bir fark bulgulanmamıştır.

3. 3. 2. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Doyumuna Yönelik Bulgular

Tablo 24. Öğrencilerin YDÖ'den Aldıkları Puanı Göre AABD'nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	19.3333	5.93717	1.97906
Orta AABD	346	22.6821	5.56162	0.29899
Yüksek AABD	171	22.9474	6.26218	0.47888
Toplam	526	22.7110	5.81166	0.25340

Tablo 24' de görüldüğü gibi öğrencilerdeki AABD arttıkça Yaşam Doyum Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 25. YDÖ ve AABD Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	Df	Ort. Kare	F	Sig.
Gruplar Arası	112.521	2	56.260	1.67	0.189
Gruplar İçi	17619.555	523	33.689		
Toplam	17732.076	525			

Tablo 25' de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Yaşam Doyum Ölçeği'nden aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Buna göre algılanan akademik başarı düzeyi, yaşam doyumunu yordamamaktadır. Bu nedenle Post Hoc değerleri dikkate alınmamıştır.

3. 3. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Amaçlarına Yönelik Bulgular

Tablo 26. Öğrencilerin YAÖ'den Aldıkları Puanı Göre AABD'nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	108.55	14.18724	4.72908
Orta AABD	346	114.59	11.77880	0.63323
Yüksek AABD	171	116.47	13.23557	1.01215
Toplam	526	115.10	12.34831	0.53841

Tablo 26' de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça Yaşam Amacı Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 27. YAÖ ve AABD Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	Df	Ort. Kare	F	Sig.
Gruplar Arası	796.250	2	398.125	2.627	0.073
Gruplar İçi	79256.206	523	151.542		
Toplam	80052.456	525			

Tablo 27' de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nden aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Buna göre algılanan akademik başarı düzeyi, yaşam amaçlarını yordamamaktadır.

3. 3. 3. 1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular

Tablo 28. Öğrencilerin YAÖ Kişisel Gelişim Alt Boyutu AABD'nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	43.2222	6.11919	2.03973
Orta AABD	346	45.7052	4.31107	0.23176
Yüksek AABD	171	45.5965	5.34413	0.40868
Toplam	526	45.6274	4.70480	0.20514

Tablo 28' de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça Yaşam Amacı Ölçeği'nin Kişisel Gelişim alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir. Algılanan akademik başarı düzeyi orta düzeyde olan bireylerin, algılanan akademik başarı düzeyleri düşük ve yüksek olan bireylere nazaran Yaşam Amaçları Ölçeğinin Kişisel Gelişim alt boyutundan aldıkları puanlar daha yüksektir.

Tablo 29. YAÖ' nün Kişisel Gelişim Alt Boyutu ve AABD' ye Göre F Testi

	Kareler Toplamı	Df	Ort. Kare	F	Sig.
Gruplar Arası	54.322	2	27.161	1,228	0.294
Gruplar İçi	11566.644	523	22.116		
Toplam	11620.966	525			

Tablo 29' de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel gelişim alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Buna göre algılanan akademik başarı düzeyi, Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim alt boyutunu yordamamaktadır. Bu nedenle Post hoc değerine bakılmamıştır.

Tablo 30. Öğrencilerin YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutundan AABD'nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	16.3333	5.29150	1.76383
Orta AABD	346	16.8757	5.13912	0.27628
Yüksek AABD	171	18.2632	5.99763	0.45865
Toplam	526	17.3175	5.46104	0.23829

Tablo 30' da görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça Yaşam Amacı Ölçeği'nin Maddi Kazanç alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 31. YAÖ' nün Maddi Kazanç Alt Boyutu ve AABD Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	Df	Ort. Kare	F	Sig.
Gruplar Arası	229.165	2	114.583	3.879	0.021
Gruplar İçi	15450.814	523	29.543		
Toplam	15679.978	525			

Tablo 31' de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Maddi Kazanç alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki vardır. Buna göre algılanan akademik başarı düzeyi, yaşam amaçlarının maddi kazanç alt boyutunu yordamaktadır.

Tablo 32. YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutu AABD'ye İlişkin LSD

AABD	AABD	Farkların Ort.	Std. Hata	Sig.
Düşük AABD	Orta AABD	-0.54239	1.83518	0.768
	Yüksek AABD	-1.92982	1.85884	0.300
Orta AABD	Düşük AABD	.54239	1.83518	0.768
	Yüksek AABD	-1.38744	0.50808	0.007
Yüksek AABD	Düşük AABD	1.92982	1.85884	0.300
	Orta AABD	1.38744	0.50808	0.007

Tablo 32, incelendiğinde YAÖ' nün Maddi Kazanç alt boyutu açısından, AABD yüksek olan bireylerin lehine, AABD orta olan bireyler arasında anlamlı fark bulunmuştur. Ancak Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Maddi Kazanç alt boyutu açısından, AABD yüksek olan bireyler ile AABD düşük olan bireyler arasında ve AABD orta olan bireyler ile AABD düşük olan bireyler arasında anlamlı bir fark bulgulanmamıştır.

Tablo 33. Öğrencilerin YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu AABD'nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	17.4444	5.68135	1.89378
Orta AABD	346	18.2688	4.39037	0.23603
Yüksek AABD	171	18.8363	4.80528	0.36747
Toplam	526	18.4392	4.55225	0.19849

Tablo 33’ de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça Yaşam Amacı Ölçeği’nin Fiziksel Görünüm alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 34. YAÖ’ nün Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ve AABD’ ye Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Ort. Kare	F	Sig.
Gruplar Arası	45.913	2	22.956	1.108	0.331
Gruplar İçi	10833.640	523	20.714		
Toplam	10879.553	525			

Tablo 34’ de görüldüğü gibi, öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği’nin Fiziksel Görünüm alt boyutundan aldıkları puanlarla aralarında anlamlı bir ilişki yoktur. Buna göre algılanan akademik başarı düzeyi, yaşam amaçlarının Fiziksel Görünüm alt boyutunu yordamamaktadır.

Tablo 35. Öğrencilerin YAÖ Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu AABD’nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	15.1111	3.65529	1.21843
Orta AABD	346	16.6272	2.53949	0.13652
Yüksek AABD	171	16.7427	2.66423	0.20374
Toplam	526	16.6388	2.60453	0.11356

Tablo 35’ de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça Yaşam Amacı Ölçeği’nin Sosyal Sorumluluk alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 36. YAÖ' nün Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu ve AABD' ye Göre F Testi

	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	22.897	2	11.448	1.692	0.185
Gruplar İçi	3538.472	523	6.766		
Toplam	3561.369	525			

Tablo 36' da görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Sosyal Sorumluluk alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Buna göre algılanan akademik başarı düzeyi, yaşam amaçlarının Sosyal Sorumluluk alt boyutunu yordamamaktadır.

Tablo 37. Öğrencilerin YAÖ Bireysel Farkındalık Alt Boyutu AABD'nin Dağılımı

AABD	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük AABD	9	16.4444	3.43188	1.14396
Orta AABD	346	17.1185	2.27025	0.12205
Yüksek AABD	171	17.0351	2.40562	0.18396
Toplam	526	17.0798	2.33428	0.10178

Tablo 37' de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan akademik başarı düzeyi artması Yaşam Amacı Ölçeği'nin Bireysel Farkındalık alt boyutundan aldıkları puanların ortalamasını etkilememektedir. Algılanan akademik başarısı orta düzeyde olan bireyler, algılanan akademik başarı düzeyi düşük ve yüksek düzey olan bireylerden Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Bireysel Farkındalık alt boyutundan daha yüksek puan almışlardır.

Tablo 38. YAÖ' nün Bireysel Farkındalık Alt Boyutu ve AABD' ye Göre F Testi

	Kareler Toplamı	Df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	4.493	2	2.247	0.411	0.663
Gruplar İçi	2856.153	523	5.461		
Toplam	2860.646	525			

Tablo 38' de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Bireysel Farkındalık alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Buna göre algılanan akademik başarı düzeyi, yaşam amaçlarının Bireysel Farkındalık alt boyutunu yordamamaktadır.

3. 4. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) Değişkenine İlişkin Bulgular

3. 4. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Genel Özyeterliğe Yönelik Bulgular

Tablo 39. Öğrencilerin GÖYÖ'den Aldıkları Puana Göre ASED'nin Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	28.2353	4.10075	0.99458
Orta ASED	461	28.8633	4.33700	0.20199
Yüksek ASED	48	30.8958	5.63892	0.81391
Toplam	526	29.0285	4.49477	0.19598

Tablo 39, incelendiğinde, öğrencilerdeki algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça Genel Öz-yeterlik Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması yükseldiği görülmektedir.

Tablo 40. GÖYÖ ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	190.644	2	95.322	4.786	0.009
Gruplar İçi	10415.928	523	19.916		
Toplam	10606.572	525			

Tablo 40’ da görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile Genel Öz-yeterlik Ölçeği’nden aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 41. GÖYÖ Puanlarının ASED’e Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD

ASED	ASED	Ort. Fark	Std. Hata	Sig.
Düşük ASED	Orta ASED	-0.62805	1.10214	0.569
	Yüksek ASED	-2.66054	1.25953	0.035
Orta ASED	Düşük ASED	0.62805	1.10214	0.569
	Yüksek ASED	-2.03249	.67684	0.003
Yüksek ASED	Düşük ASED	2.66054	1.25953	0.035
	Orta ASED	2.03249	.67684	0.003

Tablo 41 incelendiğinde, genel öz-yeterlik düzeyleri açısından yüksek ASED’i olan bireyler ile orta ASED’i olan bireyler arasında ve yüksek ASED’i olan bireyler ile düşük ASED’i olan bireyler arasında Yüksek ASED’i olan bireylerin lehine anlamlı fark bulunmuştur. Ancak genel öz-yeterlik düzeyleri açısından, orta ASED’i olan bireyler ile düşük ASED’i olan bireyler arasında anlamlı bir fark bulgulanmamıştır.

3. 4. 2. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Doyumuna Yönelik Bulgular

Tablo 42. Öğrencilerin YDÖ'den Aldıkları Puanlara Göre ASED'nin Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	18.4706	5.82149	1.41192
Orta ASED	461	22.7462	5.65557	0.26341
Yüksek ASED	48	23.8750	6.69272	0.96601
Toplam	526	22.7110	5.81166	0.25340

Tablo 42' de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça Yaşam Doyum Ölçeği'nden aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 43. YDÖ ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	371.285	2	185.642	5.593	0.004
Gruplar İçi	17360.791	523	33.195		
Toplam	17732.076	525			

Tablo 43' de görüldüğü gibi öğrencilerin ASED'i ile Yaşam Doyum Ölçeği'nden aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 44. YDÖ Puanlarının ASED'e Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD

ASED	ASED	Farkların Ort.	Std. Hata	Sig.
Düşük ASED	Orta ASED	-4.27562	1.42290	0.003
	Yüksek ASED	-5.40441	1.62609	0.001
Orta ASED	Düşük ASED	4.27562	1.42290	0.003
	Yüksek ASED	-1.12880	.87382	0.197
Yüksek ASED	Düşük ASED	5.40441	1.62609	0.001
	Orta ASED	1.12880	0.87382	0.197

Tablo 44 incelendiğinde yaşam doyum düzeyleri açısından yüksek ASED'i olan bireyler ile düşük ASED'i olan bireyler arasında yüksek ASED'i olan bireylerin lehine ve orta ASED'i olan bireyler ile düşük ASED'i olan bireyler arasında orta ASED'i olan bireyler lehine anlamlı fark bulunmuştur.

3. 4. 3. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Amaçlarına Yönelik Bulgular

Tablo 45. Öğrencilerin YAÖ'den Aldıkları Puana Göre ASED'nin Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	1.1041	12.42004	3.01230
Orta ASED	461	1.1478	12.20623	0.56850
Yüksek ASED	48	1.1983	12.67655	1.82970
Toplam	526	1.1510	12.34831	1.53841

Tablo 45’ de görüldüğü gibi öğrencilerde algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça Yaşam Amaçları Ölçeği’nden aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 46. YAÖ ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	1495.364	2	747.682	4.978	0.007
Gruplar İçi	78557.092	523	150.205		
Toplam	80052.456	525			

Tablo 46’ da görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği’nden aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 47. YAÖ Puanlarının ASED’e Göre Karşılaştırmalarına İlişkin LSD

ASED	ASED	Farkların Ort.	Std. Hata	Sig.
Düşük ASED	Orta ASED	-4.37132	3.02678	0.149
	Yüksek ASED	-9.42157	3.45902	0.007
Orta ASED	Düşük ASED	4.37132	3.02678	0.149
	Yüksek ASED	-5.05025	1.85879	0.007
Yüksek ASED	Düşük ASED	9.42157	3.45902	0.007
	Orta ASED	5.05025	1.85879	0.007

Tablo 47 incelendiğinde, Yaşam Amaçları Ölçeği’nden alınan toplam puanlar açısından yüksek ASED’i olan bireyler ile düşük ASED’i olan bireyler arasında ve yüksek düzey ASED’i olan bireyler ile orta düzey ASED’i olan bireyler arasında yüksek ASED’i olan bireylerin lehine anlamlı fark bulunmuştur. Ancak Yaşam Amaçları Ölçeği’nden alınan

toplam puanlar açısından orta ASED'i olan bireyler ile düşük ASED'i olan bireyler arasında anlamlı bir fark bulgulanmamıştır.

3. 4. 3. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Amaçları Ölçeği Alt Boyutlarına Yönelik Bulgular

Tablo 48. Öğrencilerin YAÖ Kişisel Gelişim Alt Boyutu ASED'in Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	44.4706	4.33182	1.05062
Orta ASED	461	45.6377	4.43124	0.20638
Yüksek ASED	48	45.9375	6.93559	1.00107
Toplam	526	45.6274	4.70480	0.20514

Tablo 48' de görüldüğü gibi öğrencilerde algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 49. YAÖ Kişisel Gelişim Alt Boyutu ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	27.415	2	13.707	0.618	0.539
Gruplar İçi	11593.551	523	22.167		
Toplam	11620.966	525			

Tablo 49' da görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

Tablo 50. Öğrencilerin YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutunun ASED Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	16.6471	7.45772	1.80876
Orta ASED	461	17.0954	5.28530	0.24616
Yüksek ASED	48	19.6875	5.90764	0.85270
Toplam	526	17.3175	5.46504	0.23829

Tablo 50’ de görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça Yaşam Amaçları Ölçeği’nin Maddi Kazanç alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükselmektedir.

Tablo 51. YAÖ Maddi Kazanç Alt Boyutu ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	299.984	2	149.992	5.101	0.006
Gruplar İçi	15379.995	523	29.407		
Toplam	15679.979	525			

Tablo 51’ de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği’nin Maddi Kazanç alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki vardır. Post Hoc LSD değerleri Tablo 53’te verilmiştir.

,

Tablo 52. YAÖ' nün Maddi Kazanç Alt Boyutunun ASED Karşılaştırmalarına İlişkin LSD

ASED	ASED	Farkların Ort.	Std. Hata	Sig.
Düşük ASED	Orta ASED	-0.44839	1.33926	0.738
	Yüksek ASED	-3.04044	1.53052	0.047
Orta ASED	Düşük ASED	0.44839	1.33926	0.738
	Yüksek ASED	-2.59206	.82246	0.002
Yüksek ASED	Düşük ASED	3.04044	1.53052	0.047
	Orta ASED	2.59206	.82246	0.002

Tablo 52 incelendiğinde Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Maddi Kazanç alt boyutundan alınan puanlar açısından yüksek ASED'i olan bireyler ile düşük ASED'i olan bireyler arasında ve yüksek ASED'i olan bireyler ile orta ASED'i olan bireyler arasında yüksek ASED'i olan bireylerin lehine anlamlı fark bulunmuştur. Ancak Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Maddi Kazanç alt boyutundan alınan puanlar açısından, orta ASED'i olan bireyler ile düşük ASED'i olan bireyler arasında anlamlı bir fark bulgulanmamıştır.

Tablo 53. Öğrencilerin YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ASED'in Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	16.2941	4.26856	1.03528
Orta ASED	461	18.3210	4.54889	0.21186
Yüksek ASED	48	20.3333	4.15822	0.60019
Toplam	526	18.4392	4.55225	0.19849

Tablo 53' de ise, öğrencilerde algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Fiziksel Görünüm alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükseldiği görülmektedir.

Tablo 54. YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ve ASED Değişkenlerine Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	256.871	2	128.436	6.323	0.002
Gruplar İçi	10622.682	523	20.311		
Toplam	10879.553	525			

Tablo 54'te görüldüğü gibi öğrencilerin ASED düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Fiziksel Görünüm alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki vardır. Post Hoc LSD değerleri Tablo 55' te gösterilmiştir.

Tablo 55. YAÖ Fiziksel Görünüm Alt Boyutu ASED Karşılaştırmalarına İlişkin LSD

ASED	ASED	Farkların Ort.	Std. Hata	Sig.
Düşük ASED	Orta ASED	-2.02692	1.11303	0.069
	Yüksek ASED	-4.03922	1.27197	0.002
Orta ASED	Düşük ASED	2.02692	1.11303	0.069
	Yüksek ASED	-2.01229	0.68352	0.003
Yüksek ASED	Düşük ASED	4.03922	1.27197	0.002
	Orta ASED	2.01229	0.68352	0.003

Tablo 55 incelendiğinde Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Fiziksel Görünüm alt boyutundan alınan puanlar açısından yüksek ASED'i olan bireyler ile düşük ASED'i olan bireyler arasında ve yüksek ASED'i olan bireyler ile orta ASED'i olan bireyler arasında ASED'i yüksek olan bireylerin lehine anlamlı fark bulunmuştur. Ancak yaşam amaçları ölçeğinin Fiziksel Görünüm alt boyutundan alınan puanlar açısından, orta düzey ASED'i olan bireyler ile düşük düzey ASED'i olan bireyler arasında anlamlı bir fark bulgulanmamıştır.

Tablo 56. Öğrencilerin YAÖ Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu ASED'nin Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	16.1765	2.57961	0.62565
Orta ASED	461	16.6247	2.60354	0.12126
Yüksek ASED	48	16.9375	2.64500	0.38177
Toplam	526	16.6388	2.60453	0.11356

Tablo 56 incelendiğinde, öğrencilerdeki algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça yaşam Amaçları Ölçeği'nin Sosyal sorumluluk alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükseldiği görülmektedir.

Tablo 57. YAÖ Sosyal Sorumluluk Alt Boyutu ve ASED'e Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arasında	8.008	2	4.004	0.589	0.555
Gruplar İçinde	3553.361	523	6.794		
Toplam	3561.369	525			

Tablo 57' de görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları sosyo-ekonomik düzeyleri ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Sosyal Sorumluluk alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Bu nedenle Post Hoc değerleri dikkate alınmamıştır.

Tablo 58. Öğrencilerin YAÖ Bireysel Farkındalık Alt Boyutu ASED' in Dağılımı

ASED	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Düşük ASED	17	16.8235	2.18619	0.53023
Orta ASED	461	17.1041	2.34011	0.10899
Yüksek ASED	48	16.9375	2.36469	0.34131
Toplam	526	17.0798	2.33428	0.10178

Tablo 58' da görüldüğü gibi öğrencilerdeki algılanan sosyo-ekonomik düzey arttıkça Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Bireysel Farkındalık alt boyutundan aldıkları puanların ortalaması yükselmemektedir.

Tablo 59. YAÖ Bireysel Farkındalık Alt Boyutu ve ASED'e Göre F Testi

	Kareler Toplamı	df	Kareler Ort.	F	Sig.
Gruplar Arası	2.361	2	1.1810	0.216	0.806
Gruplar İçi	2858.285	523	5.465		
Toplam	2860.646	525			

Tablo 59' da görüldüğü gibi öğrencilerin algıladıkları sosyo-ekonomik ile Yaşam Amaçları Ölçeği'nin Bireysel Farkındalık alt boyutundan aldıkları puanla arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Bu nedenle Post Hoc değerleri dikkate alınmamıştır.

3. 5. Genel Öz-yeterlik Ölçeği İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Tablo 60. YAÖ ile YDÖ Arasındaki Korelasyon

		YDÖ
GÖYÖ	r (korelasyon)	0.194
	p (anlamlılık)	0.000
	N	526

Genel Öz-Yeterlik Ölçeği ile Yaşam Doyum Ölçeği arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Bireylerin GÖYÖ'den aldıkları puanlar arttıkça; YDÖ'den aldıkları puanlar da artmaktadır.

3. 6. Yaşam Amaçları Ölçeği ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgular

Tablo 61. YAÖ ile GÖYÖ Arasındaki Korelasyon

		GÖYÖ
YAÖ	r (korelasyon)	0.187
	p (anlamlılık)	0.000
	N	526

Yaşam Amaçları Ölçeği ile Genel Öz-yeterlik Ölçeği arasında pozitif yönde ilişki vardır.

Yaşam Amaçları Ölçeği ile Yaşam Doyumu Ölçeği Arasındaki Korelasyon

Tablo 62. YAÖ ile YDÖ Arasındaki Korelasyon

		YDÖ
YAÖ	r (korelasyon)	0.075
	p (anlamlılık)	0.087
	N	526

Yaşam Amaçları Ölçeği ile Yaşam Doyum Ölçeği arasında pozitif yönde ilişki vardır, öğrencilerin yaşam amaçlı ölçeğinden aldıkları puan arttıkça yaşam doyumları ölçeğinden aldıkları doyumda artmaktadır.

Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutları ile Genel Öz-yeterlik Ölçeği Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 63. YAÖ Alt boyutları ile GÖYÖ Arasındaki Korelasyonlar

		Kişisel Gelişim	Maddi Kazanç	Fiziksel görünüm	Sosyal Sorumluluk	Bireysel Farkındalık
GÖYÖ	r (korelasyon)	0.135	0.092	0.080	0.198	0.126
	p (anlamlılık)	0.002	0.036	0.066	0.000	0.004
	N	526	526	526	526	526

Genel Öz-yeterlik Ölçeği ile Yaşam amaçları Ölçeği'nin alt boyutları arasında pozitif yönde ilişki bulgulanmıştır.

Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutları ile Yaşam Doyumu Ölçeği Arasındaki Korelasyonlar

Tablo 64. YAÖ Alt boyutları ile YDÖ Arasındaki Korelasyonlar

		Kişisel Gelişim	Maddi Kazanç	Fiziksel görünüm	Sosyal Sorumluluk	Bireysel Farkındalık
YDÖ	r (korelasyon)	0.148	-0.086	0.009	0.140	0.125
	p (anlamlılık)	0.001	0.049	0.836	0.001	0.004
	N	526	526	526	526	526

Yaşam Doyumu Ölçeği ile Yaşam amaçları Ölçeği'nin Kişisel Gelişim, Fiziksel görünüm, Sosyal Sorumluluk ve Bireysel Farkındalık alt boyutları arasında pozitif yönde ilişki bulgulanmışken, Maddi Kazanç alt boyutu arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA VE YORUM

Yaşam amaçlarını ölçmek neden bu kadar önemlidir? Psikolojik danışma ve rehberliğin en önemli hizmet alanlarından biri olan bireyin kendisini tanımasına yardımcı olmak ve hayattaki yaşam amaçlarını ortaya koymasında seçeneklerini göstermek hayatını anlamlandırmasını sağlamaktır.

Bireyin yaşam amaçlarını belirlemede bunlara ulaşmasında ve bu süreçte yaşamdan aldığı doyumun kendisini gerçekleştirmesine ne ölçüde yardımcı olduğu, hayatı anlamlandırma sürecinde önemli bir yer tutar. Çalışmanın bu kısmında araştırmadan elde edilen bulgular ışığında belirtilen denencelere uygun olup olmadığı karşılaştırılmıştır ve yorumlaması yapılmıştır. Elde edilen bulgular denencelerin büyük bir bölümünü destekler niteliktedir.

4. 1. Cinsiyet Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet göre yaşam amacı, yaşam doyumunu ve genel özyeterlik düzeylerinin arasında anlamlı bir farklılık sergileyip sergilemediklerini belirlemek için t Testi kullanılmıştır.

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre genel özyeterlik düzeylerinde fark vardır. Elde edilen bulgular doğrultusunda erkeklerin kadınlara göre ortalama olarak daha yüksek düzeyde genel öz-yeterliğe sahip çıkmaları toplumsal açıdan düşünüldüğünde erkek bireylere toplumda daha fazla önem atfedildiğinin göstergesidir.

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre yaşam doyum düzeylerinde fark vardır. Elde edilen bulgular doğrultusunda kadınların erkeklere göre ortalama olarak daha yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip oldukları bulgulanmıştır. Bu sonuçlara bakıldığında denencemizi destekler nitelikte bir sonuçla karşılaşmadığımızı görmekteyiz. Fakat alınan ortalama puanlar arasında çok küçük fark bulunmaktadır. Kadınların erkeklere nazaran daha rahat ve yaşamdan daha fazla keyif alarak yaşadıkları söylenilebilir. Ataerkil yapının olduğu toplumlarda erkeklerin kadınlara oranla iş hayatı, aile hayatı, ailesindeki bireylerin sorumluluklarını daha fazla yüklenme gibi benzeri faktörlerin etkisiyle kadınlara nazaran daha erken tükenmişlik yaşadıkları bilinen bir gerçektir. Ayrıca intihar oranlarına bakıldığında erkek bireylerde

bu vakaların daha fazla görüldüğü araştırmalarca sabitlenmiştir. Erkeklerin hayata bakış aıllarının daha karamsar olduğu da bu bulguyu destekler niteliktedir. Bunun yanı sıra Sanra'ın 2007'de yaptığı çalışmaya göre de yaşam doyumunu genel öz-yeterlikle dolaylı fakat olumlu yönden etkisi olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırmada elde edilen diğer sonuçlara göre niversite ğrencilerinin cinsiyetlerine göre yaşam amaçlarında fark yoktur. Günümüzde cinsiyetin birçok alanda hedef belirlerken herhangi bir etkide olmadığı yapılan araştırmalarda görülmektedir. Hayatın birçok alanında kadın ve erkek yan yana olmakta ve aynı kulvarlarda boy göstermektedir. Kadının iş yaşamına daha çok girmesi ile özellikle kişisel gelişim, bireysel farkındalık, sosyal sorumluluk boyutlarında erkeklere nazaran daha iyi konumda bulunmaları araştırmada elde edilen bulgularla da desteklenmektedir. Araştırmamızda bu alanlarda daha yüksek puanlar alanların kadınlar olduğu görülmektedir.

4. 1. 1. Cinsiyet ve Yaşam Amaçları lğinin Alt Boyutlarına Yönelik Yorum

Araştırmada elde edilen sonuçlara göre niversite ğrencilerinin cinsiyetlerine göre kişisel gelişim düzeylerinde fark vardır. Elde edilen bulgular doğrultusunda kadınların kişisel gelişim düzeyleri erkeklere göre anlamlı düzeyde farklı çıkmıştır. Bu durum kadınların daha fazla kişisel gelişime önem verdiklerini göstermektedir. Çalışmada elde edilen diğer bulguda ise yaşam amaçları lğinin maddi kazanç alt boyutundan alınan sonuçlar cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Ancak ortalamalar baz alındığında erkeklerin maddi kazanca daha fazla önem verdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Yaşam amaçları lğinin diğer bir alt boyutu olan fiziksel görünümü ise cinsiyete göre fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyete göre fark olan diğer bir alt boyut ise sosyal sorumluluktur. Kişisel gelişimde de olduğu gibi sosyal sorumlulukta da kadınların ortalama aldıkları puanlar olarak erkeklerin aldıkları puanlardan yüksek olduğu saptanmıştır. Bireysel farkındalık boyutunda da cinsiyete göre fark söz konusudur. Kadınlar erkeklere nazaran daha yüksek düzeyde bireysel farkındalığa sahiptir. Yaşam Amaçları lği'nin alt boyutlarından çıkan sonuçları göz önüne alınarak özellikle manevi yapılanmanın ön plana çıktığı kişisel gelişim sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalık gibi alt ölçek alt boyutlardan kadınların daha yüksek düzeyde puanlar aldıkları saptanmıştır. Erkekler ise maddi kazanç boyutundan yüksek puan alarak

maddiyata daha fazla önemsediklerini ortaya koymuşlardır. Çıkan bu sonuçlar araştırmacıların kadınların erkeklere oranla daha duygusal ve manevi değerleri ön planda tutan bireyler oldukları görüşünü desteklemektedir.

4. 2. Yaş Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum

Üniversite öğrencilerinin yaşa göre yaşam amacı, yaşam doyumu ve genel özyeterlik düzeylerinin arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için t Testi kullanılmıştır.

Elde edilen bulgular yaşa bağlı olarak genel özyeterlik, yaşam doyumu ve yaşam amaçlarında fark olmadığını göstermektedir. Ancak yaşa bağlı olarak ölçeklerden alınan ortalama puanlarda yaşla doğru orantılı olarak genel özyeterlik düzeyi, yaşam doyum düzeyi ve yaşam amaçları puanlarının da arttığı görülmektedir. Bireylerin yaşları ilerledikçe yaşamlarında daha fazla sorumluluk almaları bireylerin yaşama karşı daha fazla dirençli olmalarını sağlamaktadır. Karşılaşılan her zorluk karşısında verilen mücadele ve bu mücadeleye bağlı olarak alınan olumlu sonuçlar genel özyeterlik düzeyinin yükselmesine neden olmaktadır. Bu bulgular Bandura'nın öz-yeterlikle ilgili ortaya koyduğu görüşlerle örtüşmektedir. Yaşam doyum düzeyi ve yaşam amaçları puanlarının yaşa bağlı olarak artışının bireyin yaşamda anlam bulma sürecindeki yolculuğunda yaşamdaki amaçlarına ulaşma olasılığının artması, hayatında ulaşmak istediği amaçlara ulaşmış olma gibi Diener'in yaşam doyumu görüşleri ve Franklin'in yaşamın anlamı, yaşam amaçları görüşleri ile örtüşmektedir. Ayrıca Rotter'in da kuramın da yer verdiği beklentinin davranışlarımızın belirleyici olma yönündeki görüşü ile doğru orantılıdır. Bireylerin beklentilerinin doğrultusunda davranması ve bu beklenti sonucunda aldığı haz, yaşam amaçlarının gerçekleşmesinde ve bundan alının yaşam doyumunda yaşa bağlı olarak artış göstermesinin beklenir bir sonuç olduğunu göstermektedir.

4. 2. 1. Yaş ve Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutlarına Yönelik Yorum

Araştırmadan elde edilen sonuçlara yaşa göre Yaşam Amaçları Ölçeği'nin kişisel gelişim, maddi kazanç, fiziksel görünüm, sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalık alt boyutlarında fark bulgulanmıştır. . Ancak 20 yaş altındaki bireylerde kişisel gelişim alt boyutunda aldıkları puanları ortalaması daha yüksektir. Maddi kazanç alt boyutunda ise

ergenlere nazaran 21 yaş ve üzerindeki bireylerde alınan puanlar daha yüksek çıkmıştır. Diğer bir bulgu fiziksel görünümde 20 yaş altı bireylerde daha yüksek puan ortalamasının olduğudur. Bu da genel-geçer bir görüş olan ergenlikte fiziksel görünümün önemli olduğunu ortaya koymakta olduğunu destekler niteliktedir. Sosyal sorumlulukta da 20 yaş ve 20 yaş altı bireylerin daha yüksek puanlar aldıkları görülmektedir. Beklenenden farklı çıkan sonuç ise bireysel farkındalık alt boyutundadır. 20 yaş altındaki bireylerin bu alt boyuttan daha yüksek puanlar almalarıdır. Tüm bu sonuçlara bağlı olarak maddi kazanç 21 ve 21 yaş üstü bireylerin daha yüksek puanlar alarak bu alt boyutun onlar için önemli olduğunu ortaya koymaktadır. 20 yaş ve altı bireylerde ise ön plana çıkan alanların günümüz değer yargılarında ön plana çıkan manevi değerleri ve amaçları kapsayan alt boyutlar da olduğunu görmekteyiz. Günümüzde kişisel gelişim, sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalığın daha ön planda olan alanlar olduğunu yadsımak mümkün değildir. Ayrıca gelişim dönemine uygun olarak da ergenlik dönemine denk gelen fiziksel görünümün önemli olarak bu yaş grubunda çıkması beklenir bir sonuç olmuştur.

4. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum

Algılanan akademik başarıyla ilgili bulgulara ulaşılırken F testinden yararlanılmıştır. Ayrıca hangi gruplar arasında farklılık olup olmadığına bakmak için LSD sonuçları göz önünde bulundurulmuştur. Bunun yanı sıra grup içi ve gruplar arasındaki puanlara bakılmıştır.

4. 3. 1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ve Genel Öz-yeterlik

Elde edilen sonuçlarda algılanan akademik başarı düzeyine bağlı olarak üniversite öğrencilerinde genel özyeterlik düzeylerinden aldıkları puanlar da artmaktadır. Algılanan akademik başarı düzeyi ile özyeterlik arasında anlamlı bir ilişki ve doğru orantı vardır. Aralarındaki fark en fazla yüksek ve orta düzey akademik başarı arasındadır. Bireylerin algıladıkları akademik başarı düzeyinin artması onların genel özyeterlik düzeylerine olumlu olarak etki etmektedir. Bandura'nın olumlu yaşantı ve deneyimlerin genel öz-yeterlik gelişimini olumlu olarak etkilediğini savı ile araştırmada bulunan bu sonuç örtüşmektedir.

4. 3. 2. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Doyumu

Elde edilen sonuçlar aynen genel özyeterlik düzeyinde olduğu gibi algılanan akademik başarıya bağlı olarak da yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar da artmaktadır. Ancak grup içi ve gruplar arası sonuçlara bakıldığında algılanan akademik başarı düzeyi anlamlı olarak yaşam doyumunu yordamamaktadır. Yani bir öğrencinin yüksek derecede başarılı olması demek bu öğrencinin çok iyi düzeyde yaşam doyumuna sahip olacağı anlamına gelmemektedir.

4. 3. 3. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Amaçları

Öğrencilerin akademik başarı düzeyleri arttıkça yaşam amaçları ölçeğinden aldıkları puanlar da o düzeyde artmaktadır. Ancak bu iki değişken arasında anlamlı bir ilişki yoktur.

4. 3. 3. 1. Algılanan Akademik Başarı Düzeyi (AABD) ile Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutları

Akademik başarı düzeyi arttıkça üniversite öğrencilerinde kişisel gelişim düzeyleri artmamaktadır. Algılanan akademik başarı düzeyi orta düzeyde olan öğrencilerin düşük ve yüksekler nazaran daha fazla kişisel gelişim ölçeğinden aldıkları puanların daha yüksek olması bu tip bireylerin orta düzeyde kaygı stres ve benzeri unsurlarda olduklarını göstermektedir. Elde edilen sonuçlarda kişisel gelişim alt boyutundan alınan puanlar ile akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Maddi kazanç alt boyutundan alınan puanlar ise algılanan akademik başarı ile doğru orantılıdır. Bu durum başarı düzeyinin artmasına bağlı olarak maddi kazancın da ön plana çıktığını göstermektedir. Fiziksel görünümde ise algılanan akademik başarı arasında doğru orantı çıkmıştır. Ancak grup içi ve gruplar arasında bu boyutu anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça sosyal sorumluluk düzeyi de artmakla birlikte grup içi ve gruplar arası ölçümlerde sosyal sorumluluk boyutu yordamamaktadır. Son olarak bireysel farkındalık boyutunda ise orta düzeyde akademik başarısı olan bireylerin bireysel farkındalığı daha yüksek düzeydedir. Bundan çıkacak sonuç ne düşük ne de yüksek başarısı olan bireyler gibi orta düzeydeki bireyler uçlarda dolaşmamaktadır.

4. 4. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) Değişkenine İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum

Algılanan sosyo ekonomik düzey ile ilgili bulgulara ulaşılırken F testinden yararlanılmıştır. Ayrıca hangi gruplar arasında farklılık olup olmadığına bakmak için LSD sonuçları göz önünde bulundurulmuştur. Bunun yanı sıra grup içi ve gruplar arasındaki puanlara bakılmıştır.

4. 4. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ve Genel Öz-yeterlik

Elde edilen sonuçlarda algılanan akademik başarı düzeyine bağlı olarak üniversite öğrencilerinde genel özyeterlik düzeylerinden aldıkları puanlar da artmaktadır. Algılanan sosyo-ekonomik düzey ile özyeterlik arasında anlamlı bir ilişki ve doğru orantı vardır. Aralarındaki anlamlı ilişki en fazla yüksek ve orta düzey akademik başarı arasındadır. Yani bireylerin sosyo-demografik özellikleri onların genel öz-yeterlik düzeylerine ne yönde etki edeceğini belirlemektedir. Bireyin bu sosyo-ekonomik düzeyi onun yaşam deneyimlerinin olum ya da olumsuz olmasını, ona sunulan fırsatlar dahilinde başarılı olup olmamamsını etkilediğinden bu yaşantıların niteliği genel öz-yeterliğin gelişimi sürecinde Bandura'nın da öne sürdüğü gibi olumlu ve ya olumsuz deneyimlerin doğrudan bireyin genel öz-yeterliğine etki etmesidir.

4. 4. 2. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Doyumu

Elde edilen sonuçlar aynen genel özyeterlik düzeyinde olduğu gibi algılanan akademik başarıya bağlı olarak da yaşam doyumu ölçeğinden aldıkları puanlar da artmaktadır. Gruplar arası ve grup içi sonuçlara bakıldığında algılanan sosyo ekonomik düzey ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki vardır. Bu ilişki düşük sosyo-ekonomik düzey ile yüksek sosyo ekonomik düzey arasında değişmektedir. Buradan çıkarılacak sonuç yaşam doyumunun uç noktadaki bireylerde değişmekte olduğunu göstermektedir. Ayrıca Acar'ın 2009'da yaptığı araştırmasının sonucunda yaşam doyum oranlarının sosyo-demografik verilerden eğitim düzeyi ve bir işi olma yani geliri olma durumu ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bulunmuştur. Araştırmamızın bu sonucu Acar'ın bulgularıyla örtüşmektedir.

4. 4. 3. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Amaçları

Elde edilen sonuçlara göre sosyo-ekonomik düzey ile yaşam amaçlarının ölçeğinden alınan puanlar arasında doğru orantı vardır. Grup içi ve gruplar arası alınan sonuçlarda aralarında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Sosyo-ekonomik düzeyi arttıkça bireylerin Yaşam Amaçları Ölçeği'nden aldıkları puanlar da artmaktadır. Bu bulgudan yola çıkarak bireylerin refah seviyeleri yükseldikçe kendi yaşamları için koydukları amaç ve hedeflerin niteliği de o düzeyde artmaktadır. Amaçların niteliği konusundaki çıkarımlar YDÖ' nün alt boyutlarından alınan puanlardan yola çıkılarak yapılmıştır. ASED ile yaşam amaçları puanlarının doğru orantılı olarak yükselmesi en çok yüksek ASED ve orta ASED arasında ayrıca yüksek ASED ve düşük ASED arasında dağılmıştır. Yani yüksek sosyo-ekonomik düzeye dahil olan bireyler yaşam amaçları konusunda daha kapsamlı ve daha çok hedefler koymaktadır.

4. 4. 3. 1. Algılanan Sosyo-ekonomik Düzey (ASED) ile Yaşam Amaçları Ölçeğinin Alt Boyutları

Elde edilen sonuçlara göre sosyo-ekonomik düzey ile YDÖ' nün alt boyutlarından Kişisel Gelişim, Sosyal Sorumluluk ve Bireysel Farkındalıkla anlamlı bir fark bulgulanmamıştır. Ancak ASED yükseldikçe Kişisel Gelişim alt boyutundan alınan puanlar da yükselmektedir. Buradan çıkacak sonuç bireylerde sosyo-ekonomik düzeyinin artmasına bağlı olarak kişisel gelişime de bu oranda değer vermektedirler. Sosyal Sorumluluk alt boyutunda da yine ASED yükseldikçe sosyal sorumluluk puanları da artmaktadır. Yani bireyler Maslow' un da öne sürdüğü gibi piramidin en alt basamağındaki fizyolojik ihtiyaçlarını karşıladıktan sonra toplumsal değerlere ve ihtiyaçların ortaya çıkması düşüncesini bu bulgular desteklemektedir. Maddi kazanç alt boyutunda sosyo-ekonomik düzey ile doğru orantılı olup aralarında anlamlı bir ilişki vardır. Bu durum yüksek sosyo-ekonomik düzeyi olan bireylerin maddi kazançta da o oranda yüksek değer verdikleri anlamına gelebilir. Yüksek ile orta ASED olan bireyler arasında ciddi bir fark gözlenmiştir. Fiziksel görünüm alt boyutuna bakıldığında yine doğru orantılı ve grup içi ve gruplar arasından anlamlı bir fark çıkmaktadır. Ayrıca Fiziksel Görünüm alt boyutundan alınan puanlarda ASED yükseldikçe yükselmektedir. Buradaki büyük fark ise düşük ve yüksek ekonomik düzey arasındadır. Bu da bize yüksek refah seviyesine sahip olan bireylerin fiziksel görünümüne diğer iki ASED

grubundan daha fazla önemsedikleri sonucunu çıkarmamızı sağlamaktadır. Sosyo ekonomik düzey ile bireysel farkındalık arasında anlamlı bir ilişki çıkmamış ayrıca alınan puanlar göz önünde tutulduğunda da orta sosyo ekonomik düzeyde ki bireylerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Bu da uç sosyo ekonomik düzeyde yer alan bireylerin bireysel farkındalıklarına yeteri kadar değer vermediklerini ortaya koymuştur.

4. 5. Genel Öz-yeterlik Ölçeği ve Yaşam Doyum Ölçeği Arasındaki Korelasyona İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum

GÖYÖ ile YDÖ arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Genel öz-yeterlik düzeyi arttıkça yaşam doyum düzeyinin de artacağını da söyleyebiliriz. Şahin'in 2010' da yaptığı araştırmasında yaşam doyum düzeyi düşük olan bireylerin kişisel başarı duygusunda da azalma olduğunu bulgulanmıştır. Kişisel başarı duygusunun, Bandura'nın dediği gibi olumlu yaşam deneyimi olarak düşünürsek genel öz-yeterliğe katkısının da olumlu yönde olacağını söylemek mümkündür. Bu da bize kişisel başarı duygusunun genel öz-yeterliği dolaylı yoldan etkilediğinin düşünürsek bireyin genel öz-yeterliğinden kaynaklı başarısızlık duygusunda Şahin'e göre de yaşam doyum düzeyinin azaldığını bildiğimizden genel öz-yeterlik düzeyi ile yaşam doyum düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki kurabiliriz.

4. 6. Yaşam Amaçları Ölçeği ve Alt Boyutlarına İlişkin Bulgulara Yönelik Yorum

Yaşam amaçları ölçeğinin ve alt boyutlarının genel öz yeterlik ve yaşam doyumunu ile ilişkisine bakmak için korelasyon yöntemi kullanılmıştır. Genel öz-yeterlik ölçeği ile yaşam amaçları ölçeği arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Yani bir bireyin genel öz-yeterlik düzeyinin yüksek olması yaşam amaçlarına daha sıkı sarılması anlamına gelmektedir.

Genel özyeterlik ölçeği ile yaşam amaçları ölçeğinin alt boyutlar arasındaki ilişkilere bakıldığında en yüksek düzeydeki ilişki genel öz-yeterlik ile sosyal sorumluluk arasında çıkmıştır. En düşük düzeyli ilişki ise fiziksel görünüm ile arasında çıkmıştır. Kişisel gelişim sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalık arasında anlamlı bir ilişki varken maddi kazanç ve fiziksel görünüm arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Buradan çıkacak

sonuç soyut kavramlar olan kişisel gelişimi, sosyal sorumluluğu, bireysel farkındalığı genel özyeterlik düzeyi daha da arttırmaktadır.

Yaşam doyumu ölçeği ile yaşam amaçları ölçeğinin alt boyutlar arasındaki ilişkilere bakıldığında en yüksek düzeydeki ilişki kişisel gelişim ile yaşam doyumu arasında çıkmıştır. Yaşam amaçları ölçeğinin, kişisel gelişim, fiziksel görünüm, sosyal sorumluluk ve bireysel farkındalık alt boyutları arasında pozitif yönde bir ilişki varken maddi kazançta negatif yönlü bir ilişki bulgulanmıştır. Yaşam doyumunun, yaşam amaçlarının alt boyutlarından daha çok somut olan maddi kazanç alt boyutu ile negatif yönde çıkması yaşam doyumunun maddesel herhangi bir şeye sahip olmakla oluşmayacağını bize göstermektedir. Kişisel Gelişim, Fiziksel Görünüm, Sosyal Sorumluluk ve Bireysel Farkındalık alt boyutlarının bireyin kendini gerçekleştirme Maslow' un piramidinden yola çıkarak dolaylı ya da dolaysız olarak etkide bulunan unsurları içerdiğinden bulgularımızı destekler nitelikte pozitif yönde ilişkide olduğunu söylemek mümkündür.

SONUÇ VE ÖNERİLER

* Yaşam amacı ölçeğinin alt boyutlarından biri olan bireysel farkındalığın eğitim-öğretim ortamlarında geliştirilmesi gerekmektedir. Bunun sağlanması sadece akademik başarının artırılmasına bağlı kalmakla yeterli değildir. Bunun yanı sıra kişisel-sosyal rehberlik faaliyetlerine özel bir önem verilmelidir. Bunun için sistematik psikolojik danışma süreçleri yapılandırılmalıdır.

* Özellikle orta ergenlik döneminin en yoğun olduğu zamanı içeren orta öğrenim dönemine beden imajı konusunda ders içerikleri rehberlik faaliyetleri hazırlanmalı bireylerin kendi bedenini olduğu kabul etmeleri için gerekli psikolojik hazırlar sağlanmalıdır. Böylelikle ileride kendi beden imajı algısı bozuklukları ve buna bağlı psikosomatik rahatsızlıklar (örneğin, anoreksiya nervroza, bulimia nervroza, depresyon vb.) için önleme faaliyetleri yapılmış olacaktır. Genel-öz yeterlik fiziksel görünümü ve beden algısını etkilemektedir. Düşük genel-öz yeterlik vücut ile ilgili durumlara karşı duyarlılığı artırırken yüksek genel-öz yeterlik düzeyi vücut ile ilgili durumların çağrışımının hoşla gitmesini aynı oranda artırır, bulgusunu 2004 yılında yaptığı araştırmayla Petrovich ortaya koymuştur. Bununla birlikte yeme bozukluğunun nedenlerinin psikolojik, genetik, sosyal ve ailesel faktörlerin de katkısı olduğu düşünülmektedir. Bazı araştırmalara göre medya yeme problemlerinin artışında etkin olmaktadır. Reklamlardaki, filmlerdeki, televizyondaki ve spor programlarındaki birçok kadın çok zayıftır; bu da gençlerin güzelliği zayıflıkla özdeşleştirmesine neden olmaktadır. Erkekler de medyada idealize ettikleri karakterlere benzemek için kilo vermeye veya aşırı egzersize yönelebilmektedir. Sıklıkla yeme bozukluğu olanlarda kendine güven ve öz-yeterlik sorunu vardır, zayıflamaya odaklanarak özgüvenlerini kazanmaya çalışırlar (www.saglikbilgisi.com/makale/%C3%87ocuklarda+ve+Gen+%C3%A7lerde+Yeme+Bozukluklar%C4%B1).

* Bireyin sosyal sorumluluğu üzerine sadece kendi dünyasına kapanma değil çevresi ve dünya için bir şeyler yapma duygusu (dışa adanmışlık) kazandırılmalı; bunun sağlanması için atılganlık, sosyal karşılaştırma, benlik saygısı, üretken olma güdüsü gibi davranış değiştirme ve kazandırma programlarını kapsayan grupla psikolojik danışma oturumları yapılandırılmalıdır.

* Yaşam Amaç Ölçeğindeki sosyal sorumluluk alt boyutu ile ilgili benmerkezci yaklaşımdan uzaklaşmak, dünyada ve çevresinde olup bitenleri takip etmek, dünyaya ve insanlığa kendinden bir şeyler kazandırmak, yani dünyaya ait olmak duygusu kazandırmak için ders içerikleri günlük olaylarla bağlantılı olmalıdır.

* Bireylerin genel öz-yeterlik algısının hayatının tüm evrelerine yansıdığı unutulmamalıdır. Genel öz-yeterliği yüksek olan bireylerin amaç belirleme ve bu amaçlara ulaşmada daha başarılıdırlar. Amaçlarına ulaşan bireylerin yaşamdan doyum almada daha yüksek düzeydedirler. Genel öz-yeterlik algısı ne kadar gerçekçi olarak algılanırsa birey ulaşmayı istediği amaçları da o kadar gerçekçi olarak belirleyecektir ve başarısız olma ihtimalini en aza indireyecektir. Bu doğrultuda başarısızlığın genel öz-yeterlik düzeyini ve yaşam doyum düzeyini olumsuz etkileme ihtimalini de azaltacaktır. Bu nedenle bireyin gerek aile eğitiminde gerekse okul eğitiminde bireysel farkındalığı; kendisiyle ilgili gerçekçi algılama yaşantıları çoğaltılmalıdır. Bireyin kendisini çok iyi tanıması sağlanarak, genel öz yeterlik algısına uygun düzeyde amaçlar belirleyerek başarılı olma ihtimalini yükseltecek bu da genel öz-yeterlik algısı ve yaşam doyum düzeyini olumlu olarak etkileyecektir. Bireyin kendisini tanımada, bireysel farkındalığını arttırmada Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik alanındaki uzmanların aile ve okul yaşantısı içerisinde bu alana yönelik çeşitli programlar yapılandırılabilir. Genel öz-yeterlik algısının kaynakları ve gelişim süreçleri hakkında ailelere ve öğretmenlere bilgilendirilme çalışmaları yapılmalıdır. Aileler ve öğretmenler bireyin kendi yeteneklerine uygun sorumluluklar almasını sağlayarak başarıyı yaşamasını, bireyin genel öz-yeterlik algısının gelişimine katkıda bulunmasını sağlayacaktır. Bu durum bireyin daha zor görev ve sorumlulukları amaç edinerek başarıya çabasını tetikleyecek zorluklar karşısında çabuk pes etmemesini sağlayacaktır. Böylece bireyin yaşam amaçlarının diğer bir alt boyutu olan kişisel gelişim sürecine de katkı sağlayacaktır.

* Bireylerin yaşamdan doyum alması ve yaşam amaçlarını gerçekleştirmeleri için en önemli unsurlardan biri de maddi yönden doyum kazanmalarındır. Maddi yönden bireyin doyum kazanması için kendi gizil güçlerinin farkında olması gerekmektedir. Bunun için bireysel rehberlik ve kişisel rehberlik boyutu ön plana çıkar. İyi bir şekilde yapılandırılan ve bireye kendini tanıması yönünde olanak sunan bireysel rehberlik ve

kişisel rehberlik mesleki rehberlik ile eş güdüm sağlarsa bireyin yaşamı boyunca maddi olarak tatmin olacağı bir iş yapmasını sağlayacaktır. Maddi yönden tatmin olan bir bireyin yaşam amaçlarını gerçekleştirmesi daha kolay olacaktır. Sonuç olarak bireysel rehberlik ve mesleki rehberlik birbiriyle eş güdüm halinde yürütülmelidir.

* Bireylere amaç kazandırma çalışmaları yapılandırılırken mutlaka bireysel farklılıklar göz önünde bulundurulmalıdır. Ayrıca üniversiteye, iş hayatına yeni atılan bireylerin daha iyi standartlarda eğitim almaları iş hayatına daha iyi şartlarda hazırlanmaları için hem eğitim-öğretim ortamı içinde hem de iş ortamında swot analizi çalışması yapılmalıdır. Bir öz değerlendirme yöntemi olan bu çalışma sayesinde birey hem bulunduğu ortamın hem de bireysel durumunun avantaj ve dezavantajların farkına varacaktır.

* Bireylerin yaş, cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzeyleri göz önüne alınıp gelişimsel rehberlik kapsamında yeni yeni ön plana çıkmaya başlayan toplumsal gelişim merkezleri koordinasyonunda psiko-eğitim çalışmaları yapılabilir. Özellikle bu çalışmalar yaşam amacını kaybetmiş hayattan bir beklentisi olmayan eşinden ciddi oranda şiddete maruz bırakılmış kadınlar üzerinde yapılabilir.

* Yaşam amacının alt boyutlarından olan kişisel gelişimin fiziksel, sosyolojik, psikolojik açıdan ayrı ayrı analizi yapılmalıdır. Diğer alt boyut olan kişisel farkındalığa katkıda bulunulmalıdır. Bunun için hem meslek alanlarında hem bireylerin kişisel becerilerinde daha fazla spesifikleştirilmiş olarak olgular ortaya konmalıdır. Bireyin neyi yapıp neyi yapamayacağını belirlemek gizil güç ve yeteneklerini ortaya koyma açısından önemlidir. Kendini tanıyan birey ona göre yaşam amacı belirler ve bu yönde kazanımlar edinmeye başlar. Hedefleri belli olan birey zamanı iyi kullanır kendi özel alanında kişisel gelişimini sağlar.

* Psikolojik danışma ve rehberliğin ön plana çıkardığı temel unsur insandır. Bundan dolayı bireyde yaşam amacı belirlerken bireyi ön plana çıkaran eğitim plan ve programları yapılmalıdır. Klasik eğitim anlayışı terk edilerek bireyin eğitim ortamına aktif katılımını sağladığı yaparak yaşayarak öğrenme sağlanmalıdır.

* Yaşam amacının bir alt boyutu olan sosyal sorumluluk ya da dışı adanmışlık kapsamında bireylerin çevresiyle daha rahat ilişki kurabilmeleri için iletişim becerileri

açısından yeterli düzeyde olması gerekir. Bunun sağlanması için hem bireysel hem de grupla psikolojik danışma etkinlikleri yapılabilir. Özellikle bu grupla psikolojik danışma etkinliklerinde atılganlık eğitimleri ön plana çıkarılabilir.

KAYNAKÇA

- ACAR, Meryem (2009), *Zihinsel Ve Fiziksel Özürlü Çocuğa Sahip Anne Ve Babaların Yaşam Doyumu Ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi*: Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
- AKANDERE, Mehibe (2003), *Huzurevinde Kalan Yaşlılarda Fiziksel Aktivitelerin Yaşam Doyum Düzeylerine Etkisi*: Selçuk Üniversitesi.
- ALGAN, C. Esra (2006), *Özel Okullarda Görev Yapan Sınıf Öğretmenlerinin Eğitimde Bilgi Teknolojileri Kullanımı Öz-Yeterlilikleri Ve Derslerinde Bilgi Teknolojilerinden Yararlanma Durumları*: Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Ana Bilim Dalı Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bilim Dalı.
- ALTIPARMAK, Saliha (2009), “Çalışmada Huzurevinde Yaşayan Yaşlı Bireylerin Yaşam Doyumu, Sosyal Destek Düzeyleri ve Etkileyen Faktörler”, *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, Cilt 23, Sayı 3, s.159-164.
- ANNAK, B. Bilge (2005), *Sosyal Destek, Sosyal Ağ, Yaşam Kalitesi Ve Yaşam Doyumu: Duygu-Durum Ve Anksiyete Bozukluğu Tanısı Alan Kişiler Ve Düzenli Hemodiyaliz Tedavisi Gören Hastalar Açısından Bir Karşılaştırma*: Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.
- ARSLAN, S., A. Çelebioğlu ve A. Tezel, (2008), “Kemoterapi Alan Kanserli Hastalarda Depresyon Ve Yaşam Doyumunun Belirlenmesi” *Türkiye Klinikleri Journal Of Cardiovascular Sciences*, Cilt 28, Sayı 5, Erzurum.
- AŞKAR, Petek ve Aysun Umay (2001), “İlköğretim Matematik Öğretmenliği Öğrencilerin Bilgisayarla İlgili Öz-Yeterlilik Algısı”, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 1–8.

- AVŞAROĞLU, S., M. Engin Deniz ve Ali Kahraman (2005), “Teknik Öğretmenlerin Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi”, *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14, 115–129.
- AVŞAROĞLU, S., M. Engin Deniz ve Ali Kahraman. “Teknik Öğretmenlerde Yaşam Doyumu İş Doyumu ve Mesleki Tükenmişlik Düzeylerinin İncelenmesi”, www.sosyalbil.selcuk.edu.tr/sos_mak/makaleler/.../115-130.pdf, 27.08.2010
- AY, Bilgen (2007), *Öğretmenlerin Öz-Yeterlikleri Ve Örgütsel Vatandaşlık Davranışı*: Yüksek Lisans Tezi, Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı Sınıf Öğretmenliği Bölümü, Afyonkarahisar.
- AYDEMİR, Deniz (2009), *Görme Engelli Türk Ergenler Yaşam Doyumunu Yordayan Etmenler*: Yüksek Lisans Tezi, ODTÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara.
- AYDIN, Ayhan (1999), “Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi”, Anı Yayıncılık, Ankara.
- AYSAN, Ferda ve Zahit Harmanlı (2003), “Yaşam Doyumunu Yordamada, Yaşam Uyumu, Öz-yeterlik ve Başaçıkma Stratejileri” *VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri*, s.93, Malatya.
- BAL, Esra Atilla (2008), *Öz-Yeterlik, Ortamsal Faktörler Ve Esenlik: İşe Gönülden Adanmanın Etkisi*: Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İngilizce İşletme Anabilim Dalı, İstanbul.
- BALCI, Ali (1995), “Sosyal Bilimlerde Araştırma”, 72. *TDFO*, Bilgisayar Yayıncılık, Ankara.
- BANDURA, A. (1999), *A social Cognitive Theory Of Personality*. In Pervin&John (Ed.), *Handbook Of Personality*, (2 nd., pp.154-196), New York, Guilford Publications, (Reprinted in D.Cervone& Shoda (Eds.), *The Coherence Of Personality*, <http://www.des.emory.edu/mfp/Bandura1999HP.pdf> 02.10.2010

- BANDURA, A. (1977), *Self-efficacy: Toward a Unifying Teory of Behavioral Change*. *Psychological Review*, Vol. 84, No:2, 191-215;
<http://www.des.emory.edu/mfp/Bandura1977PR.pdf> 21.10 2010
- BANDURA, A. (1989). *Social cognitive theory*. In E. Barnouw (Ed.), *International encyclopedia of communications* (Vol. 4, pp. 92-96). New York: Oxford University Press.
- BANDURA, A. (1994), *Self Efficacy*. In V.S.Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*, (Volume. 4, pp.71–81), New York: Academic Pres, (Reprinted in H.Friedman.(Ed.), *Encyclopedia of mental health*, San Diego, Academic Pres.
<http://www.des.emory.edu/mfp/Bandura1994EHB.pdf> 21.10 2010
- BANDURA, A. (1994). Self-efficacy. In R. J. Corsini (Ed.), *Encyclopedia of psychology* (2nd ed., Vol. 3, pp. 368-369). New York: Wiley.
- BANDURA, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health Education & Behavior*, 31, 143-164.
- BANDURA, A. Barbaranelli, C.; Cappara, G. V.; Pastorelli, C.(1996). Multifaceted Impact of Self-Efficacy Beliefs on Academic Functioning. (Ebsco Host Research Databases Academic Search Premier, *Child Development*, Jun., Vol. 67 Issue 3.
- BANDURA, A.(1989) *Social cognitive theory*, In R.Vasta (Ed.), *Annals of Child Development*. Vol.6, Six Theories Of Child Development, pp.1-60, Greenwich, CT: JAI Pres. <http://www.des.emory.edu/mfp/Bandura1989ACD.pdf> 02.10.2010
- BANDURA, A.(1993). *Perceived Self-Efficacy in Cognitive Development and Functioning*. (Ebsco Host Research Databases Academic Search Premier, *Educational Psychologist*, Spring, Vol. 28 Issue 2.
- BANDURA, A.(2001). *Social Cognitive Theory of Mass Communications*, *Media Psychology*, Vol. 3 Issue 3.
- BANDURA, A.(2001). *Social Cognitive Theory*, *Annual Review of Psychology*, Vol. 52 Issue 1.

- BANDURA, A., (1977). *Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change*. Psychological Review, 84, 191–215.
- BANDURA, A., (1998). *Health promotion from the perspective of social cognitive theory*. Psychology and Health, 13, 249–623.
- BANDURA, A.; Ballesteros, R. F.; J. D. Nicolas; G. V. Caprara; C. Barbaranelli, (2002). *Determinants and Structural Relation of Personal Efficacy to Collective Efficacy*, Applied 248 Psychology: An International Review, Jan., Vol. 51 Issue 1.
- BANDURA, A.; K. Bussey,(1999), *Social Cognitive Theory of Gender Development and Differentiation*, Psychological Review.
- BULUT, Nergüz (2007), “Okul Psikolojik Danışmanlarının Yaşam Doyumu, Stresle Başa Çıkma Stratejileri Ve Olumsuz Otomatik Düşünceleri Arasındaki İlişkileri” *Türk PDR (Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi)*, Sayı 27, s. 1-13, İzmir.
- BURGER, Jerry M. (2006), *Kişilik*, 1. Basım, Çev.:İnan Deniz Erguvan Sarioğlu, Kaknüs Yayınları, İstanbul, s. 186, 421, 424.
- BÜYÜKÖZTÜRK, Şener (2009), *Sosyal Bilimler İçin Veri analizi El Kitabı*, 10. Baskı, Pegem Yayınları, s.123, Ankara.
- CHOI, N.,D. Fuqa; W.B. Griffin, (2001).*Exploratory Analysis Of The Structure Of Scores From The Multidimensional Scales Of Perceived Self-Efficacy*, Educational & Psychological Measurement, Jun.2, Vol. 61 Issue 3.
- CÜCELOĞLU, Doğan (2004), *İnsan ve Davranışı*, 13. Basım, s.486, İstanbul.
- ÇAKIR, M. A. Kaya (2007), *Sosyal Bilişsel Öğrenme Kuramı, Eğitim Psikolojisi*, Pegem Yayıncılık, Ankara.
- ÇATALBAŞ, S. Arzu (1998), *Üstün Yetenekli Öğrencilerin Yetkinlik Beklentileri: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- ÇEÇEN, A. Rezan (2008), “Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordamada Bireysel Bütünlük (Tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu Ve Benlik Saygısı” *Eğitimde Kuram ve Uygulama, Journal of Theory and Practice in Education Makaleler/Articles*, 4 (1):19-30, Adana.
- ÇETİN, Barış (2008), “Fen Bilgisi Öğretimi Dersinin Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalı 3.Sınıf Öğrencilerinin Fen Öğretimindeki Öz-Yeterlik İnançlarına Etkisi” *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt 10, Sayı 2.
- ÇETİN, Barış (2007), *Yeni İlköğretim Programı (2005) Uygulamalarının İlköğretim 4. Ve 5. Sınıf Öğrencilerinin Çalışma Alışkanlıkları İle Öz-Yeterliliklerine Etkisi ve Öğrencilerin Program Hakkındaki Görüşleri: Doktora Tezi*, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü İlköğretim Ana Bilim Dalı Sınıf Öğretmenliği Bilim Dalı.
- ÇETİN, F. ve A. Fıkrıkoca (2009), “Rol Ötesi Olumlu Davranışlar Kişisel ve Tutumsal Faktörlerle Öngörülebilir Mi?” *Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi* Cilt 65, Sayı 4, s.41-66.
- ÇIVİTÇİ, Asım (2009) “İlk Ergenlikte Mantıkdışı İnançlar Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiler” *Ejer(Eurasian Journal Of Educational Research)*, Sonbahar Sayı 37.
- DAĞDELEN, Mutlu (2008), *Üretim Ve Hizmet Sektöründe Çalışan İşçilerde Ruhsal Sağlık Düzeyi, Ruhsal Belirti Dağılımı, Algılanan Sağlık, İş Doyumu, Yaşam Doyumu Ve Sosyodemografik Özelliklerinin Karşılaştırılması: Uzmanlık Tezi*, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi, Malatya.
- DIENER E, Biswas ve R. DIENER (2002), *Will money increase subjective well-being? A literature review and guide to needed research*. Soc Indic Res, 57: 119-169.
- DIENER E, C. DIENER, M. DIENER (1995), *Factors predicting the subjective well-being of nations*. *J Pers Soc Psychol*, 69: 851-864.
- DIENER E, Seligman MEP(2004), *Beyond money: Toward an economy of well-being*. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, p.1-31.

DIENER, E; R.A. EMMONS; R.J LARSEN,; S. GRIFFIN (1985), “*The Satisfaction With Life Scale*”. *Journal of Personality Assessment*. 49 (1), p.71-75.

DİNGİLTEPE, Timur (2009), *Parçalanmış Ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyleri İle Yaşam Kalite Düzeylerinin Karşılaştırılması: Yüksek Lisans Tezi*, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı.

DORAHY MJ, CA LEWIS, JF SCHUMAKER ve ark.(2000), *Depression and life satisfaction among Australian, Ghanaian, Nigerian, Northern Irish, and Swazi University Students*. *J Soc Behav Pers*, 15, p. 569-580.

ELIZABETH M. V.; Q. S. RICHARD; M. GLORIA; M. CAROLYN ; S. SUZETTE, (2004), *Conflict Resolution Styles, Self-Efficacy, Self Control, and Future Orientation of Urban Adolescent*. *Professional School Counseling*, Oct., Vol. 8 Issue 1, p.73-80.

EREN, T. Arslan (2008), *Onkoloji Hemşirelerinin İş Doyumu Ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi: Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı.

FRANKL,V. (1997), *İnsanın Anlam Arayışı*, Çev.: Selçuk Budak, Öteki Yayınevi, Ankara.

FROMM, E. ‘*To Have or To Be*’ Çev: Aydın ARITAN(2003), ‘*Sahip Olmak ya da Olmak*’, Arıtan Yayınevi, İstanbul s.101, s.121.

GEÇTAN, Engin (1991), *Psikanaliz ve Sonrası*, Remzi Kitabevi, İstanbul.

General Percieved Self-Efficacy Scale, 2007

<http://userpage.fu-berlin.de/health/selfscal.htm> 21.12.2010

GÜLER, Meltem (2007), *Kuşaklararası Annelik Bilişleri, Kişilik Özelliği, Yaşam Doyumu Ve Çocuk Yetiştirme Hedefleri: Yüksek Lisans Tezi*, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı.

GÜMÜŞBAŞ, Betül (2008), *Stresle Başa Çıkma Yolları Eğitim Programının İlköğretim 2. Kademe Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Yöntemleri Ve Yaşam*

Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı.

GÜNDOĞAR, D.; S. S. GÜL; E. USKUN; S. DEMİRCİ; D.KEÇECİD (2007), ‘*Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi*’ *Üzerine Araştırma Klinik Psikiyatri*, 10, s.14-27.

HİLOOĞLU, Sehir (2009), *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Zorbaca Davranışlarını Yordamada Sosyal Beceri Ve Yaşam Doyumunun Rolü*: Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.

İLHAN, Tahsin (2009), *Üniversite Öğrencilerinin Benlik Uyumu Modeli: Yaşam Amaçları, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ve Öznel İyi Oluş*: Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı.

KAYA, A. ve M. Diğdem Siyez (2008), “Farklı Sosyometrik Statülerdeki İlköğretim Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi” *Ejer(Eurasian Journal Of Educational Research)*, Yaz, Sayı 32.

KAYA, B. ve C. DÖNMEZ (2008), ‘*Sosyal Bilgiler Öğretmen Adaylarının Üst Düzeyli Düşünme Becerilerinin Öğretimi İle İlgili Öz-Yeterlik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*’ *TSA / Yıl: 12, S: 3.*

KEMER, Gülşah (2006), *Öz-Yeterlik, Umut Ve Kaygının Onbirinci Sınıf Öğrencilerinin Üniversite Giriş Sınavı Puanlarını Yordamadaki Rolü*: Yüksek Lisans Tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Bölümü.

KIRTIL, Sümeyra (2009), *İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Düzeyleri İle Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi*: Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri ABD Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı.

- KÖKER, S. (1991), *Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyinin Karşılaştırılması: Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- LINNENRINK, E. A; P. R. PINTRICH (2003), *The Role Of Self-Efficacy Beliefs In Student Engagement And Learning In The Classroom*. Reading & Writing Quarterly, Apr-Jun., Vol. 19 Issue 2.
- NEUGARTEN, B.L. ve diğ. (1961), “*The Measurement of the Life Satisfaction*”, *Journal of Gerontology*, 16, p.134-143.
- ONUR, Bekir (2004), *Gelişim Psikolojisi Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm*, 6. Baskı, İmge Kitabevi, s.40, 58, 117 Ankara.
- ÖZEN, A., E. Yüksel, R. Özen, E. Atıl, A. Yaşar ve H. Yerlikaya (2007), “*Klinisyen Veteriner Hekimlerin Yaşam Doyumları Üzerine Bir Çalışma*” *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Veteriner Dergisi*, Cilt 21, Sayı 1, s. 5-10.
- ÖZER, Melek ve Ö. Özsoy Karabulut (2003), “*Yaşlılarda Yaşam Doyumu*”, *Turkish Journal Of Geriatrics*, 6 (2), 72-74.
- ÖZER, Melek (2001), *Huzurevinde Ve Aile Ortamında Yaşayan Yaşlıların Özbakım Gücü Ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi: Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Programı.
- ÖZTÜRK, Gülay (2008), *Devlet İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Çalışma Koşulları, Öz-Yeterlilikleri Ve Mesleki Benlik Saygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İngilizce İşletme Anabilim Dalı.
- PETROVICH, A.(2004), *Teaching Notes: Using Self-Efficacy Theory in Social Work Teaching*, Journal of Social Work Education, Fall, Vol. 40 Issue 3.
- PRAGER, E. (1996), *Exploring Personal Meaning in an age differentiated Australian sample: Another look all the sources of Meaning Profile(SOMP)* *Journal of aging Studies* Vol.10/2, pp117-136.

- RANST, Nancy, V. and Alfons MARCOEN, (1997), *Meaning Life Of Young Elderly Adults: An Examination Of The Factorial Validity and Invariance Of The Life Regard Index* Personality and Individual Differences Vol. 22/6 p. 877-884.
- RASK K; P. ASTEDT-KURKI; P. LAIPPALA (2002) *Adolescent subjective well-being and realized values*. J Adv Nurs, 38, p. 254-263.
- SAĞLAM, Fatma (2007), *İlköğretim Okullarında Görev Yapan Öğretmenlerin Derslerinde Bilgi Teknolojisi Kaynaklarından Yararlanma Öz-Yeterlikleri ve Etki Algularının Değerlendirilmesi: Yüksek Lisans Tezi*, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ana Bilim Dalı.
- SAHRANÇ, Ümit (2007), *Stres Kontrolü, Genel-Özyeterlik, Durumluk Kaygı Ve Yaşam Doyumuyla İlgili Bir Akış Modeli: Doktora Tezi*, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri ABD Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı.
- SCHUNK, D. H (1991), *Self Efficacy and Academic Motivation*. (Ebsco Host Research Databases Academic Search Premier, Educational Psychologist, Summer/Fall, Vol. 26 Issue 3/4, p207–231, 25; AN 6370918).
- SCHUNK, D. H. (1990). *Goal Setting and Self-Efficacy During Self –Regulated Learning*. (Ebsco Host Research Databases Academic Search Premier, Educational Psychologist, Winter, Vol. 25 Issue 1, p.71, 16, 1 diagram; AN 6370408).
- SCHUNK, D. H. (2001). *Enhancing Self-Efficacy And Achievement Through Rewards And Goals: Motivational And Informational Effects*. (Ebsco Host Research Databases Academic Search Premier, Journal of Educational Research, Sep/Oct84, Vol. 78 Issue 1, p.29, 6, 1 chart; AN 5005231).
- SCHUNK, D. H. (2003). *Self-Efficacy For Reading And Writing: Influence Of Modeling, Goal Setting, And Self-Evaluation*. (Ebsco Host Research Databases Academic Search Premier, Reading & Writing Quarterly, Apr-Jun., Vol. 19 Issue 2, p159, 14p; AN 9515906).

- SCHUNK, D. H.(2001). *Self-Efficacy and Skill Development: Influence of Task Strategies and Attributions*. (Ebsco Host Research Databases Academic Search Premier, Journal of Educational Research, Mar/Apr., Vol. 79 Issue 4, 1 chart, 1 diagram; AN 5007637).
- SCHUNK, D. H.; Pintrich, P. (1996).*The Role of Expectancy and Self-Efficacy Beliefs*. Motivation in Education: Theory, Research&Applications, Ch.3 Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- SENEMOĞLU, Nuray (1997), *Gelişim ve Öğrenme*, Spot Yayıncılık, Ankara.
- SENEMOĞLU, Nuray (1998), *Gelişim Öğrenme ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya*, Özsen Matbaası, Ankara.
- SEZER, Sevgi (2005), “Anlam İhtiyacı” *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bülteni*, Cilt 2, Sayı 10, Haziran, s. 56-60.
- ŞAHİN, Esra (2010), *İlköğretim Öğretmenlerinde Yaratıcılık, Mesleki Tükenmişlik Ve Yaşam Doyumu*: Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri ABD Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı.
- ŞAHİN, Şener (2008), *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Tükenmişlik Ve Yaşam Doyumu Düzeyleri*: Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- ŞEKER, D. Betül ve G. Zırhloğlu, “Van Emniyet Müdürlüğü Kadrosunda Çalışan Polislerin Tükenmişlik, İş Doyumu ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi”, *Polis Bilimleri Dergisi*, Cilt 11 (4), Van.
- ŞENER, Arzu (2009), “Yaşlılık, Yaşam Doyumu Ve Boş Zaman Faaliyetleri”, *Çağın Polisi Dergisi*, Sayı 93, Ankara. <http://www.sdergi.hacettepe.edu.tr/yasamdoyum.pdf> 28.08.2010
- TAVŞANCIL, Ezel (2002), *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*, Nobel Yayınları, Ankara.

- TEMİZ, Kenan (2010), *Görme Engellilerde Ruhsal Belirtilerin, Yaşam Doyumunun Ve Stresle Baş Etme Tarzlarının Araştırılması: Uzmanlık Tezi*, İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Malatya.
- THOMAS, M. (2005)., *The Effects of Looping on Student Achievement and Self-Efficacy of Exceptional Education Students*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Orlando: The Universty Of Central Florida.
- TOKAT, A. Merlinda (2009), *Antenatal Dönemde Verilen Eğitimin Annelerin Emzirme Öz-Yeterlilik Algısına Ve Emzirme Başarısına Etkisi: Doktora Tezi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Doğum Ve Kadın Hastalıkları Hemşireliği.
- TOPSES, G.(2003), *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi* (1.Baskı), Nobel Yayınları, Ankara.
- TOROS, Turhan (2001), *Elit Ve Elit Olmayan Erkek Basketbolcularda Hedef Yönelimi, Güdüsel(Motivasyonel) İklim Ve Hedeflerin Özgünlük Ve Güçlük Derecesi Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkisi: Yüksek Lisans Tezi*, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- TUTİ, Serpil (2005), *Eğitimde Bilişim Teknolojileri Kullanımı Performans Göstergeleri, Öğrenci Görüşleri ve Öz-Yeterlilik Algılarının İncelenmesi: Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı.
- TÜMKAYA, S, E. Hamarta, M. Engin Deniz ve M. Çelik (2008), Duygusal Zekâ Mizah Tarzı Ve Yaşam Doyumu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma, *Türk PDR (Psikolojik Danışma ve Rehberlik) Dergisi*, Sayı 714, Eylül, s.1-18.
- www.saglikbilgisi.com/makale/%C3%87ocuklarda+ve+Gen%C3%A7lerde+Yeme+B ozukluklar%C4%B1 (12.12.2010)
- YILMAZ, Ercan ve Ali Murat Sunbul (2009), “Öğretmenlerin Yaşam Doyumları Ve Okullardaki Örgütsel Güven Düzeyi”, *Journal of Qafqaz University*, Sayı 26 <http://www.asosindex.com/journal-article-abstract?id=2498> 27.08.2010

EKLER

EK-I Kişisel Bilgi Formu

*Lütfen bu kısımda yer alan bilgileri ve ekteki ölçekleri eksiksiz doldurunuz.

Cinsiyet: E() K()

Yaş:

Algılanan Akademik Başarı Düzeyi: Düşük() Orta() Yüksek()

Algılanan Sosyoekonomik Düzey: Düşük() Orta() Yüksek()

Bu anketlerden elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra değerlendirmeniz ve sizin için en uygun olan ölçütün üzerine çarpı (X) işareti koymanız ve bunu her bir ifade için yapmanızdır. Ölçeklerde ifadelerin karşısında bulunan derecelendirmelerin açıklaması ölçeklerin yönerge kısmında verilmiştir. Lütfen her ifadeye tek yanıt veriniz ve boş bırakmayınız. Ölçekleri içtenlikle yanıtlayacağınız ve bilimsel çalışmamıza yaptığınız katkıdan dolayı şimdiden teşekkür ederim.

EK-II Yaşam Amaçları Ölçeği

* Herkesin uzun vadeli hedefleri ya da istekleri vardır. Bunlar bireylerin yaşamları boyunca elde etmeyi umdukları şeylerdir. Bu ölçekte bazı **yaşam hedeflerini** bulacaksınız. Lütfen her maddeyi size uygun olan **1(Hiç), 2(Biraz), 3(Kısmen), 4(Çok) ve 5(Çok Fazla)** ölçütlerinden birini işaretleyerek cevaplandırınız.

Hiç	Biraz	Kısmen	Çok	Çok Fazla
1	2	3	4	5

	YAÖ (EK-II)	1	2	3	4	5
1	Çok varlıklı bir kişi olmak benim için önemlidir.					
2	Yeni şeyler öğrenerek gelişmek benim için önemlidir.					
3	Güvenebildiğim iyi arkadaşlara sahip olmak benim için önemlidir.					
4	Yaşlanmanın belirtilerini başarılı bir şekilde saklamak benim için önemlidir.					
5	Toplumun gelişmesi için çalışmak benim için önemlidir.					
6	Fiziksel olarak sağlıklı olmak benim için önemlidir.					
7	Birçok pahalı mala sahip olmak benim için önemlidir.					
8	Yaşamımın sonunda geride bıraktıklarımla mutlu olmak benim için önemlidir.					
9	Sevdiğim biriyle yaşamımı paylaşmak benim için önemlidir.					
10	Çevremdeki insanların çoğunluğunun beni çekici bulması benim için önemlidir.					
11	İhtiyaç duyan insanlara karşılık beklemeden yardım etmek benim için önemlidir.					
12	Fiziksel görünüş olarak kendimi iyi hissediyor olmak benim için önemlidir.					
13	Mali açıdan varlıklı olmak benim için önemlidir.					
14	Ünlü olmak benim için önemlidir.					

15	Karşımdaki insanlarla samimi ilişkilerde bulunmak benim için önemlidir.					
16	Saçımın ve kıyafetlerimin modaaya uygun son trendlerde olması benim için önemlidir.					
17	Dünyayı daha yaşanılır bir yer yapmaya çalışmak benim için önemlidir.					
18	Kendimi sağlıklı ve iyi hissetmek benim için önemlidir.					
19	Zengin olmak benim için önemlidir.					
20	Kim olduğumu bilmek ve kendimi böyle kabul etmek benim için önemlidir.					
21	Sık sık medyada gözüken bir isme sahip olmak benim için önemlidir.					
22	Beni seven ve benim de sevdiğim insanların olduğunu hissetmek benim için önemlidir.					
23	Arzuladığım dış görünüşe ulaşmak benim için önemlidir.					
24	İnsanların yaşam düzeylerini iyileştirmek için çalışmak benim için önemlidir.					
25	Hastalıktan uzak olmak benim için önemlidir.					
26	İstedğim her şeyi satın almak için yeteri kadar paraya sahip olmak benim için önemlidir.					
27	Yaptıklarımın nedenini anlamak benim için önemlidir.					
28	Derin ilişkilere sahip olmak benim için önemlidir.					
29	İnsanların çekici bulduğu bir görünüşe sahip olmak benim için önemlidir.					
30	İhtiyacı olan insanlara yardım etmek benim için önemlidir.					
31	Fiziksel olarak sağlıklı bir yaşam tarzına sahip olmak benim için önemlidir.					

EK-III Genel Öz-Yeterlik Ölçeği

Aşağıda sunulan ifadeleri dikkatle okuyunuz Verilen ifadeye katılıp katılmadığınızı, her ifadenin karşısında yer alan satırdaki, size uygun düşen derecelendirmenin üzerine çarpı (X) işareti yazarak işaretleyiniz.

(1= bu ifade bana kesinlikle uygun değil)

(4= bu ifade bana tümüyle uygun)

1	Yeni bir durumla karşılaştığımda ne yapmam gerektiğini bilirim.	1	2	3	4
2	Beklenmedik durumlarda ne yapmam gerektiğini her zaman bilirim.	1	2	3	4
3	Bana karşı çıkıldığında kendimi kabul ettirecek çare ve yolları bulurum.	1	2	3	4
4	Ne olursa olsun üstesinden gelirim.	1	2	3	4
5	Güç sorunların çözümünü eğer gayret edersem başarabilirim.	1	2	3	4
6	Tasarılarımı gerçekleştirmek ve hedeflerime erişmek bana güç gelmez.	1	2	3	4
7	Bir sorunla karşılaştığımda onu halledebilmeye yönelik birçok fikirlerim vardır.	1	2	3	4
8	Güçlükleri soğukkanlılıkla karşılarım, çünkü yeteneklerime her zaman güvenebilirim.	1	2	3	4
9	Ani olaylarında hakkından gelebileceğimi sanıyorum.	1	2	3	4
10	Her sorun için bir çözümüm vardır.	1	2	3	4

EK-IV Yaşam Doyumu Ölçeği

Aşağıda verilen ifadeleri dikkatlice okuyunuz. Verilen ifadeye ne kadar katıldığınızı, ilgili cümlenin yanındaki derecelendirmelerden size uygun olanı işaretleyerek belirtiniz.

[1=bu ifade bana kesinlikle uygun değil]

[7=bu ifade bana tümüyle uygun]

1)	Yaşamım birçok açıdan idealimdekine yakın.	1	2	3	4	5	6	7
2)	Yaşam koşullarım mükemmel.	1	2	3	4	5	6	7
3)	Yaşamımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7
4)	Şu ana kadar, yaşamdan istediğim önemli şeyleri elde ettim.	1	2	3	4	5	6	7
5)	Eğer yaşamımı yeni baştan yaşayabilsem, hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim.	1	2	3	4	5	6	7

ÖZGEÇMİŞ

Berent Burcu AYDINER, 19 Mayıs 1985'te Isparta'da doğdu. İlkokul öğrenimini 3. sınıfa kadar Tekirdağ/ Çorlu' da, 4. ve 5. sınıfta K.K.T.C. Girne' de devam etti. Daha sonra 6., 7. ve 8. sınıfı Siirt' de okuyarak ilköğretim öğrenimini tamamladı. Ortaöğrenimi İzmir'de bitirdi. Üniversite öğrenimini ise Erzurum Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü'nden 2008 yılında mezun olarak tamamladı. Aynı yıl Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Programında yüksek lisans eğitimine başladı. 2008 Kasım ayında Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı olan Sakarya, Geyve Meslek Teknik ve Endüstri Meslek Lisesi'nde Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen olarak göreve başladı. 2009 yılının Mart ayında Sakarya Erenler Rehberlik ve Araştırma Merkezi'ne atanmış olup; Sakarya Erenler Rehberlik ve Araştırma Merkezi'nde görevine devam etmektedir.