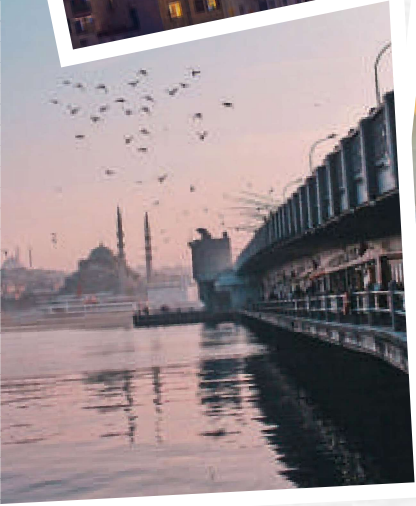


**IX. International Congress
on Psychological
Counseling and Guidance
in Higher Education**

**IX. Uluslararası
Yükseköğretimde
Psikolojik Danışmanlık ve
Rehberlik Araştırmaları
Kongresi** 15-17 Kasım 2019 **November, 15-17, 2019**



BİLDİRİLER KİTABI
PROCEEDINGS

Editörler / Editors

Prof. Dr. Halil Ekşi

Doç. Dr. Müge Yüksel

Doç. Dr. A. Nilgün Canel



**IX. Uluslararası Yükseköğretimde Psikolojik
Danışmanlık ve Rehberlik Araştırmaları Kongresi**
**IX. International Congress on Psychological Counseling and
Guidance in Higher Education**

BİLDİRİLER KİTABI
PROCEEDINGS

Editörler

Editors

Prof. Dr. Halil EKŞİ
Doç. Dr. Müge YÜKSEL
Doç. Dr. A. Nilgün CANEL

15-17 Kasım 2019
November 15-17, 2019

İSTANBUL

**IX. ULUSLARARASI YÜKSEKÖĞRETİMDE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE
REHBERLİK ARAŞTIRMALARI KONGRESİ BİLDİRİLER KİTABI /
IX. INTERNATIONAL CONGRESS ON PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND
GUIDANCE IN HIGHER EDUCATION PROCEEDINGS**

Editörler/Editors: Prof. Dr. Halil EKŞİ Doç. Dr. Müge YÜKSEL Doç. Dr. A. Nilgün CANEL

Yayın No. : 2561
Psikoloji/PDR No.: 157
ISBN : 978-605-033-172-1
Basım Sayısı : 1. Basım, Aralık 2019

© Copyright 2019, NOBEL AKADEMİK YAYINCILIK EĞİTİM DANIŞMANLIK TİC. LTD. ŞTİ. SERTİFİKA NO.: 40340

Bu baskının bütün hakları Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd. Şti.ne aittir. Yayınevinin yazılı izni olmaksızın, kitabın tümünün veya bir kısmının elektronik, mekanik ya da fotokopi yoluyla basımı, yayımı, çoğaltımı ve dağıtımı yapılamaz.

Nobel Yayın Grubu, 1984 yılından itibaren ulusal ve 2011 yılından itibaren ise uluslararası düzeyde düzenli olarak faaliyet yürütmekte ve yayınladığı kitaplar, ulusal ve uluslararası düzeydeki yükseköğretim kurumları kataloglarında yer almaktadır.

Genel Yayın Yönetmeni: Nevzat Argun -nargun@nobelyayin.com-
Yayın Koordinatörü : Gülfem Dursun -gulfem@nobelyayin.com-

Sayfa Tasarım : Tarkan Kara -erdal@nobelyayin.com-
Kapak Tasarım : Mehtap Yürümez -mehtap@nobelyayin.com-
Baskı Sorumlusu : Yavuz Şahin -yavuz@nobelyayin.com-
Baskı ve Cilt : Atalay Matbaacılık / Sertifika No.: 15689-
Büyük Sanayi 1 Cad. Elif Sok. No.:7/236-237 İskitler / ANKARA

Kütüphane Bilgi Kartı

Ekşi, Halil., Yüksel, Müge., Canel, A. Nilgün.

**IX. Uluslararası Yükseköğretimde Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Araştırmaları Kongresi Bildiriler Kitabı
IX. International Congress On Psychological Counseling and Guidance In Higher Education Proceedings**

/ Halil Ekşi - Müge Yüksel - A. Nilgün Canel

1. Basım. XIV + 570 s. 20,9x29,7 cm. Kaynakça var, dizin yok.

ISBN: 978-605-033-172-1

1. Psikoloji 2. Rehberlik

Genel Dağıtım

ATLAS AKADEMİK BASIM YAYIN DAĞITIM TİC. LTD. ŞTİ.

Adres: Bahçekapı mh. 2465 sk. Oto Sanayi Sitesi No:7 Bodrum Kat Şaşmaz-ANKARA - siparis@nobelyayin.com-

Telefon: +90 312 278 50 77 - **Faks:** 0 312 278 21 65

E-Satış: www.nobelkitap.com - www.atlaskitap.com - **Bilgi:** esatis@nobelkitap.com - info@atlaskitap.com

Dağıtım ve Satış Noktaları: Alfa Basım Dağıtım, Ana Basım Dağıtım, Arasta, Arkadaş Kitabevi, D&R mağazaları, Dost Dağıtım, Kitapsan, Nezih Kitabevleri, Prefix, Remzi Kitabevleri, TveK Mağazaları

KONGRE ONURSAL BAŞKANI

Prof. Dr. Erol ÖZVAR
Marmara Üniversitesi Rektörü
Rector of Marmara University

**KONGRE BAŐKANLARI
CONGRESS PRESIDENTS**

Prof. Dr. Halil EKŞİ
Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı Başkanı
Head of the Department of Psychological Counseling and Guidance

Doç. Dr. Müge YÜKSEL
Marmara Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışma Uygulama ve Araştırma Merkezi (MARPAM)
Müdürü
Head of Marmara University Psychological Counseling and Guidance Practice and Research Center

**DÜZENLEME KURULU BAŞKANI
HEAD OF ORGANIZING COMMITTEE**

Doç. Dr. A. Nilgün CANEL
Marmara Üniversitesi
Atatürk Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı Öğretim Üyesi
Faculty Member at the Department of Psychological Counseling and Guidance

BİLİM KURULU

SCIENTIFIC COMMITTEE

(Kurul üyeleri unvan ve adlarına göre listelenmiştir)

Prof. Dr. Ahmet Şirin Marmara Üniversitesi	Prof. Dr. Aslı Uz Baş Dokuz Eylül Üniversitesi
Prof. Dr. Aydoğan Aykut Ceyhan Anadolu Üniversitesi	Prof. Dr. Ayşe Rodopman Arman Marmara Üniversitesi
Prof. Dr. Ayşe Rezan Çeçen Eroğul Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi	Prof. Dr. Ayşe Sibel Türküm Anadolu Üniversitesi
Prof. Dr. Başaran Gençdoğan Atatürk Üniversitesi	Prof. Dr. Bradley T. Erford Vanderbilt Üniversitesi – Amerika Birleşik Devletleri (ABD)
Prof. Dr. Bülent Dilmaç Necmettin Erbakan Üniversitesi	Prof. Dr. Cengiz Şahin Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi
Prof. Dr. Coşkun Arslan Necmettin Erbakan Üniversitesi	Prof. Dr. Diğdem Müge Sinez Dokuz Eylül Üniversitesi
Prof. Dr. Enver Sarı Giresun Üniversitesi	Prof. Dr. Erdal Hamarta Necmettin Erbakan Üniversitesi
Prof. Dr. Erdiñ Duru Pamukkale Üniversitesi	Prof. Dr. Esra Ceyhan Anadolu Üniversitesi
Prof. Dr. Fatma Ebru İkiz Dokuz Eylül Üniversitesi	Prof. Dr. Feride Bacanlı Gazi Üniversitesi
Prof. Dr. Figen Çok Başkent Üniversitesi	Prof. Dr. Filiz Bilge Hacettepe Üniversitesi
Prof. Dr. Fulya Yüksel-Şahin Yıldız Teknik Üniversitesi	Prof. Dr. Gabriela Kelemen Aurel Vlauci Ün. – Romanya
Prof. Dr. Galip Yüksel Gazi Üniversitesi	Prof. Dr. Hülya Şahin Baltacı Pamukkale Üniversitesi

Prof. Dr. Jale Eldelekliođlu Uludađ Üniversitesi	Prof. Dr. Kültegin Ögel İstanbul Bilgi Üniversitesi
Prof. Dr. Mehmet Engin Deniz Yıldız Teknik Üniversitesi	Prof. Dr. Mustafa Koç Düzce Üniversitesi
Prof. Dr. Mücahit ztrk İbn Haldun Üniversitesi	Prof. Dr. Nazmiye Çivitçi Pamukkale Üniversitesi
Prof. Dr. Oya Güneri Orta Dođu Teknik Üniversitesi	Prof. Dr. Oya zkardaş İstanbul Ticaret Üniversitesi
Prof. Dr. Rağıp zyrek İstanbul Medipol Üniversitesi	Prof. Dr. Ronald G. Sultana Malta Üniversitesi – Malta
Prof. Dr. Sefa Bulut İbn Haldun Üniversitesi	Prof. Dr. Seher Sevim Ankara Üniversitesi
Prof. Dr. Serap Nazlı Ankara Üniversitesi	Prof. Dr. Şahin Kesici Necmettin Erbakan Üniversitesi
Prof. Dr. Turan Akbaş Çukurova Üniversitesi	Prof. Dr. Yankı Yazgan Marmara Üniversitesi / Emekli – Yale Child Study Center / Amerika Birleşik Devletleri
Prof. Dr. Yaşar zbay Hasan Kalyoncu Üniversitesi	Prof. Dr. Zeynep Karataş Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi
Doç. Dr. Ayşe Esra İşmen Gaziođlu İstanbul Üniversitesi – Cerrahpaşa	Doç. Dr. Ayşin Satan Marmara Üniversitesi
Doç. Dr. Binnaz Kıran – Esen Mersin Üniversitesi	Doç. Dr. Birol Alver Kırıkkale Üniversitesi
Doç. Dr. Deniz Albayrak Kaymak Boğaziçi Üniversitesi	Doç. Dr. Durmuş mmet Marmara Üniversitesi
Doç. Dr. Fikret Gülaçtı Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi	Doç. Dr. Fuat Tanhan Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi

Doç. Dr. Füsün Ekşi Medeniyet Üniversitesi	Doç. Dr. Hasan Yılmaz Necmetin Erbakan Üniversitesi
Doç. Dr. Hülya Karagüven Marmara Üniversitesi	Doç. Dr. İlkay Demir İstanbul Üniversitesi – Cerrahpaşa
Doç. Dr. Kalina Sotiroska Ivanoska Uluslararası Vizyon Üniversitesi	Doç. Dr. Mine Aladağ Ege Üniversitesi
Doç. Dr. Murat İskender Sakarya Üniversitesi	Doç. Dr. Mustafa Otrar Milli Eğitim Bakanlığı
Doç. Dr. Serhat Armağan Köseoğlu İstanbul Üniversitesi – Cerrahpaşa	Doç. Dr. Seval Erden Çınar Marmara Üniversitesi
Doç. Dr. Tarık Totan Aydın Aydın Adnan Menderes Üniversitesi	Doç. Dr. Tuğba Sarı Akdeniz Üniversitesi
Doç. Dr. Tuncay Ayas Sakarya Üniversitesi	Dr. Öğr. Üyesi İbrahim Taş İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Makbule Soyer Marmara Üniversitesi	Dr. Öğr. Üyesi Mehmet Akif Karaman Kilis 7 Aralık Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Kemal Yöntem Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi	Dr. Öğr. Üyesi Müge Akbağ Marmara Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Osman Sezgin Marmara Üniversitesi	Dr. Öğr. Üyesi Semai Tuzcuoğlu Marmara Üniversitesi
Dr. Öğr. Üyesi Tamer Ergin İstanbul Üniversitesi – Cerrahpaşa	Dr. Akif Avcu Marmara Üniversitesi
Dr. Ashley K. Randall Arizona State Üniversitesi – Amerika Birleşik Devletleri (ABD)	Dr. Carla Chugani Pittsburg Üniversitesi- Amerika Birleşik Devletleri (ABD)
Dr. Esra Bakiler Marmara Üniversitesi	Dr. Hilal Çelik Marmara Üniversitesi

Dr. Jana Grava
Liepaja Üniversitesi – Letonya

Dr. Kamile Gamze Yaman
Marmara Üniversitesi

Dr. Meral Ağır
Marmara Üniversitesi

Dr. Seth Hayden
Wake Forest Üniversitesi – Amerika
Birleşik Devletleri (ABD)

Dr. Thseen Nazır
İbn Haldun Üniversitesi

Dr. Tuncay Akıncı
Marmara Üniversitesi

DÜZENLEME KURULU

MEMBERS OF ORGANIZING COMMITTEE (Kurul üyeleri unvan ve adlarına göre listelenmiştir)

Öğr. Gör. Murat Çakar	Öğr. Gör. Tuna Şahsuvaroğlu
Arş. Gör. Neslihan Yaman	Arş. Gör. Çiğdem Demir Çelebi
Arş. Gör. Erdem Sevim	Arş. Gör. Dr. Derya Eryiğit
Arş. Gör. Nesrullah Okan	Arş. Gör. İ. Halil Demir
Arş. Gör. Mine Sayın	Arş. Gör. Bilge Nuran Aydoğdu
Dilara Kaymakçı	Büşra Özdemir

Üniversite Öğrencilerinin Geleceğe Yönelik Tutum ve Beklentilerinin İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü

(The Predictive Role of University Students' Future Attitudes and Expectations on Well-Being)

Çınar KAYA¹, Bartın Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD
Halil EKŞİ, Marmara Üniversitesi, Atatürk Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
ABD

Öz

Bireylerin geleceğe ilişkin tutum ve beklentileri ruh sağlığı ve iyi oluş açısından büyük öneme sahiptir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin geleceğe ilişkin tutumlarının ve beklentilerinin iyi oluş düzeyleri ile ilişkisi ve olumlu, kaygılı ve planlı gelecek tutumlarından hangilerinin iyi oluşu en yüksek düzeyde yordadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu yaş ortalamaları 20,10 ($\sigma = 1,42$) olan 278 (% 73'ü kadın) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma verilerinin toplanmasında bir kişisel bilgi formu, PERMA İyi Oluş Ölçeği, On-Maddeli Kişilik Ölçeği, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği ve Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sorularını cevaplamak üzere verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, Kısmi korelasyon ve Aşamalı Doğrusal Regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Araştırmada Büyük Beşli Kişilik özellikleri Kısmi Korelasyonda kontrol değişkeni olarak kullanılmıştır. Korelasyon analizlerinde iyi oluş skorları ile kaygılı gelecek tutumunun negatif yönde ($r = -.47$), olumlu gelecek beklentisinin ($r = .60$) ve planlı gelecek tutumunun ($r = .44$) pozitif yönde ilişkili olduğu, kişilik özelliklerinin kontrol edildiği kısmi korelasyon analizi sonuçlarına göre ise iyi oluş skorları ile olumlu gelecek beklentisi, planlı gelecek tutumu ve kaygılı gelecek tutumu arasındaki korelasyon katsayılarının sırasıyla .47, .35 ve -.31 olarak bulunmuştur. Aşamalı Regresyon Analizi sonuçlarına göre olumlu gelecek beklentisinin iyi oluş skorlarını yordadığı modelde en yüksek varyansın ($R^2 = .36$) açıklandığı görülmüştür. Planlı ve kaygılı tutumların sırasıyla eklendiği modellerde ilk modele ek olarak açıklanan varyansların (sırasıyla $\Delta R^2 = .03$ ve $\Delta R^2 = .02$) düşük düzeylerde olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçları geleceğe ilişkin tutum ve beklentilerin kişilik özelliklerinden bağımsız olarak iyi oluş ile ilişkili olduğuna ve eğitim ve psikolojik danışma alanlarında olumlu tutumların geliştirilmesinin diğer tutumlara müdahale edilmesine göre daha önemli olabileceğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Geleceğe yönelik tutumlar, iyi oluş, kişilik özellikleri, aşamalı regresyon

Abstract

The attitudes and expectations of individuals about the future are of great importance in terms of mental health and well-being. This study aimed to investigate the relationship between future attitudes and well-being levels of university students. At the same time, which of the positive, anxious and planful future attitudes predicted well-being at the highest level was examined. The study group consisted of 278 (73% female) university students with a mean age of 20.10 ($\sigma = 1.42$). A personal information form, PERMA Profiler, Ten-Item Personality Scale, Attitudes Towards the Future Scale and Positive Future Expectations Scale were used as measures. Pearson Product-Moment Correlation, Partial Correlations, and Stepwise Linear Regression analyses were used to answer the research questions. The Big Five personality traits were used as the control variables in partial correlation. Correlation analyses showed that well-being scores and anxious future attitudes were negatively ($r = -.47$) whereas, positive future expectations ($r = .60$) and planful future attitude ($r = .44$) were positively related to well-being. According to the results of the partial correlation analysis in which personality traits were controlled, the correlation coefficients between well-being scores and positive future expectations, planful future attitude, and anxious future attitude were found as

¹ Bartın Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, E-posta: ckaya@bartin.edu.tr

.47, .35 and -.31, respectively. According to the results of the stepwise regression analysis, it was observed that the variance was explained at the highest rate ($R^2 = .36$) in the model where positive future expectations predicted well-being scores. In the models in which planful and anxious attitudes were added respectively, the additional variances ($\Delta R^2 = .03$ and $\Delta R^2 = .02$) explained in addition to the first model were found to be in low levels. The results of the study indicate that future attitudes and expectations are related to well-being independent of personality traits and the development of positive attitudes in the fields of education and psychological counseling may be more important than intervening in other attitudes.

Keywords: Attitudes towards the future, well-being, personality traits, stepwise regression

Giriş

Bireylerin geleceğe ilişkin tutum ve beklentileri ruh sağlığı ve iyi oluş açısından büyük öneme sahiptir. Psikoloji alanında genel olarak ve özellikle psikolojik yardım alanlarında geleceğe ilişkin bilişsel ve davranışsal süreçlere merkezi önem atfedilmiştir. Örneğin Beck'in depresyon görüşü bireylerin kendilerine, diğer insanlara ve geleceğe ilişkin işlevsiz düşünceleri ya da otomatik düşünceler etrafında şekillenmiştir (Allen, 2003). Pozitif Psikoloji yaklaşımının da gelişmesiyle umut (Snyder, 2002), öğrenilmiş iyimserlik (Seligman, 2006), öz-yeterlik, benlik saygısı gibi kavramlar ile ilişkili literatür geliştire bireylerin gelecek performansları ve geleceğe yönelik beklentilerini merkezi konuma alan kuramsal çerçevelerdir. Bunlardan Seligman'ın öğrenilmiş iyimserlik kuramı, araştırmacının daha önceki depresyonun etiyolojisine ilişkin ortaya koyduğu hayvan modelleri üzerinde yürüttüğü öğrenilmiş çaresizlik çalışmalarına dayalı olarak geliştirdiği bir çerçeve olarak öne çıkmaktadır (Seligman, 2006).

İlgili alan yazındaki kuramsal zemin kadar, yapılan araştırmaların sonuçları da geleceğe yönelik beklenti ve tutumların işlevsellik ve iyi oluş açısından potansiyel önemini vurgulamaktadır. Ergenlerde olumlu gelecek yönelimleri daha yüksek başarı düzeyleri ve daha düşük algılanan stres ile ilişkili olarak bulunmuştur (Andretta, Worrel, Merro, 2014). Eryılmaz ise ergenlerde olumlu gelecek beklentisinin öznel iyi oluş skorları ile ilişkili olduğunu bulgulamıştır (2011). Kaya, Bodur ve Yalnız ise (2014) katılımcıların geleceğe yönelik tutumlarının öznel iyi oluş ile ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Bildiğimiz kadarıyla daha önceki araştırmalarda gelecek yönelimlerinin ya da geleceğe yönelik tutumların iyi oluş etkisi kişilik özelliklerinin etkileri kontrol edilerek incelenmemiştir.

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin gelecek yönelimlerinin iyi oluş düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu araştırmada alan yazındaki geniş karmaşık benlik süreçlerine ilişkin çerçeveler yerine geleceğe yönelik üç temel yönelim ele alınmaktadır. Bu yolla geleceğe ilişkin yönelimlerin hangisinin iyi oluş açısından göreceli öneme sahip olduğunun daha kolay incelenebileceği öngörülmektedir. Olumlu, kaygılı ve planlı gelecek yönelimlerinin iyi oluş ile ilişkisi incelenirken bu yönelimlerin hangisinin en büyük etkiye sahip olduğu sorgulanmıştır. Araştırmada Büyük Beşli Kişilik Özelliklerinin etkileri kontrol edilmiştir. Araştırma bulgularının farklı geleceğe yönelik tutum ve yönelimlerin işlevselliğe etkilerinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağı öngörülmektedir.

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu yaş ortalamaları 20,10 ($\sigma = 1,42$) olan 278 (% 73'ü kadın) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1.'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

<i>Değişken</i>	<i>Frekans</i>	<i>Yüzde</i>
Cinsiyet		
Erkek	75	27,0
Kadın	203	73,0
Yaş		
18	8	2,9
19	91	32,7
20	99	35,6
21	40	14,4
22 ve Üzeri	31	11,3
Belirtmeyen	9	3,2
Algılanan Gelir Düzeyi		
Alt	7	2,5
Orta-Alt	55	19,8
Orta	194	69,8
Orta-Üst	19	6,8
Üst	1	,4
Belirtmeyen	2	,7
Genel Not Ortalaması Düzeyi		
0.00-1.00 arası	4	1,4
1.00-2.00 arası	40	14,4
2.00-3.00 arası	153	55,0
3.00-4.00 arası	78	28,1
Belirtmeyen	3	1,1
Toplam	278	100

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında katılımcıların demografik özellikleri hakkında bilgi toplama amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan bir kişisel bilgi formu, PERMA İyi Oluş Ölçeği, On-Maddeli Kişilik Ölçeği, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği ve Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği kullanılmıştır.

PERMA Çok Boyutlu İyi Oluş Ölçeği. İyi oluş düzeylerini ölçmek amacıyla kullanılan bu ölçek Butler ve Kern (2016) tarafından geliştirilmiş; Türkçeye uyarlaması ise Demirci, Ekşi, Dinçer, ve Kardeş, tarafından yapılmıştır (2017). PERMA ölçeği 11’li derecelemelerin ifadeleri soruya göre değişen (0: Hiç-10: Tamamen; 0:Çok Kötü – 10: Mükemmel ve 0: Hiçbir zaman - 10: Her zaman) 23 maddeden oluşmakta ise de 8 madde olumsuz duygular, yalnızlık ve sağlık ile ilişkili dolgu maddeleri olduğu için iyi oluş skorları 15 madde ile hesaplanmaktadır. Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeğin iç tutarlık güvenilirlik katsayısının .81 olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmada ise bu değer .83 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test korelasyonları ise .91 olarak hesaplanmıştır (Demirci ve diğerleri, 2017). “Genel olarak, ne ölçüde amaçlı ve anlamlı bir hayat sürdürmektesiniz?”; “Genel olarak, ne ölçüde olaylara karşı heyecanlı ve ilgili hissedersiniz?” gibi maddeler içermektedir.

Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği. Güler (2004) tarafından geliştirilen ve 15 maddeden oluşan bu ölçek geleceğe yönelik tutum ve yönelimleri ölçmeyi amaçlamaktadır. Faktör analizlerinde, gelecek zaman tutumlarının olumlu, kaygılı ve planlı yönelimler olarak üç boyutta gruplandırılmıştır. Olumlu, kaygılı ve planlı yönelimler için iç tutarlık güvenilirlik puanları sırasıyla .80, .81 ve .79, test-tekrar test güvenilirlik puanları ise .76, .71 ve .78 olarak bulunmuştur. Mevcut çalışmada planlı ve kaygılı yönelim alt ölçekleri kullanılmıştır. iç tutarlık güvenilirlik katsayıları mevcut çalışmada kaygılı alt ölçeği için .78; planlı yönelim için .66 olarak bulunmuştur. Ölçek “Geleceğe dair planlar yaparım”, “Hayatın bana ne getireceğini bilmemek beni huzursuz ediyor.” gibi maddeler içermektedir. Öz-bildirime dayalı olarak 5’li Likert dereceleme ile (1: Hiç katılmıyorum - 5: Tamamen Katılıyorum) cevaplanmaktadır.

Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği. Olumlu gelecek yönelimini ölçmek için kullanılan bu ölçek 5 maddeden oluşmaktadır. E.O. İmamoğlu tarafından geliştirilen (İmamoğlu, S, 2005) bu ölçek 5

maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayılarının çeşitli çalışmalarda .93 (Güler, 2004), .92 (İmamoğlu, S., 2005) gibi yüksek düzeylerde olduğu görülmektedir. Mevcut çalışmada ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayısı .86 olarak bulunmuştur. “Eninde sonunda hedeflerime ulaşacağıma inanıyorum.” ve “Gelecekte yapmak istediklerimi gerçekleştirebilmek konusunda iyimserim.” gibi maddelerden oluşmaktadır. Öz-bildirime dayalı olarak 5’li Likert dereceleme ile (1: Hiç katılmıyorum - 5: Tamamen Katılıyorum) cevaplanmaktadır.

On-Maddeli Kişilik Ölçeği. Alan yazında kişilik çalışmalarında sıklıkla başlıca kişilik faktörleri olarak bulunan Büyük Beşli Kişilik özellikleri olan dışa dönüklük, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, duygusal dengelilik ve sorumluluk boyutlarını ölçmeyi amaçlayan bu 10 maddelik ölçek Gosling, Rentfrow ve Swann, (2003) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması ise Atak (2013) tarafından yapılmıştır. Katılımcıların “Kendimi olarak görürüm.” cümlesinin altında yer alan “Dışa dönük, istekli”, “Eleştirel, kavgacı” gibi sıfat gruplarının kendilerine uygunluğunu 7’li derecelendirme (1: Tamamen katılmıyorum - 7: Tamamen Katılıyorum) ile belirttiği bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlık güvenirlik katsayıları dışa dönüklük için .86, deneyime açıklık için .83, yumuşak başlılık için .81, duygusal dengelilik için .83, sorumluluk için .84 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test korelasyon katsayıları ise alt ölçekler için .54 ile .89 arasındaki değerlerde değişmektedir.

İşlem

Araştırma sorularını cevaplamak üzere verilerin analizinde Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu, Kısmi korelasyon ve Aşamalı Doğrusal Regresyon analizlerinden yararlanılmıştır. Araştırmada Büyük Beşli Kişilik özellikleri Kısmi Korelasyonda kontrol değişkeni olarak kullanılmıştır.

Bulgular

Betimsel İstatistikler ve Korelasyonlar

Araştırmada ilk olarak çoklu regresyon varsayımları kontrol edilmiştir. Veriler normallik açısından incelenmiştir. Tablo 2., model değişkenlerin ortalamalarını, standart sapmalarını, çarpıklığı, basıklığı ve iç tutarlılık katsayılarını göstermektedir. Normal dağılımı kanıtlamak için -2 ile +2 arasındaki çarpıklık ve basıklık değerleri kabul edilebilir aralık olarak ele alınmaktadır (George ve Mallery, 2016). Çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde tüm ölçekler için puan dağılımının normal olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Değişkenlere ilişkin Betimsel İstatistikleri

	Min.	Maks.	\bar{X}	σ	Çarpıklık	Std. Hata	Basıklık	Std. Hata	α
İyi Oluş	33,00	239,00	110,91	26,33	-,028	,15	1,75	,29	.83
Olumlu	6,00	25,00	18,92	3,86	-,606	,15	,011	,29	.86
Planlı	5,00	25,00	12,99	4,89	,301	,15	-,632	,29	.66
Kaygılı	5,00	25,00	19,04	4,52	-,675	,15	-,016	,29	.78

Araştırma değişkenleri arasındaki ikili ilişkilerin incelenmesi ve doğrusallık varsayımının sınanması amacıyla uygulanan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizlerinde iyi oluş skorları ile kaygılı gelecek tutumunun negatif yönde ($r = -.47$), olumlu gelecek beklentisinin ($r = .60$) ve planlı gelecek tutumunun ($r = .44$) pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 3.’te sunulmuştur.

Tablo 3. Pearson Korelasyon Katsayıları

Variables	1	2	3	4
1. İyi Oluş	—			
2. Planlı	.44**	—		
3. Kaygılı	-.47**	-.33**	—	
4. Olumlu	.60**	.47**	-.58**	—

Ayrıca değişkenler arasındaki ikili ilişkilerin kişilik özelliklerinin ve diğer değişkenlerin etkilerini dışlayarak incelenmesi amacıyla kısmi korelasyon analizi yapılmıştır. Planlı, kaygılı ve olumlu gelecek yönelimlerinden her biri için diğer iki gelecek tutumunun kontrol edildiği kısmi korelasyon analizi sonuçlarına göre korelasyon katsayıları iyi oluş ile planlı tutum arasında .21, iyi oluş ile kaygılı tutum arasında -.18, iyi oluş ile olumlu tutum arasında .38 olarak bulunmuştur. Büyük Beşli kişilik özelliklerinin kontrol edildiği kısmi korelasyon analizi sonuçlarına göre ise iyi oluş oluş skorları ile olumlu gelecek beklentisi, planlı gelecek tutumu ve kaygılı gelecek tutumu arasındaki korelasyon katsayıları sırasıyla .47, .35 ve -.31 olarak bulunmuştur.

Aşamalı Çoklu Regresyon Analizi

Bu çalışmanın hipotezlerini test etmeden önce çok değişkenli analizler açısından aykırı değerler ele alınmış ve bu değerler çalışma dışında tutulmuştur. Ayrıca çoklu doğrusal bağlantılığın olmaması varsayımına uygunluk ise (multi-collinearity) Varyans Enflasyon Faktörü (VIF) ile kontrol edildi. Tüm VIF değerleri 10'dan düşük olarak bulunmuştur ve bu değerler araştırma değişkenleri arasında çoklu doğrusal bağlantılılık probleminin olmadığını göstermektedir (Hair, Black, Babin, & Anderson, 2013).

Aşamalı Çoklu Regresyon sonuçları Tablo 4.'de özetlenmiştir. Aşamalı Regresyon Analizinde denkleme ilk giren değişken olumlu gelecek beklentisi olmuştur. Aşamalı Regresyon Analizi sonuçlarına göre olumlu gelecek beklentisinin iyi oluş skorlarını yordadığı modelde en yüksek varyansın ($R^2 = .36$) açıklandığı görülmüştür. Planlı ve kaygılı tutumların sırasıyla eklendiği modellerde ilk modele ek olarak açıklanan varyansların (sırasıyla $\Delta R^2 = .03$ ve $\Delta R^2 = .02$) düşük düzeylerde olduğu görülmüştür.

Tablo 4. Aşamalı Çoklu Regresyon Sonuçlarının Özeti

Değişkenler	<i>B</i>	<i>St.Hata</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>R</i>	R^2	<i>F</i>	<i>p</i>
Aşama 1									
Olumlu	3.50	.28	.60	12.46	.000	.60	.36	155.23	.000
Aşama 2									
Olumlu	2.94	.31	.50	9.46	.000	.63	.39	88.57	.000
Planlı	1.38	.36	.20	3.79	.000				
Aşama 3									
Olumlu	2.38	.36	.41	6.70	.000	.64	.41	63.94	.000
Planlı	1.29	.36	.19	3.61	.000				
Kaygılı	-.94	.31	-.17	-3.05	.00				

Tartışma

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin gelecek yönelimlerinin iyi oluş düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada olumlu, planlı ve kaygılı yönelimlerin iyi oluş ile ilişkili olduğu, diğer gelecek yönelimleri veya kişilik özellikleri kontrol edildiğinde de bu ilişkilerin anlamlı olduğu, olumlu gelecek yöneliminin iyi oluş skorlarını yordadığı modele diğer yönelimlerin eklendiği modellerde açıklanan varyansın küçük düzeylerde arttığı, üç değişkenin de birlikte iyi oluşu yordadığı modelde de olumlu gelecek yöneliminin en yüksek yordayıcılık düzeyine sahip olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçları geleceğe ilişkin tutum ve beklentilerin kişilik özelliklerinden bağımsız olarak iyi oluş ile ilişkili olduğuna ve eğitim ve psikolojik danışma alanlarında olumlu tutumların geliştirilmesinin diğer tutumlara müdahale edilmesine göre daha önemli olabileceğine işaret etmektedir.

Türkiye'de yapılan iki çalışmanın bulguları da mevcut araştırma bulguları ile uyumludur. Kaya ve diğerleri (2014) lise öğrencilerinin geleceğe yönelik tutumları ile öznel iyi oluşları arasında düşük

düzeyde pozitif yönde anlamlı bir korelasyon olduğunu bulgulamıştır. Eryılmaz (2011) ergenlerin olumlu gelecek beklentisinin öznel iyi oluş düzeylerini anlamlı bir şekilde yordadığını bulgulamıştır. (Açıklanan varyans % 24). Barczyk, Thompson ve Rew (2014) ise çoklu regresyon analizlerinde, öznel iyi oluş düzeyleri daha yüksek olan genç yetişkinlerin sosyal destek, iyimser gelecek beklentilerinin ve zaman akışını daha iyi algılama düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğunu bulgulamışlardır. Bu çalışma, iyi oluş ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin tam tersi yönde olabileceğini de ima etmektedir. Bu açıdan mevcut araştırma bulgularının yorumlanmasında değişkenler arasında sebep sonuç ilişkisi kurma konusunda dikkatli olunması gerektiği söylenebilir.

Araştırma verilerinin öz-bildirime dayalı ve kesitsel olması araştırma bulgularının sınırlılıklarındandır. Ayrıca çalışmanın örnekleme ilgili kampüsteki cinsiyet oranını yansıtmakla beraber çoğunluğu kadın öğrencilerden oluşmaktadır. Bu da sonuçların genellenebilirliği açısından sınırlılık oluşturmaktadır. Araştırma sonuçları, geleceğe ilişkin tutum ve beklentilerin kişilik özelliklerinden bağımsız olarak iyi oluş ile ilişkili olduğuna eğitim ve psikolojik danışma alanlarında olumlu tutumların geliştirilmesinin diğer tutumlara müdahale edilmesine göre daha önemli olabileceğine işaret etmektedir.

Kaynakça

- Allen, J. P. (2003). *An overview of Beck's cognitive theory of depression in contemporary literature*. Retrieved September, 07, 2019 from <http://www.personalityresearch.org/papers/allen.html>.
- Andretta, J. R., Worrell, F. C., & Mello, Z. R. (2014). Predicting educational outcomes and psychological well-being in adolescents using time attitude profiles. *Psychology in the Schools, 51*(5), 434–451. doi:10.1002/pits.21762
- Atak, H. (2013). On-Maddeli Kişilik Ölçeği'nin Türk kültürü'ne uyarlanması. *Nöro Psikiyatri Arşivi, 50*(4), 312–319. doi:10.4274/npa.y6128
- Barczyk, A. N., Thompson, S. J., & Rew, L. (2014). The impact of psychosocial factors on subjective well-being among homeless young adults. *Health & Social Work, 39*(3), 172–180. doi:10.1093/hsw/hlu020
- Butler, J., & Kern, M. L. (2016). The PERMA-Profiler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing, 6*(3), 1-48.
- Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D., & Kardaş, S. (2017). Beş boyutlu iyi oluş modeli: PERMA Ölçeği Türkçe Formunun geçerlik ve güvenilirliği. *The Journal of Happiness & Well-Being, 5*(1), 60-77
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi [The relationship between adolescents' subjective well-being and positive expectations towards future]. *Dusunen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, 209–215*. doi:10.5350/dajpn2011240306
- George, D., & Mallery, P. (2016). *IBM SPSS statistics 23 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.
- Gosling, S. D., Rentfrow, P. J., & Swann, W. B. (2003). A very brief measure of the Big-Five personality domains. *Journal of Research in Personality, 37*(6), 504–528. doi:10.1016/s0092-6566(03)00046-1
- Güler, A. (2004). *Relationship between self-construals and future time orientations*. (Master's Thesis, Middle East Technical University, Ankara, Turkey). Retrieved from: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2013). *Multivariate data analysis: Pearson new international edition*. Pearson Higher Ed.
- İmamoğlu, S. (2005). *Secure exploration: Conceptualization, types, and relationships with secure attachment, self-construals and other self-related variables* (Doctoral Thesis, Middle East Technical University, Ankara, Turkey). Retrieved from: <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/>
- Kaya, H., Bodur, G., & Yalnız, N. (2014). The relationship between high school students' attitudes toward future and subjective well-being. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 116*, 3869–3873. doi:10.1016/j.sbspro.2014.01.857
- Seligman, M. E. (2006). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. Vintage.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry, 13*(4), 249–275. doi:10.1207/s15327965pli1304_01