

**T.C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ERGENLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE**  
**ÖZNEL İYİ OLUŞLARININ SAHİP OLDUKLARI**  
**DEĞERLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**Tolga SEKİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Danışman**  
**Doç. Dr. Bülent DİLMAÇ**

**Konya- 2014**




T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



**BİLİMSEL ETİK SAYFASI**

Öğrencinin	Adı Soyadı:	Tolga SEKİ
	Numarası:	128301051012
	Ana Bilim / Bilim Dalı:	Eğitim Bilimleri/ Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı:	Tezli Yüksek Lisans
	Tezin Adı:	Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Öznel İyi Oluşlarının Sahip Oldukları Değerler Açısından İncelenmesi

Bu tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını bildiririm.

  
Öğrencinin imzası  
(İmza)



T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL FORMU

Öğrencinin	Adı Soyadı:	Tolga SEKİ
	Numarası:	128301051012
	Ana Bilim / Bilim Dalı:	Eğitim Bilimleri/ Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı:	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı:	Doç. Dr. Bülent DİLMAÇ
Tezin Adı:	Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Öznel İyi Oluşlarının Sahip Oldukları Değerler Açısından İncelenmesi	

Yukarıda adı geçen öğrenci tarafından hazırlanan Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Öznel İyi Oluşlarının Sahip Oldukları Değerler Açısından İncelenmesi başlıklı bu çalışma 16/06/2014 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği/oyçokluğu ile başarılı bulunarak, jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Ünvanı, Adı Soyadı	Danışman ve Üyeler	İmza
Doc. Dr. Bülent DİLMAÇ		
Doc. Dr. Erdal HAMARTA		
Doc. Dr. Cenk ARSLAN		

## ÖNSÖZ

Ergenlerin sosyal görünüş kaygılarının ve öznel iyi oluşlarının sahip oldukları değerler açısından incelendiği bu araştırma, sadece son iki yılın değil on sekiz yıllık bir eğitim sürecinin bir sonucudur.

Eğitim sürecim boyunca gelişmemde katkı sağlayan tüm öğretmenlerime, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesinin değerli öğretim üyelerine ve katkılarından dolayı hocam Doç. Dr. Erdal HAMARTA'ya içtenlikle teşekkür ederim. Baba olmayı heyecanla beklediğim şu günlerde hayatının belkide en zorlu döneminde bana her zamankinden daha çok destek olan eşim Esmâ'ya teşekkür ederim.

Benim için her zaman hocam, meslektaşım, büyüğüm olmaktan çok daha fazla anlam ifade eden, bilgisini ve tecrübesini hiçbir zaman esirgemeyen, öğrencisi olmaktan her zaman mutluluk duyduğum danışman hocam Doç. Dr. Bülent DİLMAÇ'a çok teşekkür ederim.

Tolga SEKİ



**T. C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü**

<b>Öğrencinin</b>	Adı Soyadı:	Tolga SEKİ
	Numarası:	128301051012
	Ana Bilim / Bilim Dalı:	Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı:	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı:	Doç. Dr. Bülent DİLMAÇ
Tezin Adı:	Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Öznel İyi Oluşlarının Sahip Oldukları Değerler Açısından İncelenmesi	

### ÖZET

Araştırmanın amacı, ergenlerin sosyal görünüş kaygılarının ve öznel iyi oluşlarının sahip oldukları değerler açısından incelenmesidir.

Araştırma, genel tarama modelinin bir alt türü olan ilişkisel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklemi, 2013-2014 eğitim-öğretim yılında Konya il merkezinde bulunan devlet okullarında eğitim gören ergenlerden tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Araştırmada Dilmaç (2007) tarafından geliştirilen “İnsani Değerler Ölçeği”, Eryılmaz (2009) tarafından geliştirilen “Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği” ve Doğan (2011) tarafından Türkçeye uyarlanan “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Ergen Formu” kullanılmıştır. Verilerin analizinde Pearson Korelasyon Katsayısı ve Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; insani değerler ölçeğinin alt boyutları ile öznel iyi oluş ölçeğinin alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ile öznel iyi oluş ölçeğinin tüm alt boyutları arasında negatif yönü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca sosyal görünüş kaygısı ile insani değerler ölçeğinin alt boyutları arasında negatif yönü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yapılan regresyon analizinde, insani değerler ölçeğinin hoşgörü alt boyutunun sosyal görünüş kaygısını açıkladığı bulunmuştur. Ayrıca insani değerler ölçeğinin alt boyutlarından birçoğunun öznel iyi oluş ölçeğinin aile ilişkilerinde doyum, önemli kişilerle ilişkilerde doyum, yaşam doyumunu ve olumlu duygular alt boyutunu açıkladığı bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Değerler, Öznel İyi Oluş, Sosyal Görünüş Kaygısı



**T. C.**  
**NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ**  
**Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü**

<b>Öğrencinin</b>	Adı Soyadı:	Tolga SEKİ
	Numarası:	128301051012
	Ana Bilim / Bilim Dalı:	Eğitim Bilimleri / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
	Programı:	Tezli Yüksek Lisans
	Tez Danışmanı:	Doç. Dr. Bülent DİLMAÇ
Tezin Adı:	An Investigation of Adolescents' Social Appearance Anxiety and Subjective Well-Being Levels in Term of Values They Have	

### ABSTRACT

The purpose of study is to examine of adolescents' social appearance anxiety and subjective well-being levels with respect to their human values they have.

This research was carried out in accordance with relational survey model which is a sub-species model of the general survey model. The research sample, in the 2013-2014 academic year studying in government schools located in the city of Konya adolescents were selected by random sampling method. In this research, Dilmaç (2007) developed by the Human Values Scale Eryılmaz (2009) developed by the Adolescent Subjective Well-Being Scale and Doğan (2011) adapted to Turkish by the Social Appearance Anxiety Scale Adolescent Form was used. Analysis of the data, the Pearson correlation coefficient and regression analysis were used.

Obtained from the research based on the findings, human values scale sub-dimensions and subjective well-being scale sub-dimensions of a positive significant relationship respectively. Social appearance anxiety of adolescents with all of the sub-dimensions subjective well-being scale a significant relationship was found between the negative direction. In addition to concerns about the social appearance

anxiety with the sub-dimensions of the scale of human values were significantly correlated in a negative direction.

In the regression analysis; tolerance of the scale of human values, social appearance anxiety subscale has been found to explain meaningful way. In addition, many of the sub-dimensions of the scale of human values have been found to explain the sub-dimensions scale family relationship satisfaction, satisfaction with the important people in relationships, life satisfaction and positive emotions in subjective well-being.

**Key Words:** Human Values, Subjective Well-Being, Social Appearance Anxiety

## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ .....	4
ÖZET .....	5
ABSTRACT.....	7
TABLolar LİSTESİ.....	11
BÖLÜM I.....	12
GİRİŞ .....	12
1. Problem Cümlesi.....	15
1.1. Alt Problemler.....	15
1.2. Araştırmanın Önemi .....	15
1.3. Araştırmanın Sayıltıları.....	16
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	16
1.5. Tanımlar .....	17
BÖLÜM II .....	18
KURAMSAL GÖRÜŞLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....	18
2.1. DEĞERLER.....	18
2.1.1. Değer Kavramı.....	18
2.1.2. Değerlerin Oluşumu.....	20
2.1.3. Değerlerin Özellikleri .....	22
2.1.4. Değerlerin Sınıflandırılması .....	23
2.1.5. Değerlerin İşlevi .....	25
2.1.6. Değerler Sistemine Bilim Dallarının Bakışı .....	27
2.1.6.1. Felsefede Değer Kavramı .....	27
2.1.6.2. Psikolojide Değer Kavramı.....	29
2.1.6.3. Sosyolojide Değer Kavramı.....	30
2.1.7. Değerlerin Farklı Değişkenlerle İlişkisi.....	31
2.1.7.1. Değer ve Tutum .....	31
2.1.7.2. Değer ve Norm.....	33
2.1.7.3. Değer ve İnanç .....	35
2.2. ÖZNEL İYİ OLUŞ .....	37
2.2.1. Öznel İyi Oluşun Tanımlanması .....	37
2.2.2. Öznel İyi Oluşu Etkileyen Faktörler .....	40
2.2.2.1. Kişilik.....	40
2.2.2.2. Gelir .....	41
2.2.2.3. Eğitim.....	42
2.2.2.4. Din ve İnanç.....	43
2.2.2.5. İş ve Çalışma Hayatı .....	44
2.2.2.6. Evlilik ve Aile Hayatı .....	45
2.2.2.7. Yaş .....	46
2.2.2.8. Cinsiyet .....	47
2.2.3. Öznel İyi Oluş Kuramları .....	48
2.2.3.1. Ereksel (Telic) Kuram .....	48
2.2.3.2. Etkinlik (Activity) Kuramları .....	49
2.2.3.3. Aşağıdan Yukarı (Bottom-Up) ve Yukarıdan Aşağı (Top-Down) Kuramları .....	50
2.2.3.4. Uyum Kuramı .....	51

2.3.	SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI .....	53
2.4.	KONU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....	55
BÖLÜM III	.....	59
YÖNTEM	.....	59
3.1.	ARAŞTIRMANIN MODELİ .....	59
3.2.	ÇALIŞMA EVRENİ –ÇALIŞMA GRUBU.....	59
3.3.	VERİ TOPLAMA ARAÇLARI .....	61
3.4.	VERİLERİN TOPLANMASI VE ANALİZİ.....	66
BÖLÜM IV	.....	68
BULGULAR	.....	68
BÖLÜM V	.....	76
TARTIŞMA VE YORUM	.....	76
BÖLÜM VI	.....	80
SONUÇ VE ÖNERİLER	.....	80
KAYNAKÇA	.....	82
EKLER	.....	97

**TABLolar LİSTESİ**

Tablo 1. Cinsiyete İlişkin frekans tablosu .....	60
Tablo 2. Yaşa İlişkin frekans tablosu.....	60
Tablo 3. Sınıfa İlişkin frekans tablosu .....	60
Tablo 4. Değişkenlerle İle İlgili Tanımlayıcı İstatistikler.....	68
Tablo 5. Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu .....	69
Tablo 6. Sosyal Görünüş Kaygısı .....	71
Tablo 7. Aile İlişkilerinde Doyum .....	72
Tablo 8. Önemli Kişilerle İlişkide Doyum .....	73
Tablo 9. Yaşam Doyumu .....	74
Tablo 10. Olumlu Duygular.....	75

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

Değer kavramı insanlık tarihi boyunca eski çağlardan bu yana tartışılan bir konu olarak süregelmiştir. Değer, yüzyıllar boyu felsefenin üç ana probleminden biri olarak devam etmiş (Yılmaz, 2006), bireylerin davranışlarına temel teşkil eden değerler felsefenin alanlarından aksiyolojinin temel konusu olmuştur (Tokdemir, 2007). Psikoloji ise değer kavramını felsefeden daha farklı bir şekilde ele alır. Psikolojide değerın önemi; objektif bir esasa dayanıp dayanmamasında değil, insan davranışlarının yol göstericisi olarak oynadığı rol olarak ifade edilir. Bu bakımdan psikoloji değer kavramını sadece bir inanç olarak alır (Güngör, 1993).

İlk defa sosyal bilimcilere Znaniecki tarafından kazandırılan değer kavramı Latince kıymetli olmak” veya “güçlü olmak” anlamına gelen “valare” kökünden türetilmiştir (Bilgin, 1995). Güngör (1998) değeri, bir şeyin arzu edilebilir veya edilemez olduğu hakkındaki inanç şeklinde tanımlarken; Doğanay (2006), değeri yaşamımızı etkileyen, yaşamda önem verdiğimiz düşünceler olarak tanımlar. Çağlar (2005) değerleri bireyin düşünce, tutum ve eylemlerinde birer standart olarak ortaya çıkan kültürel öğeler olarak ifade etmektedir. Ulusoy ve Dilmaç (2012) ise değeri insanın davranışlarına yön veren inançlar bütünü olarak tanımlamıştır.

Eski çağ filozofları, değerleri mutluluğun kaynağı olarak görmüştür. Öyle ki antik çağ filozoflarından Sokrates’e göre mutlu olmak erdemli olmak demektir (Gökberk, 1996). Aristoteles’ e göre ise insanın hayattaki en son amacı, hedefi mutluluktur ve onu bu amacına ve gayesine ulaştıracak araç ise erdemdir, fazilettir (Kaya, 1983).

Mutluluk insanlık tarihinin başlangıcından bu yana hep arzulanan bir şey olmuştur. Kişiler bireysel olarak mutluluğu elde etme çabasında oldukları gibi her çeşit topluluk ve toplumlar da bu amaca yönelik arayışlar içerisine girmişlerdir. Geçmişten bu yana bu arzunun elde edilmesi için mutluluk nedir ve nasıl elde edilir soruları sorulmuştur (Acaboğa, 2007). Mutluluk, genel olarak yaşamın en temel amacıdır ve tüm bireyler mutlu olmak isterler (Selim, 2008).

Psikoloji mutluluğu, öznel iyi oluş kavramıyla ele almıştır (Eryılmaz, 2011). Öznel iyi oluş kavramı; hoş duygulanım, hoş olmayan duygulanım ve yaşam doyumu öğelerinden oluşmaktadır. Öznel iyi oluşun yüksek olması, hoş olan duygulanımın hoş olmayan duygulanımdan üstün olmasına ve kişinin yaşamının niteliğine ilişkin bilişsel yargısının olumlu olmasına bağlıdır (Tuzgöl-Dost, 2005). Öznel iyi oluş, bireyin olumlu duyguları sık, olumsuz duyguları daha az yaşaması ve yaşamdan yüksek doyum alması olarak da ifade edilmektedir (Diener, 1984). Yetişkin öznel iyi oluşunda ele alındığı gibi çocuk ve ergen öznel iyi oluşunda da bu üç faktör önemlidir (Myers ve Deiner, 1995).

Değerlerle mutluluk ilişkisi insan yaşamının bir amacının olmasına ve anlam arayışına dayanmaktadır (Özdemir ve Koruklu, 2011). İnsanı mutlu eden yani mutluluk kaynağı olan pek çok değer vardır. Bunlardan bazıları güç, başarı, iş, sağlık, sevgi ve paradır. Her insan için bu değerlerin ölçüsü de farklılık göstermektedir (Selim, 2008).

Doğu toplumunda toplumsal iyilik durumu, toplumsal zenginlik ve toplumun yararına çalışma vurgulanan değerlerdir. Doğu toplumlarında mutluluğa giden yol daha çok toplumsal olarak çizilen rolleri yerine getirmekten geçerken; batı toplumlarında bireyin kendi amaç ve hedeflerine ulaşması, haz odaklı yaşamından geçmektedir (Özdemir ve Koruklu, 2011).

Değerler bireylerin davranışlarının, tercihlerinin, değerlendirmelerinin, ilişkilerinin ve daha birçok toplumsal hareketlerinin belirleyicisidirler (Yılmaz, 2008). Her insan bir toplum içerisinde değerler dünyası tarafından çevrelenmiş olarak doğar ve kendine özgü bir değerler hiyerarşisi oluşturarak yaşamını devam ettirir (Ülken,1958). Ancak bugün, insanların değer sistemlerinin etkileri ve yapısının incelenmesiyle, yaşam kalitesinin ihmal edilen belirleyicilerinin de açıklanmasının önemli olduğu tartışılmaya başlanmıştır (Andrews ve Withey, 1976).

Gençler, toplumun en dinamik, değişim ve yapılanmaları en iyi yansıtan kesimini oluşturmaktadır. Ergenlik dönemi, ergenin kendini aradığı, değerler oluşturarak kimliğini belirlemeye çalıştığı bir dönemdir (Ercan, 2001). Toplumsal değerlere ve toplumsal olaylara karşı ergenin ilgisi artmıştır. Sahip olduğu değerler

henüz birbiriyle çelişkili ve tutarsız görünmektedir. Ergen bu dönemde değerleri akılcı bir gözle eleştirebilecek ve bunları birbiriyle tutarlı bir genel dizge içinde tertipleyebilecek zihin gücüne ulaşır. Bu genel yetenek, gence birbiriyle çelişen aile değerleri ile arkadaş değerlerini uzlaştırma olanağı verebilir (Ercan, 2001). Ergen kendi değerler sistemini oluşturmaya bu dönemde başlar ancak değerler sisteminin yerine oturması genç erişkinlik dönemine kadar devam edebilir (Özbay ve Öztürk, 1992).

Ergenlik döneminin temel özelliklerinden biri de ergenin görünüşüne aşırı önem vermesidir. Günümüzde özellikle medyanın bu konudaki etkisi de göz önünde bulundurulduğunda, ergenlik dönemindeki bir birey için görünüşündeki herhangi bir kusur kabul edilemez olarak değerlendirilmektedir (Doğan, 2011). Bu dönemde birey dış görünüşü ve dış dünyanın kendisiyle ilgili yorumlarına çok önem verir. Geçici sosyal kaygı bu dönem bireyinin gelişiminin normal bir parçasıdır. Ancak; yüksek düzeyde sosyal kaygı, bireylerde kalıcı ve yaşamları boyunca artan bir yapıya dönüşebilir (Mash ve Wolf, 2002; Akt: Çakır, 2010). Sosyal görünüş kaygısı ise “bireyin görünüşünden dolayı olumsuz olarak değerlendirilme endişesi” olarak tanımlanabilir (Hart, Flora, Palyo, Fresco, Holle ve Heimberg, 2008). Doğan (2009); sosyal görünüş kaygısının bireyin beden imajına, görünüşüne yönelik olumsuz algılamaları ve değerlendirmelerinin sonucu olduğunu ve bireyin kendini görünüş açısından değerlendirmesinin bir sonucu olduğunu ifade etmiştir.

Ergenlik çağı oldukça fırtınalı bir dönem olarak adlandırılır (Yörükoğlu, 2008). Bu dönemde birey diğer konularda olduğu gibi bedeniyle ilgili yapılan değerlendirmelere de çok duyarlıdır. Ergen alıngan, kuşkulu ve güvensizdir. Hiçbir şey olmadığında bile kendinden bahsedildiğini düşünebilir (Dönmezer, 2001). Genelde kendi görünüşleri ve etrafındaki diğer insanların görünüşleri ile ilgili değerlendirme yaparlar ya da değerlendirilirler. Fakat görünüşün başkaları üzerinde ne oranda etkide bulunduğunu anlamak oldukça önemli bir yere sahiptir (Smith, 2007). Bu açıdan sosyal görünüş kaygısının ergenlik döneminde birey için önemli bir faktör olduğu düşünülebilir. Son zamanlarda yapılan çalışmalar da dış görünüş hassaslığını etkileyen faktörlerin neler olduğunu ortaya koymaya odaklanmıştır.

## 1. Problem Cümlesi

Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ve öznel iyi oluşları, sahip olduğu değerler açısından değişiklik göstermekte midir?

### 1.1. Alt Problemler

1. Ergenlerin sahip olduğu değerler ile öznel iyi oluşları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
2. Ergenlerin sahip olduğu değerler ile sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
3. Ergenlerin öznel iyi oluşları ile sosyal görünüş kaygıları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?
4. Ergenlerin sahip olduğu değerler, öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
5. Ergenlerin sahip olduğu değerler, sosyal görünüş kaygılarını anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

### 1.2. Araştırmanın Önemi

Araştırmanın amacı, ergenlerin sosyal görünüş kaygılarının ve öznel iyi oluşlarının sahip oldukları değerler açısından incelenmesidir.

İlgili konularda, yurt dışı ve yurt içinde yapılan akademik çalışmaların tespiti için bu araştırma ile doğrudan ve dolaylı ilgili olabilecek çalışmalar taranmıştır. Değerlerle ilgili çalışmalar ülkemizde hızlanarak arttığı gözlenmiştir. Öznel iyi oluş ile ilgili çalışmalar ülkemizde özellikle iki binli yıllarda, sosyal görünüş kaygısı ile ilgili araştırmaların son birkaç yılda yoğunlaştığı görülmüştür. Özellikle yurtdışında değerler ve eğitime ilişkin yapılan çalışmaların mazisi ülkemize göre oldukça eskiye dayanmaktadır.

Yapılan bu çalışmalardan değerler ve eğitime ilişkin elde edilen bulgular; bu alana her geçen gün daha çok önem verilmesini, farklı disiplinlerden bilim insanlarının değerlere ilişkin teorik ve uygulamada daha sistemli ve derinlemesine çalışmalar yapmasını sağlamıştır.

Değerler insan yaşamını şekillendiren ve davranışları anlamlı kılan önemli bir unsurdur. Özellikle ergenlik dönemi ile birlikte bireylerin görünüşlerine daha çok anlamlar yüklediği ve sosyal görünüşlerinin zamanla bir kaygı unsuru haline geldiği düşünülmektedir. Öznel iyi oluş düzeyleri de farklı değişkenlere bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir. Nüfus açısından genç bir ülke olan Ülkemizde, öncelikli olarak gençliğin tanınması önem arz etmektedir. Bu bağlamda ülkemizde oldukça büyük bir potansiyel olan ergenlerin öznel iyi oluşları ile sosyal görünüş kaygılarının değerler ile arasındaki ilişkiyi açıklayan bir çalışmanın; ergenleri daha iyi anlamada yardımcı olacağı, ergenlerin tutum ve davranışlarının daha sağlıklı değerlendirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ülkemizde değerlere ilişkin birçok çalışma yapılmakla birlikte literatürde ergenlerin sosyal görünüş kaygısı ve öznel iyi oluşlarını sahip oldukları değerler açısından açıklamaya yönelik çalışmanın bulunmadığı görülmüştür. Yapılan araştırmanın bu bağlamda literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yapılan araştırmanın; ergenlerin sosyal görünüş kaygılarını ve öznel iyi oluşlarını yaşam değerleri açısından değerlendirerek kendilerini daha iyi tanımalarına, ortaokul ve lise düzeyinde hizmet veren okullardaki öğretmenler ile rehber öğretmenlerin eğitim verdikleri öğrencileri daha iyi tanımalarına ve alanda çalışanların kuramsal bilgi edinmelerine katkı sağlayacağı umulmaktadır. Ayrıca elde edilen kuramsal bilgilerin alanda çalışan uygulayıcılara yol göstereceği, problemler karşısında geliştirilen çözüm önerilerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

### **1.3. Araştırmanın Sayıtları**

Araştırmaya katılan öğrencilerin uygulanan ölçme araçlarına içtenlikle ve doğru olarak cevap verdikleri varsayılmaktadır.

### **1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları**

1. Araştırmada ölçülecek olan ergenlerin sahip olduğu değerler “İnsani Değerler Ölçeği”nin, öznel iyi oluş düzeyleri “Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeğinin” nin, sosyal görünüş kaygıları “Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu”nun ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

2. Bu araştırma sonuçları araştırmanın örnekleminde yer alan ergenlerle benzer nitelik taşıyan bireylerle sınırlıdır.

### **1.5. Tanımlar**

**Değer:** Değerler, genel olarak insanların davranışlarına yön veren inançlar bütünüdür. (Ululsoy ve Dilmaç, 2012).

**Öznel İyi Oluş:** Öznel iyi oluş, bireyin yaşamı ile ilgili bilişsel değerlendirmesi ile olumlu duyguların varlığı ve olumsuz duyguların yokluğu olarak tanımlanmaktadır (Diener, Oishi ve Lucas, 2003).

**Sosyal Görünüş Kaygısı:** İnsanların fiziksel görünüşlerinin diğer insanlar tarafından değerlendirilirken yaşadıkları kaygı ve gerginlik olarak tanımlanmaktadır (Doğan, 2010).

## BÖLÜM II

### KURAMSAL GÖRÜŞLER VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde “değerler”, “öznel iyi oluş” ve “sosyal görünüş kaygısı” ile ilgili kuramsal bilgilerle birlikte bu konularda yapılmış araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. DEĞERLER

##### 2.1.1. Değer Kavramı

Değer kavramı sosyal bilimlerin temel tartışma konularından biri olarak süregelmiştir. Son yüz yıldır sosyal bilimlerde çeşitli bilim dallarında bu konuyu ele almışlardır. Sosyologlar, sosyal antropologlar ve sosyal psikologlar konuyu ele alan başlıca bilim adamları olmuşlardır (Bacanlı, 1999). Fakat değer kavramının çok değişik disiplinlere girmiş olması bu kavramın tanımını oldukça güçleştirmektedir (Güngör, 1995; Dilmaç, 2007).

İlk defa sosyal bilimcilere Znaniecki tarafından kazandırılan değer kavramı Latince “kıymetli olmak” veya “güçlü olmak” anlamına gelen “valere” kökünden türetilmiştir (Bilgin, 1995). Değer kavramını ilk defa kullandığı kabul edilen Znaniecki değeri “nesnelerin pekiştirici etkisi” olarak tanımlamıştır (Kağıtçıbaşı, 1980). Literatüre baktığımız zaman değer kavramı ile ilgili pek çok tanım bulunmaktadır.

TDK (1983)’ye göre kelime anlamı; bir şeyin önemini belirlemeye yarayan soyut ölçü, bir şeyin değdiği karşılık olan değer kavramı, belirli bir durumu bir diğerine tercih etme eğilimi olarak da tanımlanmaktadır. Türkçede “karşılık olma”yı dile getiren “değ(mek)” kökünden türetilmiştir. Kelimeyi bir sıfat olarak kullanarak bir şeyin değerli yahut değersiz olduğundan söz edebildiğimiz gibi, bir isim olarak kullanarak doğrudan o şeyin yüklendiği kıymeti kastedebiliriz: “değerini bilmek”, “değer biçmek”, “değer vermek” ifadelerinde olduğu gibi (Arslan ve Yaşar, 2007). Rokeach (1973), değer kavramının yaygın olarak kabul gören iki farklı kullanımı olduğunu belirtmiştir. Bunlardan birincisi “insanların önemli olarak düşündüğü yani kişide olan değerler”, ikincisi ise “bir nesnenin karşılığı yani kıymetidir”.

Değerler, insanların davranışlarına ilişkin tercihlerinde, bu davranışlarını doğrulamada ve kendileri de dâhil tüm insanları ve olayları değerlendirmede kullandıkları kriterlerdir (Karakitapoğlu, 1996). Güngör (1998) değeri bir şeyin arzu edilebilir veya edilemez olduğu hakkındaki inanç şeklinde tanımlarken, Doğanay (2006), değeri “yaşamımızı etkileyen, yaşamda önem verdiğimiz düşünceler” olarak tanımlar. Ulusoy ve Dilmaç (2012) ise değeri insanın davranışlarına yön veren inançlar bütünü olarak tanımlamıştır. Çelikkaya (1996) değeri; bir toplum, bir inanç, bir ideoloji içinde veya insanlar arasında kabul edilmiş, benimsenmiş ve yaşatılmakta olan toplumsal, insani, ideolojik veya ilahi kaynaklı her türlü duyuş, düşünüş, davranış, kural ya da kıymetler olarak tanımlamaktadır. Rokeach (1973) ise değeri, insanların davranışlarına rehberlik eden ve onları belirleyen daimi inançlar olarak tanımlamaktadır. Ona göre değer sistemi ise, sürekli bir önemliliği olduğundan dolayı tercih edilebilir bir davranış biçimi veya yaşam amaçları ile ilgili inançların daimi bir organizasyonudur. Değer, bir sosyal grup veya toplumun kendi varlık, birlik işleyiş ve devamını sağlamak ve sürdürmek için üyelerinin çoğunluğu tarafından doğru ve gerekli oldukları kabul edilen ortak düşünce, amaç, temel ahlaki ilke ya da inançlardır (MEB, 2013). Bu doğrultuda insanların yaşamında yer alan ve önemsedikleri en belirgin değerlerin bazıları özetle şöyle sıralanabilir (Dilmaç, 1999): İnsanları sevme, uyumlu olma, hırsları kontrol altına alma, başkalarının mutluluğunu isteme, kendini kontrol etme, iyi insan olma, manevi değerlere inanma, yardımsever olma, tecrübeli ve bilgili olma, dost edinme, evlat yetiştirme, eser yaratma.

Değerler, davranışlara kaynaklık eden ve onları yargılamaya yarayan anlayışlardır. Değerler ayrıca, bireylerin neyi önemli gördüklerini tanımlayarak istekleri, tercihleri, arzu edilen ve edilmeyen durumları gösterir (Erdem, 2007). Değerler insanlarda var olan tutumları ve insanların davranışlarını, tüm algılama ve davranış şekillerini etkiler (Ayril, 1992); tutum ve davranışların belirlenmesinde ve biçimlendirilmesinde önemli rol oynar (Dilmaç, 1999). Ruyter (2002), insanların deneyimlerini ve hayatını anlamlı ve değerli hale getirmek için bir değerler çerçevesine ihtiyacı olduğunu ifade etmektedir (Akt: Yıldız ve Dilmaç, 2012).

### 2.1.2. Değerlerin Oluşumu

Günümüzde teknoloji çok hızlı bir şekilde gelişmekte ve yayılmaktadır. Buna bağlı olarak insanlar arasında bilgi ve kültür alışverişi de daha hızlı gerçekleşmektedir. Bu durum insanların yaşam standartlarını, düşüncelerini ve paralelinde değerlerini de değiştirmekte ya da yeniden şekillendirmektedir (Tahiroğlu, 2011). Peki, insan hayatında önemli bir yer tutan değerler insanda nasıl oluşmakta ve şekillenmektedir? Değerlerin insanda nasıl oluştuğuna dair pek çok kuram ve bilim adamı tarafından çeşitli görüşler ortaya konulmuştur.

Değerlerin oluşumu ile ilgili kuramlara baktığımız zaman: Psikodinamik kuramlara göre değerlerin kökeni bilinçaltıdır ve insan davranışlara yön veren psikolojik süreçlerin işleyişinden habersizdir. Davranışçı yaklaşımlar ise gözlenebilir davranışlarla ilgilenmekte ve çevresel etkinin rolüne vurgu yapmaktadır. Davranışçı kurama ve psikodinamik kurama karşı çıkan, insan doğası ile ilgili olarak çok olumlu ve iyimser bir görüşe sahip olan insani kuramcılara göre bireyler, sembol kullanma ve soyut düşünme konularında üstün yeteneklere sahiptir. Bundan dolayı insanlar üst düzeyde seçimler yapabilirler, davranışlarının sorumluluğunu üstlenebilir ve kendini gerçekleştirmiş kişiler olarak gizilgüçlerini harekete geçirebilirler. Bilişsel yaklaşım, bireylerin benzer uyaranlar karşısında farklı tepkilerinin anlaşılmasını sağlamaktadır. Bilişsel kuramlar, öncelikli olarak biyolojik belirleyiciler, ruhsal güç ve sosyal baskı ile ilgili değildir. Bilişsel kuramlar bunların yerine; insanların soyutlama yollarının önemi, bilgi süreçleri, günlük karar verme süreçlerinin kullanılmasına vurgu yapmaktadır (Carlton, 1995; Akt. Yılmaz, 2006)

Fichter (1996)'e göre değerlerin belirli bir kaynağı bulunmaktadır, bunları içsel ve dışsal kaynaklar olarak ikiye ayırmıştır. Dışsal kaynaklarda değerlerin kaynağı sosyal kişiliğin dışındadır. Sözgelimi kişiye saygınlık, iyi bir aileye ait olmasından dolayı gösterilir, kişinin kendisinden dolayı değil; çünkü iyi bir aileden gelmek toplumda iyi bir değer ölçütüdür. Değerler ile yargılama kişinin toplum içinde işlevsel rolüne, eğitimine, eğitiminin çeşidine, fiziki niteliklere göre değişmektedir. Bütün bunların kaynağı kişinin kültürel çevresinde bulunmaktadır. Bireyin insanlık onuru, bireye saygıyı gerektirmektedir. Kişinin davranışlarıyla değerlendirilmesi, iyi davranışları için övülmesi, kötü hareketleri için azarlanması da

kişinin değerlerle ilişkilendirilmesinde bir temel oluşturmaktadır. İnsanların değerlerini yönlendiren bir içsel kaynağı bulunmakta ve davranışlarını biçimlendirmede bu kaynaklar yönlendirici bir özelliği bulunmaktadır (Akt: Kara, 2007).

Rokeach (1973)' a göre değerlerin, inançlara benzer şekilde bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutları vardır. Bireyin bir değere sahip olduğunu belirtmek, onun bilişsel açıdan ne yaptığını bilmesi ve bildiği doğrular doğrultusunda davranışlarını sergileyerek amacına ulaşmaya çabalaması anlamına gelmektedir. Değerin duygusal boyutları olması bireyin kendisi ile ilgili olarak duyularında vuku bulan hislerdir. Bireyin kendisine olumlu tavırlar sergileyenlere karşı onay veren, olumsuz tavırlar sergileyenlere karşı eleştiren bir tavır takınması bu boyutun bir sonucudur. Rokeach son olarak değerlerin davranışlara yol gösteren arabuluculuk yapma özelliğine sahip olduğunu belirtir ve bunu davranışsal boyut olarak niteler (Akt: Koca 2009).

Maslow (1982), insandaki yapısal farklılıklardan yola çıkarak bazı değerlerin bütün insanlar için ortak olduğunu, bazı değerlerin ise bütün insanlar tarafından kabul görmediğini iddia etmektedir. Kendisini temel ihtiyaçlar olarak isimlendirdiği ihtiyaçlar hiyerarşisinin muhtemelen bütün insanlar için ortak olduğunu bu yüzden paylaşılan değerler olduğunu ileri sürmektedir. Fakat özel durumlara bağlı olan ihtiyaçların, bu durumlara hassas değerler üreteceğini de belirtmektedir. Kısaca Maslow'a göre değerler ihtiyaçlara göre oluşmaktadır. Bireyin kişilik, kültür ve dünya görüşünden kaynaklanan yapısal farklılıkları, farklı tercihler ve değerleri meydana getirmektedir (Akt: Kapu, 2001).

Değerlerin öğrenilmesinde bilgi ve düşünce boyutu da önemlidir. İnsanlar tercihlerini ve yargılarını yeni öğrendikleriyle değiştirmekte ve şekillenmektedir. Sonuçta değerler genetik olarak aktarılmazlar. Değerler sosyal rollerle öğrenilerek bir sonraki kuşaklara aktarılırlar. Sosyal roller içinde mesleki, cinsel, sosyal, kişisel gibi kimlik yapıları da yer almaktadır. Sosyal rollerle biçimlenen kimlik yapılarının oluşmasında değerler önemli bir yere sahip bulunmaktadır. Belirli bir sosyal rolde kişilerin neler yapması, neler yapmaması ve nelere kıymet vermesi öğrenilir ve bunlar bir yaptırım da olabilir. Değerler çeşitli sosyal rollerde bize neler yapmamız gerektiğini de söylemektedir. Örneğin, cinsel kimlikle ilgili değerler kız ve erkek

çocuklarında farklı oluşur. Bir erkek için cesaret, azim, sebat ve soğukkanlılık önem verilen değerler olurken kızlar için koruyuculuk, duygusallık ve bağlılık daha önemli değerler olarak karşımıza çıkar. Değerlerin oluşmasında sosyal destekler ve pekiştireçler önemlidir. Bir değer diğer insanlar tarafından onaylanır ve takdir görürse bireydeki etkisi yüksek olur. Değerler arkalarındaki toplumsal destekleri kaybettikçe değişmeye veya etkisiz olmaya başlamaktadır (Sarı, 2005).

### 2.1.3. Değerlerin Özellikleri

Değerlerin tanımı gibi özellikleri hakkında da pek çok yaklaşım sıralanmıştır. Değerlerin özelliklerini incelediğimizde ilk olarak İlköğretim Programında (MEB, 2013) şu şekilde sıralanmıştır:

1. Değerler toplum ya da bireyler tarafından benimsenen birleştirici olgulardır.
2. Toplumun sosyal ihtiyaçlarını karşıladığına ve bireylerin iyiliği için olduğuna inanılan ölçütlerdir.
3. Sadece bilinç değil duygu ve heyecanları da ilgilendiren yargılardır.
4. Değerler bireyin bilincinde yer alan ve davranışı yönlendiren güdülerdir.
5. Değerlerin normlardan farkı normlardan daha genel ve soyut bir nitelik taşımasıdır. Değer normu da içerir.

Gökçe (1994), tarafından yapılan çalışmada değerlerin genel özellikleri ise aşağıdaki biçimde ifade edilmiştir:

1. Değerler, temel seçici uyum standardıdır. Bu bağlamda değerler bilinçli ve amaçlı davranışın genel ölçütüdür.
2. Değerler kültürel olarak şekillendirilmiştir ve aynı zamanda kültür üzerinde de yönlendirici olarak etki etmektedir. Bu bakımdan değerler, belli bir kültürün gelişme süreci içinde şekil almaktadır.
3. Değerler, insanlarla özdeşleşmiştir. Sosyalleşme sürecinde değerler kişiler tarafından öğrenilmekte ve üstlenilmektedir.
4. Değerler sosyal bir boyuta sahiptirler. Değerler hem zihinsel hem de duygusal yönü belirten ifadelerdir.

Schwartz (2012) ise bütün değerler için geçerli altı özellik belirtmiştir:

1. Değerler ayrılmaz bir şekilde bağlı inançlardır.
2. Değerler, hedeflere ulaşmada motivasyon sağlamaktadır.
3. Değerlerin spesifik eylemlerin ve durumların üzerindedir.
4. Değerler standartlar veya kriterler olarak hizmet vermektedir.
5. Değerler, birinin diğerine göre önemliliğine göre sıralanır.
6. Değerlerin önem derecesi davranışlarımıza yön verir.

Değerlerin özelliklerini özetleyen Özgüven (2007) şu şekilde sıralamıştır:

1. Toplum ya da bireyler tarafından benimsenen birleştirici olgulardır.
2. Toplumun sosyal ihtiyaçlarını karşıladığına ve bireylerin iyiliği için olduğuna inanılan ölçülerdir.
3. Sadece bilinç değil, duygu ve heyecanları da ilgilendiren yargılardır.
4. Değerler, bireyin bilincinde yer eden ve davranışı yönlendiren güdülerdir.

Toplumsal yapıyı oluşturan ekonomi, siyaset, aile, hukuk, eğitim, din gibi temel kurumların hepsi kendisine ait değerleri de içerir. Ancak nasıl bu kurumların işleyişini birbirinden bağımsız düşünemiyorsak, değerleri de birbirinden bağımsız düşünmek mümkün değildir (Özensel, 2003).

#### **2.1.4. Değerlerin Sınıflandırılması**

Değerler ile ilgili çalışmalara baktığımızda pek çok sınıflamanın yapıldığı görülmektedir. Bu bölümde değerler ile ilgili yapılan çalışmalardan literatürde yaygın olarak kullanılan bazı sınıflamalar incelenmiştir.

Değerlerin sınıflandırılması ile ilgili ilk çalışmalardan birini Spranger (1928) yapmıştır. Spranger değeri altı gruba ayırmıştır. Bunlar; bilimsel/kuramsal, ekonomik, estetik, toplumsal/sosyal, politik ve dini değerlerdir. *Bilimsel nitelikli bireyler*, gerçeğe, bilgiye ve eleştirici düşünceye önem verirler. Kendisini objenin güzelliği ve yararlılığına ilişkin yargılardan arındırırlar. Benzerlik ve farklılıklara dikkat eder, akılcı ve deneysel bir bilim adamının niteliklerini taşırlar. Bilgisini düzenleyerek

sistemleştirmeyi amaç edinirler. *Ekonomik nitelikli* bireyler, yararlı ve pratik olana önem verirler. Herhangi bir etkinliğin yararlı olup olmaması onun için çok önemlidir. Birey, yaşamı bedensel ihtiyaçların doyumu olarak görür. Zengin ve güçlü olmak ister. *Estetik nitelikli bireyler*, biçim ve uyuma önem verirler. Her bir yaşantıyı, zarafet, simetri ve uygunluk açısından değerlendirirler. Her türlü izlenimden zevk alırlar. Bireycilik ve kendi kendine yeterlilik en önemli özelliklerindedir. Kuramsal değer onun niteliklerine tamamen zıttır. *Toplumsal nitelikli bireylerin*; yardımseverlik, bencil olmama ve başkalarını sevme en önemli özelliklerindedir. En önemli olan şeyin insanları sevmek olduğuna inanırlar. İnsanları belirli bir amaç için araç olarak kullanmazlar. *Politik nitelikli bireyler*; kişisel olarak güçlü ve etkili olmaya önem verirler. Her şeyin üstünde kişisel güç etki ve şöhret ararlar, siyasete girmese bile politik kimseler olarak bilinirler. *Dinsel nitelikli bireyler ise* evreni bir bütün olarak algılar ve kendini bu bütünlüğün bir parçası olarak görürler. Mutlak şekilde doyurucu en yüksek değer tecrübeleri arar, mistik konulara ve yaşantılara ilgi duyarlar. Dinsel doyum için yaşamın nimetlerini göz ardı edebilirler (Özgüven, 2007). Daha sonra Spranger'den ilham alarak "Study of Values" adlı geniş bir çalışma yapan Allport ve Vernon bu sınıflandırmayı ölçeğe dönüştürmüşlerdir. Bu değerlere ek olarak Güngör ahlaki değerleri de eklemiştir. Ona göre ahlaki değerler; dürüstlük, doğruluk gibi değerlerdir (Güngör, 1998; Akbaş, 2004; Ergün, 2013).

Rokeach 1973 yılındaki çalışmasında değerleri temelde gaye ve vasıta değerler olarak ikiye ayırmıştır. *Gaye değerler*, arzu edilen nihai değerleri içerirken; *vasıta değerler*, gaye değerlere ulaşmak için kullanılacak davranış tarzlarını ifade eder.

1.Gaye değerler; aile güvenliği, barış içinde bir dünya, başarılı olma, bilgelik, dini olgunluk, eşitlik, gerçek dostluk, güzellikler dünyası, heyecan verici bir hayat, iç huzur, mutluluk, kendine saygı, gerçek dostluk, özgürlük, rahat bir hayat, sosyal kabul, ulusal güvenlik, zevk.

2.Vasıta değerler; bağımsız olma, affedicilik, cesaret, dürüstlük, entelektüellik, geniş görüşlülük, hırs, itaatkârlık, kendini kontrol edebilme, nazik, kendine hâkim, mantıklı, neşeli, sevecen, sorumluluk bilinci olan, temiz, yardımseverlik, yaratıcılık”(Akt: Ulusoy, 2007).

Değerlerle ilgili önemli bir sınıflama Schwartz tarafından yapılmıştır. Schwartz on temel değer grubu belirlemiş ve bu temel değer grubuna karşılık gelen değerleri sıralamıştır. Bu değerler: *güç* (sosyal statü, otorite, zenginlik), *başarı* (sosyal standartlara göre gösterilen kişisel başarı), *hazcılık* (zevk ve hayattan tat alma), *uyarılım* (hayata meydan okuma), *kendini yönlendirme* (düşünce ve eylemlerde bağımsızlık), *evrensellik* (anlayışlılık, hoşgörü), *yardımsellik* (kişisel ilişki içinde olunan insanların refahını düşünmek), *geleneksellik* (fikirlere, kültürlere ve inançlara saygı), *uyumluluk* (başkalarına zarar verebilecek eylemlerden kaçınma), *güvenlik* (toplumla olan ilişkide huzuru ve sürekliliği içerir) (Schwartz, 1994).

Nelson'a (tarihsiz) göre değerler bireysel değerler, grup değerleri ve sosyal değerler olarak üçe ayrılır. Bireysel değerler seçim yapmada ve satın aldığımız ürünlerde, hobilerimizde olduğu gibi diğer kişisel tercihlerimizle ilişkilidir. Grup değerleri, belirli bir grubun üyeleri tarafından paylaşılan değerlerdir. Bu grup aile, kulüp, dini ya da politik bir grup olabilir. Sosyal değerleri ise adalet, saygı, farkındalık, eşitlik gibi değerlerdir ve bireyin mevcut toplumsal yapı içerisinde varlığını devam ettirmesine yararlar (Akt: Yazıcı, 2006).

### **2.1.5. Değerlerin İşlevi**

İnsanların sahip olduğu değerler bir takım sonuçlara yol açar. Bu sonuçlar literatürde değerlerin işlevleri olarak adlandırılmaktadır (Ulusoy ve Dilmaç, 2012). Değerlerin toplumsal yaşam için önemli özellikleri ve bu özelliklere bağlı olarak yerine getirdiği çeşitli işlevleri vardır (Özensel, 2003). Fichter (1990), değerlerin işlevlerini şu şekilde ifade etmektedir:

1. Değerler, kişilerin ve birlikteliklerin sosyal değerinin yargılanmasında hazır birer araç olarak kullanılır. Tabakalaşma sistemini mümkün kılar. Bireyin çevresindekilerin gözünde nerede durduğunu bilmesine yardım eder.
2. Değerler, kişilerin dikkatini istenilir, yararlı ve önemli olarak görülen maddî kültür nesnelere üzerinde odaklar. Bu değerli nesne, her zaman birey veya grup içinde en iyi olmayabilir. Fakat o nesne için çaba gösterilmesine yol açtığı da bir gerçektir.

3. Her toplumdaki ideal düşünme ve davranma yollarına, değerler işaret ederler. Sosyal olarak kabul edilebilir davranışın adeta şemasını çizerler. Böylece kişiler de hareket ve düşüncelerini en iyi hangi yolda gösterebileceklerini kavrayabilirler.
4. Değerler, kişilerin sosyal rollerini seçmesinde ve gerçekleştirmesinde rehberlik ederler. İlgi yaratırlar, cesaret verirler. Böylelikle de kişilerde çeşitli rollerin gerekliliklerinin ve beklentilerinin bir takım değerli hedefler doğrultusunda işlemekte olduğunu kavramış olurlar.
5. Değerler, sosyal kontrol ve baskının araçlarıdır. Kişileri törelere uymaya yöneltir, doğru şeyleri yapmaya yüreklendirir. Değerler ayrıca onaylanmayan davranışları engeller, yasaklanmış örüntülerin neler olduğuna işaret eder ve sosyal ihlâllerden kaynaklanan utanma ve suçluluk duygularının kolayca anlaşılabilmesini sağlar.
6. Değerler, dayanışma araçları olarak da işlevde bulunurlar. Sosyal bilimlerin aksiyonlarından biri de, grupların yüksek düzeyde bazı değerlerin paylaşılması amacıyla buluştuğudur. Kişiler aynı değeri güden kişilere doğru çekimlenirler. Ortak değerler sosyal dayanışmayı yaratan ve sürekli kılan en önemli faktörlerden biridir. (Akt: Özensel, 2003)

Rokeach (1973) ise değerlerin fonksiyonlarını şu şekilde açıklamıştır.

*1. Standart olarak değerler:* Değerler bireyin toplum içinde ki davranışlarını belirler. Bir olayla karşılaşan birey pozisyon alır ve karşılaştığı toplumsal olayları değerlendirirken ve yargılarken değerlerini kullanır. Birey değerlerine bağlı olarak siyasi veya dinsel ideolojiyi diğerine tercih eder ve kendini başkalarına sergiler. Kendisini başkalarıyla karşılaştırırken ve başkalarını etkilemek ya da ikna etmek amacıyla kullanır. Değerler sayesinde insanlar inanç, tutum ve eylemlerini akıl süzgecinden geçirir ve toplumsal alanda kabul edilmezlik sonucundaki benlik zedelenmesini engeller.

*2. Çatışma ve karar vermede değerler sistemi:* Birey çatışma ve karar verme durumuyla karşılaştığında değerler danışmanlık görevi yerine getirirler. Böyle bir

durum karşısında değerlerin biri değil birkaçı birden harekete geçer ve birey önceden öğrenilmiş yapıları kullanarak karar verir ve çatışmaları çözer.

*3.Değerlerin seviyeleri:* Değerler tek başına değil, diğer değerlerle birlikte var olurlar. Bir araya gelerek tutarlı ve sistemli kalıcı organizasyonlar oluştururlar. Değerler aynı zamanda önem sırasına göre aşamalı sınıflandırma oluştururlar. Birey aile ve kişisel ilişkiler için ve iş yaşamı için ayrı değer sınıflandırması yapabilir.

*4.Değer kazanımı:* Değerler kalıtsal olmayıp öğrenme sonucu oluşurlar. Değer oluşumu çocuklukta başlar ve yaşa bağlı olarak artar. Ortak değerlerin oluşumunda sosyoekonomik düzey önemli rol oynamaktadır. Birey içinde bulunduğu ortam (okul, işyeri, aile) özelliklerine uygun değerler geliştirir. Toplumsal yapı değiştiğinde değer sistemleri de değişerek yeni yapıya ayak uydurur. Toplumun sanayileşme seviyesi ve ekonomik gelişmeler sonucunda değerler geliştirmekte, eski değerleri yeniden yorumlamakta, değer sistemindeki hiyerarşi değişmektedir. Dini ve aile kurumlarına ait değerlerdeki değişimler, diğer değerlere oranla daha yavaş olmaktadır. (Akt: Akbaş, 2004)

Görülüyor ki değerlerin iki temel işlevi bulunmaktadır. Bunlardan ilki bireye yaşadığı topluma ayak uydurması için nasıl davranacağı konusunda rehberlik ederek onu sosyalleştirmek, böylelikle huzurlu bir insan olmasına katkıda bulunmaktır. Bir diğer işlevi ise insanları benzer görüşlerde birleştirerek toplumsal bütünlüğü kurmak ve gelecek nesillere aktarmaktır (Kumbasar, 2011).

### **2.1.6. Değerler Sistemine Bilim Dallarının Bakışı**

Değer kavramı çeşitli bilim dalları tarafından farklı açılardan tasvir edilmeye çalışılmıştır.

#### **2.1.6.1. Felsefede Değer Kavramı**

Felsefe üç ana problemle ilgilenir. Bunlardan varlıkla ilgileneni ‘ontoloji’, bilgi ile ilgileneni ‘epistemoloji’ ve ahlakla ya da değerlerle ilgileneni ise ‘aksiyoloji’dir. Aksiyoloji; etik, estetikle ilgili sorular sorarak, neyin iyi, güzel, olumlu, faydalı vb. olduğunu tartışır. Bu tartışmalar içerisinde değerler; erdem, vicdan gibi kavramlar etrafında insanların davranışlarına anlam verilmeye çalışılır (Tokdemir, 2007).

“Değer nedir?” sorusu felsefenin en eski konularından biridir. Platon Milattan Önce dördüncü yüzyılda bu soruya yanıt bulmaya çalışmıştır. Buna göre değer konusunun kökenlerinin çok eski zamanlara dayandığı söylenebilir. Platon, yaptığı çalışmalarda kavramsal analizler yolu ile adalet ve iyinin gerçekten ne anlama geldiğini kavrayabileceğimizi ileri sürmüştür (Goldthwait, 1996; Skirbekk ve Gilje, 1971; Akt: Yılmaz, 2006).

Değer kavramının, anlamını felsefeye borçlu olduğu bilinmektedir. Alman metafizikçi W. Windelband, felsefeyi genel olarak bir “değer felsefesi” olarak görür ve tarihsel olayların yasalaştırılamayacağını, ancak değerlendirilebileceğini savunur. Ona göre, yapılabilecek değerlendirme de ancak insana göre olabilir. Zaten her yeniçağ, bir önceki çağın değerlerinden kurtulmak için yapılan bir mücadeleden ibarettir. Bu anlamda da insan hayatı, sürekli bir değerler hayatının mücadelesidir. Günümüzdeki değerle ilgili felsefi tartışmaların temelini 1890’lı yıllarda atıldığını söyleyebiliriz. Nietzsche, Scheler, Dupreel, Le Senne ve Polin gibi düşünürlerce de değer önemli sayılmış ve felsefelerinde önemli bir yer teşkil etmiştir. Bu düşünürlerin felsefelerinde salt değer, kendisinden çok, değer yargıları ve kuramları düzeyindeki konumu itibariyle ön plandadır. Nitekim Nietzsche, değerleri yaratanın ve değerleri koyanın insan olduğunu söyler. Kant’a göre de değer, öznenin tabiatının nesnelere zorla kabul ettirdiği bir zorluktan doğar. Bilginin değeri onun konusuna uygunluğu ile değil bizim için bir bilgi olmasını sağlayan öznel koşullarla gerçekleşmiştir. N. Hartmann da değerlerin kendi başına var olduğunu, bunları insanın keşfettiğini ileri sürer (Özensel, 2003).

Çağdaş felsefecilerden, Nietzsche, değeri “bir canlı varlığın, kendi ben’inin ve varlık koşullarının gerektirimlerine bağlı olarak ortaya koyduğu tercih” olarak yorumlar. Nietzsche’ye göre değerlerin temelinde insanın istemesi, yani iradesi vardır ve dolayısıyla insan, dünyaya, nesnelere, olaylara ve olgulara belli değerler açısından bakar ve değerlendirmede bulunur. Ayrıca güçlü olma isteği taşıyan insan topluluklarının sahip oldukları ya da kabul ettikleri ahlak kuralları arasında belli bir hiyerarşi söz konusudur. İnsan topluluklarını düşünceleriyle etkileyen üstün insanlar, daha önceki değerleri yeniden irdeleyerek ve değerlendirerek, toplulukların gelecekte neleri “değer” olarak kabul edeceklerini belirlerler (Yapıcıkardeşler, 2007).

Değer kavramının Felsefe’de çoğunlukla etik ve ahlak kavramlarıyla iç içe, hatta etiğin bir alt unsuru olarak ele alındığı görülmektedir. Tanımlamalarda ahlak ve etik kavramları birbirine yakın olmakla birlikte ahlakın geleneksel ve göreceli, etiğin ise ussal ve evrensel olarak ayırt edildiği görülmektedir (Çalışkur, 2008). Etik; biyoloji, psikoloji ve sosyolojideki her hangi bir konu gibi ele alınmıştır. Her var olan değer bir olguya, her norm bir gerçeğe, her fikir bir ideolojiye dönüştürülmüştür. Bu durumda filozoflar, insan haysiyetinin ve varlığın anlamının dayandığı gerçekliklerdeki değer boyutunu sorgulamaya başlamışlardır. Dolayısıyla da onlar değerler doktrini olarak isimlendirilen bir yöntem geliştirmişlerdir. Elbette teorik olduğu kadar pratik de olan bu değerler, bir sürekliliğe sahiptirler. Değerler kuşkusuz, natüralizmin ifade ettiği gibi, bir varlık düzenine bağlı değildirler. İyi, güzel ve doğru, varlığın dışında bulunur. Onlar, ‘olgu’ değil, ‘var olan değer’ karakterine sahiptirler (Tillich, 1960; Akt: Çınar, 2006) .

#### **2.1.6.2. Psikolojide Değer Kavramı**

Güngör’e (1993) göre psikoloji değer kavramını bir inanç olarak ele alır ve değerın önemi insan davranışının yol gösterici olarak oynadığı rol olarak ifade edilir. Tüm inançlar gibi bilişsel, duyuşsal ve davranışsal öğelere sahiptirler: a) Bir kişinin bir değere sahip olduğunu söylemek için kişinin bilişsel olarak doğru davranış yolunu bildiğini ya da doğru hedef için çabaladığını söylemek gerekir. b) Değer; kişinin değer karşısında duygulanabilmesinde, onu etkili bir şekilde savunabilmesinde veya karşı olmasında, olumlu örnek gösterenleri onaylayıp olumsuz örnek gösterenleri onaylamaması bağlamında duygusaldır c) Değer, bir hareketin yapılmasına öncülük eden değişkenleri önleme bağlamında davranışsal bir unsura sahiptir (Rokeach, 1973; Akt: Tahiroğlu 2011)

Rokeach (1973) değeri araç ve amaç değerler olmak üzere iki kategoride incelemiştir. Araç değerler, ahlaki içerikli ya da yeterliliğe dönük olabilir. Amaç değerler de kişisel ve toplumsal değerler olmak üzere ikiye ayrılır. Örneğin ahiret mutluluğu özsaygı kişisel; barış içinde bir dünya, ulusal güvenlik, özgürlük vb. toplumsal içerikli değerlerdir (Akt: Şahin Fırat ve Açıkgöz, 2012).

Schwartz ise güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz yönelim, evrensellik, iyilikseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlik olmak üzere on temel değer grubu belirlemiş ve bu temel değer grubuna karşılık gelen değerleri sıralamıştır (Schwartz, 1994). Schwartz, kuramındaki değer tiplerinin güdüsel açıdan süreklilik sergilediğini; buna bağlı olarak yapı içerisinde, birbirine yakın durak değer tiplerinin herhangi bir dış değişkenle gösterdiği ilişkilerin de benzerlik göstereceğini varsaymıştır. Örneğin bir dış değişken olarak “tutuculuğun” uyarılım ve hazcılık değer tipleriyle düşük; güvenlik, geleneksellik, uyma değer tipleriyle yüksek ilişki sergilemesi yüksek bir olasılıktır (Şahin Fırat ve Açıkgöz, 2012).

Allport, Vernon ve Lindzey (1960), değerler sisteminin altı boyutunun olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bunlar estetik, teorik, ekonomik, siyasi, sosyal ve dinî değerlerdir. Her değer boyutu kendine özgü değerler içerir. Estetik değerlerde şekil ve ahenk önem arz ederken; teorik değerlerde gerçekliğe ulaşmak önemlidir. Teorik değerlerde en önemli kavramlar muhakeme, gözlem, eleştiri ve rasyonel düşüncedir. Amaç bilgi edinimi ve bilginin düzenlenmesidir. Ekonomik değerlerin ana kavramı ise fayda olarak belirlenmiştir. Siyasi değerlerde ağırlıklı olan kavram güçtür. Gücün kazanımı ve kullanılması bu değeri benimseyen bireylerin en temel amacı olarak gözlenir. Sosyal değerlerin temeli ise sevgiye dayanmaktadır. Bu alt boyutlar, insanın varlık alanları olarak kabul edilmektedir. Bu bakış açısına göre, her insanın kendine özgü kabul ettiği, önemsedığı bir veya birden çok değer vardır ve bu değerler insanın yaşamını belirler. Bir birey için önemli olan değer, bir diğeri için aynı derecede önem arz etmeyebilir (Akt: Turan ve Aktan, 2008).

### **2.1.6.3. Sosyolojide Değer Kavramı**

Sosyoloji beşerî toplumun sistematik incelenmesiyle ilgilenen bir toplumsal kurallar bütünü olan toplumun bilimidir (Tezcan, 1985). Daha açık olarak, belli zaman ve mekândaki toplumu ve toplumsal gerçekleri vasıflayan, karşılaştıran ve yorumlayan bir bilimdir (Taplamacıoğlu, 1969).

Herhangi bir toplum yapısının analiz edilebilmesi için o toplumsal yapıdaki kurumların, süreçlerin ve rollerin bilinmesi gerekir. Bu kurum, süreç ve rollerin sosyal aktörler tarafından anlamlandırılmaları da bilindiği gibi değerler aracılığıyla

mümkün olabilmektedir. Bu nedendir ki herhangi bir toplum yapısının analizine katkıda bulunacak en önemli unsur, o toplumun sahip olduğu değer yargılarının tespiti olacaktır. Böylece, o toplumun yapı ve işlevlerine ilişkin ileriye yönelik projeksiyonların yapılabilmesi de mümkün olabilecektir. Bu anlamda da değer araştırmaları sosyoloji açısından önemli bir yere sahiptir (Özensel, 2003).

Ayrıca bir toplumdaki değerlerin kaynağı kişinin dışındadır ve kişi bunları kontrol edemez. Bir toplumdaki bireyler çeşitli ideallere, inançlara sahip olmasalarda o toplumda çeşitli normların oluşması da mümkün olamayacaktır. Bunun yanında değerler, hiçbir zaman kendi başlarına bir bilişsel kategori oluşturmazlar ve bunlar başka alanlardaki değerlerle ilişkilidirler. Çoğu kez de değerler kişilerin davranışlarında birer bağımsız değişken rolü oynarlar. Bir fakire yardım eden kişinin durumuna baktığımızda, kişi bunu sadece dinî bir görev olarak yapmayabilir. Aynı zamanda bu davranış o kişinin insanî değerleri konusunda da bize bilgi verir (Özensel, 2003).

Genel bir bakış açısıyla ele alındığında, sosyoloji değer sorunlarıyla uğraşır. Özellikle Durkheim ve Weber değerlerin toplumsal araştırmalardaki rolünü vurgulamışlardır. Sosyoloji açısından, değer kavramıyla ilgili sorunlar ikiye ayrılabilir. İlki, toplumun kurulmasında değerler aracılığıyla olduğu için sosyolojinin incelenmesi aslında değerlerin incelenmesidir. İkincisi, sosyologların kendisi de toplumun bir parçası olduğu dolayısıyla onların da değerleri olduğu için değer kavramı pek çok başka kavramla siyaset, din vb. ilişkili olarak incelenebilir (Marshall, 1999; Akt: Çalışkur, 2008).

## **2.1.7. Değerlerin Farklı Değişkenlerle İlişkisi**

### **2.1.7.1. Değer ve Tutum**

Tutum, bir bireye atfedilen ve onun bir psikolojik obje ile ilgili düşünce, duygu ve davranışlarını düzenli bir biçimde oluşturan bir eğilimdir. Tutumlar doğrudan gözle görülebilen bir özellik olmamakla birlikte bireyin gözlenebilen

davranışlarından çıkarsama yapılarak atfedilen bir eğilimdir. Tutumlar davranış olmamakla birlikte davranışa hazırlayıcı bir eğilimdir (Kağıtçıbaşı, 2005).

Tutumun meydana getirdiği sadece bir davranış eğilimi değil düşünce duygu davranış eğilimi bütünleşmesidir. Tutumun öğelerine baktığımız zaman bilişsel öge, tutum objesi hakkında sahip olunan bilgiler; duygusal öge, tutum objesine karşı gözlenebilen duygusal tepkiler; davranışsal öge, tutum objesine karşı gözlenebilen tüm davranışlar olarak tanımlamaktadır (Kağıtçıbaşı, 2005).

Bir tutum somut objeler veya durumlara yönelik genel bir değerın uygulanmasıyla sonuçlanır. Dolayısıyla değerler tutumlara göre daha soyut kavramlardır. Rokeach (1968), değerın bireyin davranışının anlaşılmasında tutumdan daha fazla kullanıldığını ve bu nedenle değerlerin davranışları tutumdan daha fazla yansıttığını ifade etmiştir. (Akt: Çınar Altıntaş, 2004).

Değer ve tutum birçok açıdan farklılık gösterir: Değer ve tutum, verilen bir nesne ya da duruma odaklanır; fakat değer bir inançtır, tutum ise birkaç inancın organizasyonuna işaret eder. Bir değer, nesne ve durumlardan üstündür fakat tutum ise, belirli bazı nesne ve durumlar üzerine odaklanır. Değer, bir standart iken tutum standart değildir. Bir kişi, istemeye değer davranış tarzları ve varoluşun son durumları ile ilgili öğrendiği inançlar kadar değere sahiptir; diğer yandan doğrudan ya da dolaylı olarak karşı karşıya kaldığı belirli nesne ve durumlar kadar da tutuma sahiptir. Değerler, bir kişinin kişilik yaratılışı ve bilişsel sistemi içinde tutumlara göre daha merkezi bir durumdadırlar ve bu nedenle, davranışlar kadar tutumların da belirleyicisidirler (İşcan, 2007).

Değerin tutumlarla birçok yönden benzediğini söyleyen Güngör'e göre ikisinin de bilgi duygu ve hareket olmak üzere üç unsuru vardır. Biz değere sahip olduğumuz zaman onun hem tutulması gereken bir yol olduğunu düşünür hem duygusal bir bakış açısı geliştiririz hem de o değer bizi belli bir yönde hareket ettirmeye iter. Bu ortak özelliklere bakarak değer ve tutum kavramının bazı psikologlar tarafından aynı anlamda kullanıldığını belirten Güngör, Rokeach'ın değer ve tutumun farklı kavramlar olduklarını vurguladığını belirtmektedir (Güngör, 1998).

Rokeach (1973), değerlerin tutumlardan farklı yanlarını şu şekilde ortaya koymuştur:

1. Değer tek bir inancı yansıtırken, tutum tümü belirli bir nesne ya da duruma odaklanmış çeşitli inançların bir örüntüsünü yansıtır. Örneğin; likert tipi bir ölçek hepsi aynı nesne ya da duruma ilişkin inançların temsili bir örneğinden oluşur. Ölçekteki maddeler toplandığında belirli bir nesne ya da duruma yönelik bireyin sahip olduğu olumlu ya da olumsuz tek bir göstergiyi belirtir.
2. Değer; nesnelere ya da durumların ötesine geçerken, tutum bazı belirli nesne ya da durumlara odaklanır.
3. Değer bir standart belirtirken, tutum bir standart değildir. Çok sayıda tutum nesnesinin ya da durumunun olumlu veya olumsuz değerlendirmeleri, standart olarak işlev gören göreceli olarak az sayıda değere bağlı olabilir.
4. Bir birey istedik davranış biçimleri ve varlığın son durumuna ilişkin öğrenilmiş inançları kadar değere sahipken, belirli nesne ve durumlarla doğrudan ya da dolaylı olarak karşılaştığı kadar tutuma sahiptir. Bu nedenle, bir bireyin sahip olabileceği değerlerin sayısı onlarla ifade edilebilirken, tutumlarının sayısı binlerce olabilir.
5. Bireyin kişiliğinde ve bilişsel sistemde değerler, tutumlara nazaran daha merkezi bir yerde bulunur. Bu nedenle, değerler, davranışların olduğu gibi tutumların da belirleyicisidir.
6. Motivasyonla daha yakın bir bağlantısı olan değer, tutumdan daha dinamik bir kavramdır. Tutumların motivasyonla ilgili olduğu kabul edilse bile, belirli bir tutum bir değer kazanılmasında araç olarak görülür.
7. Değerlerin topluma uyum, benliğin korunması ve bireyin kendini gerçekleştirme gibi işlevleri varken, tutumun böyle işlevlerle ilgisi sadece çıkarımlara dayanır (Akt: Sezgin, 2006)

#### **2.1.7.2. Değer ve Norm**

Normlar, insanın belli bir denetim alanı içinde eylemesini sağlayan, davranışlarını biçimlendiren kural ya da kurallar bütününe verilen ad; toplum

bilimlerinde yerleşik ya da beklenen toplumsal davranış biçimi; ne yapılması gerektiğine ilişkin üstü örtük toplumsal kural ya da örnek biçim olarak tanımlanmaktadır (Güçlü, Uzun ve Uzun, 2002). Normlar, insanların nasıl davranmaları gerektiğini tanımlayan ve değerlere göre oluşan yazılı olmayan kurallar veya standartlar biçiminde ifade edilir (Şişman, 2002).

Değerler, bireylere toplumun ortak kültürünü anlatır, katı bir anlayışla kural gibi dayatmacı değildir. Normlara uyulmadığı zaman toplumsal bir takım yaptırımlar vardır. Değerlerde ise bu şekilde belirgin yaptırımlar yoktur. Normlar değerlere dayanır ve onları somutlaştırır. “Toplumun devamının sağlanması toplumun bütün üyelerinin bu normları kabul etmesi ve normlara karşı uygun davranışta bulunmaları gerekir” (Dilmaç ve Ekşi, 2007). Her değer hükmü norm oluşturmaz, ama her normda bir değer hükmü vardır. Bu demektir ki değerler, normlardan bağımsız ve daha soyut standartlardır (Sezen, 2004). Ancak her normun temelinde sadece bir değer bulunduğunu iddia edilemez. Çünkü bir normun temelinde bir veya birden çok değer bulunduğuna gibi bir değer birden çok norma kaynaklık edebilmektedir (Dönmezer, 1994).

Değer ve norm arasındaki fark, değer normdan daha genel ve soyut bir nitelik taşımasıdır. Bir başka deyişle, değer normu da içerir. Değer bir temel ilkenin özel durumdaki uygulanışını belirleyen özel bir kural niteliğindedir. Örneğin “büyüklerin küçükleri sevmesi gerekir” yargısı bir değerdir. Bu gereğin aile, mahalle ya da okuldaki çocuklara nasıl uygulanacağını belirleyen kural ise “norm”ları oluşturur. Normlar sosyalleşme süreci içinde öğrenilir ve birey tarafından bir alışkanlık olarak sürdürülür (Özgüven, 2007).

Değerlerle normlar arasındaki farklılıklar şu şekilde belirtilebilir: Normlar, belirli koşullar içerisinde, toplum bireylerinin neleri yapamayacaklarını göstermektedirler. Değerler ise, belirli durum ve koşullardan bağımsız olan ve arzu olunanı gösteren standartlardır. Normlar; değerlere göre daha somutturlar, bir anlamda soyut olan değerleri somutlaştırmaktadırlar. Bunun yanında değerler normlara göre daha geneldirler. Normlar ise, değerlere göre daha belirli ve sosyal bakımdan daha emredicidirler. Değerlerin normlara dönüşmesi bir toplum içinde bireylerin yaşamlarının düzenlenmesini sağlamaktadır (Dönmezer, 1994).

Rokeach (1973), değerler ve normları birbirinden ayıran üç özellik belirtmiştir: Birincisi, değerler bir davranış şekli veya var oluşun son durumunu açıklarken, normlar sadece davranış biçimi ile ilgilidir. İkincisi değerler, özel durumları açıklarken normlar belirli bir durumda belirli kalıplar dâhilinde davranmak için gerekli bilgileri verir. Üçüncüsü değerler kişisel ve içsel olgularken, normlar bireyin dış çevresi ile ilgili ortak olgulardır (Akt: Koca, 2009).

### **2.1.7.3. Değer ve İnanç**

İnançlar, dünya hakkında ve dünyanın nasıl işlediğine ilişkin temel varsayımlardır (Terzi, 2000). Değerlerin yaşam amaçlarıyla ilgili daimi bir inançlar olduklarını söyleyen Rokeach (1973), inanç türlerini de bir şeyin doğru veya yanlış olma kabiliyetini gösteren tanımlayıcı ve varoluşsal inançlar ile inancın objesinin iyi ya da kötü olduğunu değerlendiren, değerlendirmeci inançlar şeklinde ifade etmektedir. Rokeach, değeri inanç türlerinin üçüncüsü yani, davranış amaçlarının/araçlarının arzu edilebilir/edilemez oldukları hakkındaki sıkı kurallar koyucu veya yasaklayıcı inançlardan olduğunu söylemiştir (Özkul, 2007).

Feather (1975), inanç ve değer aynı kavramsal anlam içinde kullanılmasına karşı çıkmakta ve bu konuda Rokeach'ı eleştirmektedir. İnançların duygusal açıdan tarafsız olduğunu ancak değerlerin taraflı duygusal anlamlar taşıdığını belirtmektedir. Rokeach'ın inançları sınıflarken değerler için uygun gördüğü geleneksel ve yasaklayıcı inançlar yerine, değerlerin tasvir edici ve değerlendirmeci inançlara daha yakın olduğunu söylemiştir (Akt: Koca, 2009).

Rokeach, değerlerin de inançlar gibi, bilişsel, duygusal ve davranışsal boyutları olduğunu belirtmektedir. Bir insanın bir değere sahip olduğunu söylemek, onun bilişsel olarak ne yaptığını bildiğini ve doğru bildiği bir tarzda davranışlarını sergilemek suretiyle amaçlarına ulaşmak için çabaladığını söylemek demektir (Özkul, 2007). Güngör' e göre değer bir tür inanç, algı, duygu ve bilgilerimizin bir bileşimidir. Değerin inançtan ayrı olarak daha üst düzeyde bir zihinsel organizasyon olduğunu, tek bir inançtan çok organize olmuş bir grup inanca karşılık geldiğini söylemiştir. Örneğin birey için başkasına iyilik yapmanın altında toplumsal açıdan iyi olduğu inancı, iyiliğin vicdani anlamda bir huzur sağlayacağı inancı,

yardımsaverliğin barışa katkı sağlayacağı inancı ve iyilik yapanların Allah tarafından takdir edileceği inancı gibi birçok inancın etkisi görülmektedir (Güngör, 1993).

Doğan (2007) ise, inançlarla değerlerin birbirlerine yakın bir içerik gösterdiğini, ancak aralarında önemli farklılıkların olduğunu belirtmiştir. Doğan'a göre değerler, daha çok iyi ve kötü ayrımı ile ilgili olup belli davranışların arzu edilir olup olmadığına ilişkin ölçütlerdir; buna karşılık inançlar, daha çok doğru ve yanlış ayrımı ile ilgili ölçütlerdir. Değerler, kolaylıkla ulaşılması mümkün olanı değil, ulaşılma arzusu duyulan hedefi temsil eder. İnançlar ise arzu edileni değil, kesinliğe yönelik bilgilere ilişkin olduklarından görece kesin hedefleri işaret eder.

## 2.2. ÖZNEL İYİ OLUŞ

### 2.2.1. Özel İyi Oluşun Tanımlanması

İnsanlık tarihinin başlangıcından bu yana mutluluk hep arzulanan bir şey olmuştur. Kişiler bireysel olarak mutluluğu elde etme çabasında oldukları gibi her çeşit topluluk ve toplumlar da bu amaca yönelik arayışlar içerisine girmişlerdir. Geçmişten bu yana bu arzunun elde edilmesi için “mutluluk nedir?” ve “nasıl elde edilir?” soruları sorulmuştur (Acaboğa, 2007).

Felsefede mutluluk kavramının tartışılması oldukça eskiye dayanır; öyle ki antik çağ filozoflarından Sokrates’e göre mutlu olmak erdemli olmaktır (Gökberk, 1996). Aristoteles’e göre tüm çabaların en yüksek ereği mutluluktur. Her varlık, kendi özünün kendine özgü etkinliğinin gelişmesi ile mutlu olabilir. Bu mutluluk ise insanın kendi etkinliği ile elde ettiği mutluluktur ve kişinin “iyi”yi gerçekleştirmesidir (Gökberk, 1996). Farabi ise mutluluk kavramını sistemli olarak ele almıştır (Aydın, 1984). Mutluluk, Antik Yunan Felsefesi’nden itibaren düşünce tarihinde yer alan bir konu olmasına rağmen psikoloji, yakın zamana dek olumsuz duygular üzerinde daha çok durmuştur. Öte yandan yine yakın zamana dek, insanın iyi oluşu hastalık yokluğu olarak görülmüştür (Tuzgöl-Dost, 2005). 19. yüzyıl başlarında psikoloji mutluluk, yaşam memnuniyeti gibi olumlu duygulardan ziyade depresyon, anksiyete gibi olumsuz duygulara odaklanmıştı (Myers ve Diener, 1995). Strack, Argyle ve Shwarz (1991), psikoloji alanında 1967 yılından 1994 yılına kadar yapılmış çalışmaların özetleri incelendiğinde bu gerçek daha somut olarak görülmektedir. Bu yıllar arasında yapılmış araştırmaların 46.380’i depresyon, 36.851’i kaygı ve 5.099’u öfke ile ilgilidir. Buna karşın yapılan çalışmaların 2340’i yaşam doyumu, 2389’u mutluluk ve 405’i sevinç ile ilgilidir. Bu bilgilerden, olumsuz duygulara olumlulara göre yirmi bir kat daha fazla çalışıldığı anlaşılmaktadır (Akt: Tuzgöl-Dost, 2005).

Ancak bu durum değişmeye başlamıştır. İyi yaşamın ne olduğunun sorgulanması ve iyi bir yaşam sürme arzusu özel iyi oluşa ilişkin tartışmaları başlatmıştır. Başkalarını sevmek, zevk almak ya da insanın kendisiyle ilgili içgörü kazanması gibi ölçütler iyi yaşamı tanımlamaktadır. Bu tartışmalar giderek insanların

iyi bir hayat sürdürdüklerini düşüncelerinin istenilir bir durum olduğu üzerinde yoğunlaşmaya başlamıştır (Diener, 2000). 1980' li yıllarda iyi oluş, mutluluk ve yaşam memnuniyeti alanında yapılan çalışmalar beşe katlanmış, 1990'lı yıllarda psikoloji alanında yapılan her on yedi çalışmadan biri insanın pozitif yönleri hakkında yapılmıştır (Myers ve Diener, 1995).

Bilim ve teknolojide meydana gelen gelişmelere rağmen insanların mutluluk düzeylerinde buna paralel gelişme görülememekte bazen tersi gözlenebilmektedir. Örneğin 2000 yılında Amerika Birleşik Devletlerinde yapılan araştırma sonuçları, %32 çok mutluyum, %58 oldukça mutlu, %11 mutlu değil iken; bu oran 2008 yılında %30 çok mutluyum, %55 oldukça mutlu, %16 mutlu değil şeklindedir (Blanchflower and Oswald, 2011). Benze durum Türkiye'de de görülmektedir. Türkiye İstatistik Kurumunun 2003 yılında yaptığı araştırma sonuçlarına göre bireylerin %59,6'sı mutlu/çok mutlu ve %7,3'ü mutsuz/çok mutsuz iken; bu oran 2013 yılında %59,1 mutlu/çok mutlu ve % 10,8 mutsuz/çok mutsuz şeklindedir. Ayrıca TÜİK verilerine göre ülkemizde görülen intihar sayıları 2003 yılında 2.705 iken bu sayı 2012 yılında 3225; boşanma sayısı 2003 yılında 92.637 iken bu sayının 2012 yılında 123.325'e çıktığı görülmektedir. Bu durum ülkemizde ve dünyada mutlulukla ilgili çalışmaların gerekliliğini göstermektedir.

Psikoloji mutluluğu, öznel iyi oluş kavramıyla ele almıştır (Eryılmaz, 2011). İyilik kavramı, bireyin çeşitli yaşam alanlarını nasıl dengeli ve sağlıklı bir şekilde yaşayacağı üzerinde dururken öznel iyi oluş kavramı bireyin yaşamdan aldığı doyumla ilgili olarak bilişsel ve duygusal durumu ifade etmektedir (Tuzgöl-Dost, 2004). Öznel iyi oluş, mutluluk, yaşam memnuniyeti ve pozitif duyguları içeren bir kavramdır (Diener, 1984). Diener (1984)'e göre öznel iyi oluş kişinin olumlu ve olumsuz duygularına ve yaşamdan aldığı doyuma ait öznel bir değerlendirmedir.

Diener (1984), öznel iyi oluşun mutluluk, yaşam memnuniyeti ve pozitif etkiyi içerdiğini belirtmiştir. Diener (1984), öznel iyi oluşun üç ögesinden bahsetmiştir. Bunların ilki öznel iyi oluş kişinin değerlendirmelerinde yer almaktadır ve öznelidir. İkinci olarak öznel iyi oluş sadece olumsuz faktörlerin yokluğu değildir ve olumlu ölçümleri kapsamaktadır. Son olarak öznel iyi oluş kişinin yaşamına ilişkin tüm yönlerin genel bir değerlendirmesini içermektedir. Diener, Suh, Lucas ve

Smith (1999), öznel iyi oluşun olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım, yaşam doyumu ve yaşam alanları olmak üzere dört bileşenden oluştuğunu ifade etmiştir. Bu bileşenler:

*Olumlu duygulanım:* Sevinç, neşe, memnuniyet, gurur, sevgi, mutluluk ve coşku,

*Olumsuz duygulanım:* Suçluluk ve utanç, üzüntü, kaygı ve endişe, öfke, stres, depresyon ve kıskançlık,

*Yaşam doyumu:* Yaşamı değiştirme isteği, şimdiki yaşamdan alınan doyum, geçmişten alınan doyum, gelecekte alınan doyum ve başkalarının bireyin yaşamı hakkındaki görüşleri,

*Yaşam alanları:* İş, aile, boş zaman, sağlık, finans, benlik ve arkadaşlıktan oluşmaktadır.

Bu bileşenlerden anlaşıldığı üzere öznel iyi olma; olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumundan oluşmaktadır. Neşe, sevinç coşku gibi olumlu duygulanım ve üzüntü kaygı, endişe gibi olumsuz duygulanım öznel iyi oluşun duygusal boyutunu oluştururken; öznel iyi olmanın bilişsel boyutunu oluşturan yaşam doyumunun bireyin yaşamı değiştirme isteğini, o anki yaşamdan aldığı doyumu, geçmişten ve gelecekte aldığı doyumu ve başkalarının bireyin yaşamına ait görüşlerini içerdiği görülmektedir. Aynı zamanda, buna paralel olarak vurgulanması gereken noktalardan biri de, öznel iyi olmanın geçici duygu durumlarından çok, uzun süreli duygulara odaklanmasıdır (Yetim, 2001). Öznel iyi oluş olumlu ölçümleri ve nitelikleri kapsayan bir alandır. Bu alan sadece depresyon gibi olumsuz durumlarla uğraşmaz bireyin yaşamındaki olumlu durumları bulup inceler (Yetim, 2001).

Bütün bu yapılan tanımlardan yola çıkacak olursak öznel iyi oluş, hoş duygulanım, hoş olmayan duygulanım ve yaşam doyumu öğelerinden oluşmaktadır. Öznel iyi oluşun yüksek olması, hoş olan duygulanımın hoş olmayan duygulanımdan üstün olmasına ve kişinin yaşamının niteliğine iliksin bilişsel yargısının olumlu olmasına bağlıdır. Olumlu duygular ve doyumla ilişkin bilişsel yargı çeşitli yaşam alanlarıyla ilgili olabilmekte ve bunların toplamı genel yaşam doyumunu yansıtmaktadır (Tuzgöl-Dost, 2005).

## 2.2.2. Öznel İyi Oluşu Etkileyen Faktörler

### 2.2.2.1. Kişilik

Kişilik, bireyin doğuştan getirdiği ve yaşantı sonucu kazandığı, onu diğer bireylerden ayıran özelliklerin tamamı olarak tanımlanabilir (Doğan, 2013). Öznel iyi oluş literatüründe birçok araştırmacı, kişiliğin, öznel iyi oluşun başlıca belirleyicisi değilse bile, en güçlü etkileyici faktörlerinden biri olduğunu savunmaktadır. Öznel iyi oluş üzerinde yapılan araştırmalarda belli bir zamanda yaşamından doyum sağladığını belirten bireylerin, haftalar, aylar hatta yıllar sonra bile yaşamlarını doyumlu olarak nitelendirmeye eğilimli oldukları görülmektedir. Bu sonuç, öznel iyi oluş ile kişilik ilişkisine işaret etmektedir (Tuzgöl-Dost, 2004).

Kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri belirlemeye yönelik çalışmalarda beş faktör kişilik modeli sıklıkla kullanılmıştır. Araştırma sonuçları, beş faktör kişilik modeline ait alt boyutların öznel iyi oluşla farklı düzeylerde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Yapılan çalışmalarda öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordayan en önemli iki kişilik özelliğinin dışadönüklük ve nevrotiklik olduğu belirlenmiştir. Beş faktör kişilik modeline ait diğer alt boyutlar olan yumuşak başlılık, sorumluluk ve deneyime açıklık alt boyutları ile öznel iyi oluş arasında ise pozitif yönde ancak düşük düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Dışa dönüklükle öznel iyi oluş arasında pozitif yönde, nevrotiklik ve öznel iyi oluş arasında ise negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Dışa dönüklüğün özellikle olumlu duygulanımı, nevrotikliğin ise olumsuz duygulanımı yüksek ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir (Doğan, 2013).

Öznel iyi oluşu yordadığı düşünülen başka bir kişilik özelliği de benlik saygısıdır. Araştırmalar, benlik saygısı daha yüksek olan bireylerin yaşamlarından daha çok doyum aldıklarını göstermektedir. Benlik saygısı daha yüksek olan bireyler, düşük benlik saygısı olanlara oranla olumlu duygulanımı daha çok yaşayan, daha mutlu bireylerdir ve yaşama daha kolay uyum sağlayabilmektedirler (Yavuz, 2006). Yüksek benlik saygısı öznel iyi oluşun en güçlü yordayıcılarından biridir. İlginçtir ki kişinin benlik saygısının mutsuzken düştüğüne dair bulgular vardır. Bu durum ruh hali ile benlik saygısı arasındaki ilişkini çift yönlü olabileceğini gösterir. Zekâ

toplumda son derece önemli kabul edilmektedir, bu yüzden öznel iyi oluşla da ilişkili olması beklenmektedir. Ancak yapılan IQ testleri sonucunda ilişki bulunmaz. Hatta bazı araştırmalarda negatif ilişki bulunmuştur. Bunun sebebi belki de zekânın kişiye daha büyük hedef beklentileri ya da başarı arzusu getirmesi olabilir (Diener, 1984).

#### **2.2.2.2. Gelir**

Gelirle öznel iyi oluş ilişkisini gösteren pek çok bulgu bulunmaktadır. Öznel iyi oluşla ilgili elde edilen veriler gelir düzeyi ile öznel iyi oluş arasında güçlü bir ilişki bulunmadığı yönündedir. Gelirden dolayı elde edilen diğer faktörler kontrol edildiğinde gelirin etkisinin oldukça küçük olduğu görülüyor. Ekonomik refahı yüksek ülkelerde yaşayan kişilerde yoksul ülkelere göre daha yüksek öznel iyi oluş düzeyi elde edilse de bu farkın ülke içinde azaldığı görülmekte (Diener, 1984). Araştırma sonuçlarından elde edilen verilere göre gelişmiş ülkelerin ülke içi durumuna baktığımız zaman varlıklı insanların diğer kesime göre sadece biraz daha fazla mutlu olduğu görülmekte. Ayrıca ekonomik durumdaki değişikliklerin etkisi her zaman tahmin edilememektedir (Diener ve diğ., 1999).

Ekonomik gelir; gıda, barınma, sağlık gibi bazı temel ihtiyaçların karşılanmasını sağlayarak öznel iyi oluşa katkı sağlayabilir. Temel ihtiyaçların karşılanamama tehlikesi bulunan ülkelerde zenginlik büyük önem arz eder ve böylece yoksulluk öznel iyi oluşu etkiler. Temel ihtiyaçların giderilmesiyle birlikte uyum sağlama süreci devralabilir ve bulgular daha karmaşık hale gelir (Diener ve diğ., 1999).

İnsanları yoksulluktan çıkaran bir refah artışının onları daha mutlu kıldığı doğrudur. Ancak araştırmalar yoksulluğun çok üstünde sürekli bir servet artışının genellikle mutlulukta benzer bir artış getirmediğini söylemektedir. Ama ihtiyaçları karşılayıp mali durumdan endişe etmeye yetecek kadar paranın varlığı önemli gözükmektedir. İnsanların yaşamını sürdürmesini sağlayan bir ücrete, sağlık sigortasına güvenli bir konuta ve toplum içinde başını dik tutmasına yetecek birtakım kaynaklara sahip olması, bunların tümü mutluluk için çok temeldir (Noddings, 2006).

Ülke içinde reel gelirin artmasıyla mutluluk düzeyinin artmadığı görülmektedir. ABD de 1946 ile 1978 arası veriler incelendiğinde ekonomik refahın

cididi oranda artmasına rağmen mutluluk oranının artmadığı rapor edilmiştir. Yapılan araştırmalarda zengin kesim fakir kesime göre daha mutlu olsa da; zengin, orta ve fakir kesimde mutluluk oranının artmadığı görülmüştür. Gelirin fakir kesim için oldukça önemli olmakla birlikte temel ihtiyaçların karşılanmasından sonra etkisini yitirmektedir (Diener, 1984). Ayrıca insanların istek ve beklentileri gelir düzeyinin artması ile birlikte yükselme eğilimindedir. Bu sebeple gelirdeki artışla birlikte kişi gelir seviyesine uyum sağlar bu durum öznel iyi oluşun dengelenmesini sağlar (Diener, 2000).

Kişinin sahip olduğu gelir, içinde yaşadığı sosyal çevreye göre anlam kazanır. Ayrıca refah içinde yaşamak, beraberinde stres, kirlilik, yoğunluk gibi olumsuz sonuçları getirerek; gelirin etkisini dengeler. Böylece gelire bağlı olarak iyi olmanın artması gölgelenir. Sonuç olarak gelir ile mutluluk ilişkisi, daha çok temel gereksinimleri karşılama düzeyinde etkili bir ilişki iken; kültürel ve psikolojik etmenler paranın etkisini düşürebilmektedir (Yetim, 2001).

### **2.2.2.3. Eğitim**

Yapılan araştırmalarda eğitim ile öznel iyi oluş arasında düşük ama anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ancak yapılan birçok araştırmada eğitim ile öznel iyi oluşun arasındaki ilişkinin mesleki statü ve gelire alakalı olduğu görülmüştür (Diener ve diğ., 1999). Witter, Okun, Stock ve Haring (1984), Yapmış olduğu meta-analiz sonucuna göre eğitimin öznel iyi oluşun çok küçük bir varyansını açıklayabildiği görülmüştür. Eğitim daha yüksek gelir elde etmenin aracı olmasına karşın, mutluluğa ancak küçük bir ölçüde ve yalnızca düşük gelir düzeyindeki insanlarda aracılık etmektedir (Seigman, 2007). Bu durumda eğitimin öznel iyi oluşa dolaylı yünden etkileri olabileceği düşünülebilir.

Yapılan araştırmalarda diğer değişkenler kontrol edildiği zaman eğitimin öznel iyi oluşu önemli düzeyde etkisinin olmadığı ancak bazı araştırmalarda kadınlarda daha fazla etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Diener, 1984). Kadınların eğitim düzeyi arttıkça kendilerini gerçekleştirmeleri, cinsiyet bakımından sınırlayıcı etkilerden kurtulmaları, bağımsız bir yaşam sürdürmeleri, belirgin bir şekilde artmaktadır. Tüm bunlar da iyi olmanın yükselmesine neden olmaktadır. Bununla

birlikte eğitimli, çalışan, yönetsel roller üstlenen kadınların, çeşitli cinsiyetçi tutumlar, önyargılar nedeni ile yeni engellerle karşı karşıya kaldıkları, ev içi etkinliklerle iş yaşamı arasında zorlandıkları bilinmektedir. Sonuçta kadınların eğitimle kazandıkları çok avantaj var iken; toplumsal görev dağılımında kadınlar aleyhine olan durumların, cinsiyet ayrımcılığı gibi engellerin, en çağdaş toplumlarda dahi sürdüğü bir gerçektir. Gelişmek, işte yükselmek isteyen kadınlar açısından bu engeller; iyi olmayı düşüren önemli etkenlerdir (Yetim, 2001).

Eğitimin bireylerin hedeflerine ulaşmalarına ve değişen dünyaya uyum sağlamalarına yardımcı olabilir. Ancak eğitim bireylerin beklentilerini de artırabilmektedir. Bazı araştırmacılar yüksek eğitim düzeyine sahip işsizlerin daha düşük düzeyine sahip bireylere göre daha fazla sıkıntı yaşadıklarını bulmuşlardır (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Clark ve Oswald (1994), işsizliğin iyi oluş üzerindeki etkilerinin eğitim düzeyi yükseldikçe daha fazla olduğunu belirtmiştir.

#### **2.2.2.4. Din ve İnanç**

Freud'tan sonraki yarım yüzyıl boyunca sosyal bilim dine kuşkuyla yaklaşmıştır. İmana ilişkin akademik tartışmalar; dini suçluluk duygusu yaratmakla, cinselliği bastırmakla, hoşgörüsüzlükle, akla karşı olmakla ve otoriterlikle suçlamıştır. Ne var ki son zamanlarda imanın olumlu psikolojik etkilerine yönelik veriler, karşı taraf lehine dengeleyici bir kuvvet oluşturmuştur. Örneğin dindar Amerikalıların uyuşturucu kullanma, suç işleme, boşanma ve kendilerini öldürme olasılıkları açık bir biçimde daha düşüktür. Bu kişiler aynı zamanda fiziksel açıdan daha sağlıklıdır ve daha uzun yaşamaktadır. Özürlü çocukları olan dindar anneler, depresyonla daha iyi mücadele eder; ayrıca boşanma, işsizlik, hastalık ve ölüm, dindar insanları daha az etkiler. Bu durumun öznel iyi oluşa daha yakın yönü ise, anket verilerine göre, dindar insanların dindar olmayanlara oranla, daha mutlu ve yaşamlarından daha hoşnut olmalarıdır (Seligman, 2007).

Stravbridge, Shema, Cohen, Roberts ve Kaplan (1998), dinin depresyonu azalttığına ancak evlilik sorunları, taciz gibi stres durumlarını artırıcı etkisi olduğuna dair bulgular elde etmiştir. Elde edilen bulgular dini inançların öznel iyi oluş

üzerinde sadece olumlu etkisinin olmadığını bu alanda daha gelişmiş araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu göstermektedir.

Dini inanç ve dini etkinliklere katılmanın öznel iyi oluş üzerinde olumlu etkisi olmasına rağmen birtakım sorular halen cevap beklemektedir. Din ile hangi diğer etmenler etkileşim içindedir? Hangi tür mistik yaşantı, iman veya kader anlayışı ve pratik, iyi olmayı ne derecede etkilemektedir. Eğer ilişkiye giren diğer etmenler kontrol altına alınırsa dinin etkisi artar mı azalır mı? (Yetim, 2001).

#### **2.2.2.5. İş ve Çalışma Hayatı**

Tail, Padget ve Baldwin (1989) iş doyumu ile yaşam doyumunu ile ilgili 34 çalışmanın meta-analizini gerçekleştirir ve iş doyumu ile yaşam doyumunu arasında ortalama .44 korelasyon bulmuştur. Yapılan araştırma bulgularına göre kişi-örgüt uyumu, iş doyumu ile ilişkilidir ve içsel ödüller ve yapılan işin yararlılığı kişide memnuniyet sağlamaktadır (Diener ve diğ., 1999).

Bireyin iş ortamını değerli ve eşsiz; yaptıkları işi anlamlı ve kendilerini geliştirici bulmalarının iş doyumunu olumlu yönde etkilediği gözlenmektedir. İş doyumunu üzerinde çalışma yapan araştırmacılar, işe yüklenen duygusal ve bilişsel anlamların önemi üzerinde yoğunlaşmışlardır. İş doyumunu ile iyi olma arasında güçlü ilişkilerin olduğu bilinmektedir. Bu bakımdan iş doyumunu artıran etmenlerin doğrudan veya dolaylı iyi olmayı etkilemeleri çok olasıdır (Yetim, 2001).

Bilim insanlarına göre üç tür iş yönelimi vardır. Bunlar iş, meslek ve uğraştır. İş olarak görenler sadece ekonomik getirisi ile ilgilenirken meslek olarak görmek daha derin bir kişisel yatırım gerektirir. Bir uğraş olarak görmek yapılan şeye kişinin kendisini tutkuyla vermesidir. Wrzesniewski ve ark. yirmi sekiz hastanede temizlik işçileri üzerinde araştırma yapmışlardır. İşlerini bir uğraş olarak gören temizlikçiler yaptıkları şeyi anlamlı bir hale getirmişlerdir. Kendilerini hastaların iyileşmesi açısından önemli görmekte, işlerini en üst düzeyde etkin olacak şekilde zamanlamakta, doktorların ve hemşirelerin hastaları iyileştirmeye daha fazla zaman ayırabilmeleri için neye gereksinim duyduklarını tahmin etmekte ve var olan görevlerine yenilerini eklemektedirler. İş grubundaki temizlikçiler ise işlerini yalnızca odaları temizlemek olarak görmektedirler (Seligman, 2007).

İşsizlik ve öznel iyi oluş ilişkisi de konunun farklı bir boyutudur. İşsizlik ve ciddi ekonomik sorunların öznel iyi oluş üzerinde yıkıcı bir etkisi olabilmektedir (Diener, 1984). İşsizlik genellikle insanların mutsuz olmasına ve öznel iyi oluşun düşmesine neden olur. Ayrıca işsizliğin yüksek öğrenim mezunlarında daha düşük öznel iyi oluşa ve daha yüksek intihar oranına sebep olduğu görülmüştür (Diener ve diğ., 1999).

#### **2.2.2.6. Evlilik ve Aile Hayatı**

Evlilikle ilgili geniş çaplı araştırmalar evli kişilerin, hiç evlenmemiş veya ayrılmış kişilere göre daha yüksek mutluluk düzeyine sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Evli kadınların daha çok stres belirtileri bildirmelerine rağmen daha yüksek yaşam memnuniyeti belirttikleri görülmüştür (Diener,1984). Birçok araştırmacı, evliliğin kişiyi yaşamın birçok zorluklarına karşı koruduğuna, duygusal ve ekonomik yönden destek sağladığına ve öznel iyi oluşa katkı sağladığına inanır (Coombs, 1991; Gove, Style ve Hughes, 1990; Kessler ve Essex, 1982). Medeni durumla öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin yönü halen sorun olmaya devam etmektedir. Mutlu ve düzenli hayata sahip kişilerin evlenme ve uzun süre evli kalma olasılıklarının diğer kişilere göre daha fazla olduklarına dair kanıtlar vardır. (Mastekaasa, 1992; Veenhoven, 1989).

Annak (2005), evli bireylerin yaşam doyumu puanlarını bekar kişilerden daha yüksek bulmuş ve yaşam doyumunun medeni duruma göre anlamlı bir şekilde farklılaştığını belirtmiştir. Çetinkaya (2004) beden imgesi benlik saygısı ve yaşam memnuniyeti üzerine yapmış olduğu çalışmasında evli kişilerin yaşam doyumu ortalamalarının bekar kişilere göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulmuştur. Evlilik bireylerde derin ilişki kurma imkânı ve bireyin eksik yönlerinin diğeri tarafından tamamlanması imkânı vermektedir. Ayrıca bireye sosyal destek sağlamakta, geniş bir arkadaşlık ağı sunmaktadır. Bu faktörler evli bireylerde yaşam doyumunu artırdığını belirtmiştir.

Evlilik ve aile hayatının öznel iyi oluş üzerindeki etkisini Holmes ve Rahe (1967)'nin geliştirdiği “Yaşam Olayları Ölçeği” üzerinden değerlendirmek mümkündür. Holmes ve Rahe (1967)'nin geliştirdiği ölçekte yaşam olayları en çok

stres yaratan olaydan en az stres yaratıcı olaylara doğru sıralanmıştır. Ölçekte stres yaratan ilk üç maddenin eşin ölümü (100 puan), boşanma (73 puan), eşten ayrı yaşama (65 puan) olması evliliğin öznel iyi oluş üzerindeki etkisini açıklamada oldukça anlamlıdır.

Ulusal Kamuoyu Araştırma Merkezinin otuz beş bin Amerikalı üzerinde yaptığı araştırmada evli insanları %40'ı; evli olmayan, boşanmış, ayrılmış ve dul kalmış insanları %24'ü çok mutlu olduğunu söylemiştir. Evlilerin mutluluktaki üstünlüğü yaş ve gelir düzeyi kontrol altına alındığı zaman da devam etmektedir ve hem erkekler hem de kadınlar için eşit düzeyde geçerlidir. Mutlu bir evlilik kişiye duygusal ve ekonomik olarak katkı sağlamak ve yaşam zorluklarına karşı kişiye destek sağlamaktadır. Ne var ki, Kierkegaard'ın "iyi bir şekilde asılmak kötü bir evlilikten evludur" yakıştırmasında da doğruluk payı bulunmaktadır. Çünkü mutsuz evlilikler kişinin iyilik duygusunu zayıflatmaktadır (Seligman, 2007).

#### **2.2.2.7. Yaş**

Öznel iyi oluş ve yaş ile ilgili elde edilen ilk bulgularda gençlerin yaşlı kesimden daha mutlu olduğuna dair bulgular elde edilse de daha sonraki çalışmalarda anlamlı bir ilişki elde edilememiştir (Diener, 1984). Bazı önemli çalışmalarda yaşam doyumunun yaşla birlikte arttığı ya da en azından yaşam doyumunun azalmadığı görülmüştür. Yapılan pek çok çalışmaya göre huysuz yaşlı ya da her şeyden memnun insan modeli gerçeği yansıtmamaktadır. Yaşlı insanlar önceki nesillere göre artık daha sağlıklı ve daha fazla yaşam alanlarına sahiptir (Diener ve diğ. 1999).

Diener ve Suh (1998)'un 40 ülkede 60.000 yetişkin üzerinde yaptığı çalışmada öznel iyi oluş ile yaş arasındaki ilişkiyi inceledi. Öznel iyi oluşun üç bileşeninden (olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım, yaşam doyumu) sadece olumlu duygulanımda yaşla birlikte düşüş gözlemlendi. Yirmili yaşlardan seksenli yaşlara doğru yaşam memnuniyetinde yukarı yönlü hafif bir eğilim ve kuşaklar arası olumsuz yaşam deneyiminde çok az farklılık gözlemlendi.

Stock, Okun, Haring ve Witter (1983) 1980 den önce yapılan çalışmaların meta-analizini çıkarmış ve sıfıra yakın korelasyon bulmuştur. Yapılan çalışmalarda yaşlı insanlarda sağlık haricinde tüm alanlarda yüksek düzeyde yaşam memnuniyeti

bulundu. Yaşlı kesimde “çok mutluyum” oranı azalsa da yaşla birlikte memnuniyet oranında artma görülmektedir. Ancak gençlerde olumlu ve olumsuz duyguların daha çok yaşandığı görülmüştür. Horley ve Laveny (1995) bin kişilik bir örnekleme yaşam kalitesinde ve mutluluk düzeyinde azalma gözlenmediği hatta kırk yaşından sonrasında yükselme gözlemlendiği sonucuna ulaşmıştır.

Yaş konusunda akla gelen önemli bir sorun, ergenlik, orta yaş bunalımı ve yaşlılık gibi geçiş dönemlerinde öznel iyi olmanın düşüp düşmediğidir. Yetişkinler duygularında daha az değişkenlik, hüznün ve taşkınlık yaşamaktadır. Ancak yaşamın hiçbir anı, diğerinden daha mutlu ya da daha mutsuz değildir. Bireyin bildirdikleri iyi olma tepkileri, depresyon oranları, intihar ve boşanmalar orta yaş bunalımı yıllarında anlamlı bir değişme göstermemektedir (Myers ve Diener, 1993; Akt: Yetim, 2001).

#### **2.2.2.8. Cinsiyet**

Gurin, Veroff ve Feld (1960) yapmış olduğu araştırmada cinsiyetle öznel iyi oluş arasında fark bulamamıştır. Haring, Stock ve Okun (1984) yapmış olduğu meta-analiz çalışmasında erkeklerin kadınlara oranla daha mutlu olduğuna dair çok küçük bulgular elde etmiştir. Ancak daha sonraki çalışmalarda öznel iyi oluşla cinsiyet arasında anlamlı farklar bulunamamıştır.

Birçok araştırmacı kadınların pozitif ve negatif duyguları erkeklerden daha yoğun yaşadığına dair bulgular elde etmiştir. Kadınlar pozitif ve negatif duyguları erkeklerden daha yoğun yaşamakta ve bu iki duygunun birbirlerini dengelemesi sonucu kadınların ve erkeklerin öznel iyi oluş düzeyleri birbirine benzer çıkmaktadır (Diener ve diğ., 1999).

Genel olarak erkeklerle kadınlar eşit mutluluk düzeyine sahip olsa da depresyon kadınlarda erkeklerden daha yaygındır (Eaton ve Kessler, 1981). Ayrıca genç kadınları genç erkeklerden daha mutlu, yaşlı erkeklerin yaşlı kadınlardan daha mutlu olduğuna dair bulgular vardır (Diener, 1984). Sonuç olarak öznel iyi oluş ile cinsiyet değişkeni arasında küçük bulgular elde edilse de arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır diyebiliriz.

### 2.2.3. Öznel İyi Oluş Kuramları

#### 2.2.3.1. Ereksel (Telic) Kuram

Erek kelime olarak gerçekleştirilmek için tasarlanan ve erişmek istenilen şey, amaç, gaye, maksat, hedef anlamına gelmektedir (TDK, 2014). Amaç ve ihtiyaçlar erek kuramının iki önemli unsurudur. Ereksel kurama göre kişi hedeflerine ulaşıldığında veya ihtiyaçları karşılandığında mutlu olur ve bu durum öznel iyi oluşun korunmasını sağlar.

Birçok filozof ereksel kuram ile ilgili birçok soru sormuşlardır. Örneğin; “Kişi arzularını tatmin ederek mi mutlu olur yoksa baskılayarak mı?”, “Hangi arzular daha önemli?”, “Bazı arzular mutluluğu engeller mi?”, “Farklı arzuların arasında denge nasıl sağlanacak?”, “Belki de en önemli soru mutluluk amaca ulaşma sürecinde mi yoksa amaca ulaşarak mı elde edilir?” (Diener, 1984).

Bu konudaki ilk sistematik çabalardan biri, Murray’ın insanların sahip oldukları psikolojik kökenli ihtiyaçları başarı, yakın ilişki, başatlık, özerklik, oyun, cinsellik vb. olmak üzere toplam yirmi başlık altında toplamış olduğu ihtiyaçlar sınıflamasıdır (Türkdoğan ve Duru, 2012). Wilson (1960) gereksinimlerin doyurulmasının mutluluğa, gereksinimlerin doyurulmamasının ise mutsuzluğa neden olacağı düşüncesiyle bu yaklaşımın temelini atmıştır (Akt: Yetim, 2001). Daha sonra Maslow (1971) herkes için ortak olan evrensel ihtiyaçlar hiyerarşisini ortaya koymasıyla ilginin bu alana yoğunlaşmasını sağlamıştır. İhtiyaçlarla öznel iyi oluş arasındaki ilişki Deci ve Ryan tarafından geliştirilen öz belirleme kuramıyla daha da geliştirilerek incelenmiştir. Öz belirleme kuramına göre bireyde özerklik yeterlilik ve ilişkili olma şeklinde üç temel ihtiyaç bulunmaktadır. Kuramda temel ihtiyaçların evrensel olduğu kabul edilmektedir. Kurama göre bu ihtiyaçların karşılanması bireylerin gelişimleri, ruh sağlıkları ve iyi olmaları için gereklidir (Cihangir-Çankaya, 2009).

Diener *telic* teorisine göre kişisel davranışlar en iyi bireyin hedeflerinin incelenmesiyle anlaşılabilir. Hedeflerin yapısı, çeşidi, hedeflere yaklaşma düzeyi oranı bireyin duygularını ve yaşam memnuniyetini etkiler. Genellikle insanlar hedeflerine yaklaştıklarında olumlu, başarısız olduklarında olumsuz tepki verirler.

Kişinin hedeflerine bağlılığı günlük hayatına anlam katar. Ayrıca kişinin hedeflerine bağlılığı günlük yaşamın çeşitli sorunlarıyla başa çıkmasını sağlar aynı zamanda sıkıntılı zamanlarda kişinin öznel iyi oluşunu korur (Diener ve diğ., 1999).

Farklı amaç ve isteklere sahip olan kişileri mutlu eden şeyler de farklı olabilmektedir. İhtiyaçlar bireyi bir amaca yönlendirmesi açısından önemlidir. Bu açıdan bireyin ihtiyaçlarını karşılamayan amaçları ve bu amaçlarına ulaşmaları onu yeterince mutlu etmez (Diener, 2000).

Ereksel kurama göre, yaşamdan alınan doyuma çeşitli etmenler müdahalede bulunabilir. Birincisi, bireyler kısa dönemde mutluluk getiren amaçları tercih edebilirler. Ancak bu amaçların uzun süreli sonuçları mutluluğa zarar verebilir. Çünkü onlar, bireyin sahip olduğu diğer amaçlara müdahale edebilir. İkincisi, insanın amaçları ve istekleri birbiri ile çatışmalı olabilir. Bundan dolayı onların hepsini bir anda doyurmak olanaksızdır. İnsanların ihtiyaçları ve istekleri bilinçdışı da olabileceğinden, bunlar birbirleri ile çatışma halinde iseler, onları tanımak ve bütünleştirmek güçleşir. Son olarak insanlar kötü koşullardan beceri eksikliğinden ve amaçların çok talep edici olmasından dolayı amaçlara erişmeye yetenekli olmayabilir (Yetim, 1991).

#### **2.2.3.2. Etkinlik (Activity) Kuramları**

Ereksel kuramlar, mutluluğu kesinleşmiş durumlarda görürken etkinlik kuramları mutluluğun insan faaliyetinin bir yan ürünü olduğunu iddia eder. Örneğin bir dağa tırmanma etkinliği dağın zirvesine ulaşmaktan daha çok mutluluk getirebilir. Aristoteles ilk ve en önemli etkinlik teorilerinden birinin savunucusudur. Aristoteles mutluluğun iyi çalışılmış erdemli etkinlikler yoluyla geldiğini iddia etmiştir. Ona göre insanların bir takım yetenekleri vardır ve bunlar mükemmel bir şekilde sergilendiğinde mutluluk ortaya çıkar. Buna karşın etkinlik kuramları modern gerontolojide (yaşlanma ve yaşlılık bilimi) etkinliği daha evrensel terimlerle açıklamaktadır. Örneğin hobiler, sosyal etkileşimler ve egzersizler etkinlikler olarak kabul edilir (Diener, 1984).

Ormel ve Lindenberg (1999)'e göre, erek ve etkinlik yaklaşımları göründükleri kadar farklı değildir; çünkü kişisel olarak seçilmiş hedefler, genellikle

evrensel gereksinimlere ulaşmayı amaç edinen kişisel planlara işaret etmektedir. Bu nedenle açık faaliyetler, evrensel gereksinimlere yönelik araçsal hedeflerdir (Akt: Tuzgöl-Dost, 2005). Aktivite kuramında çoğunlukla vurgulanan bir tema, bireysel farklılığın mutluluğu düşürmesi ile ilgilidir ve buna ilişkin ampirik kanıt ortaya konmuştur. Mutluluk üzerinde konsantre olma kişiyi mutsuzluğa sürükler. Bu yaklaşıma göre, kişi önemli aktivitelere ve amaçlara konsantre olmalıdır. Kısaca mutluluk, aktivitelerin sonucunda niyetli olarak istenilmeden gelecek bir sonuçtur (Yetim, 1991).

Etkinlik kuramına göre kişinin beceri düzeyi yeterli ise, etkinliklerin ve bu etkinliklere karşı koyan etmenlerin zaman içindeki akışı, haz getirecektir. Eğer etkinlik çok kolay ise sonuç can sıkıcı; aksine zor ise stres yaratıcıdır. Eğer kişi yoğun uğraşı gerektiren ve sahip olduğu beceriyle işin zorluğu hemen hemen eşit olan bir etkinlik ile ilişkide ise; olayın tamamlanma süreci, hazların arka arkaya akışını getirecektir (Yetim, 2001). Bu kurama göre bireyin yeteneklerine uygun amaçlar belirlemesi ve bu amaçlara ulaşmak için yaptığı etkinliklerde ilerlemesi kişiye doyum sağlamaktadır. Bireyin faaliyetleri, amaca ulaşmak için yapılan etkinlikler olarak düşünüldüğünden, erek ve etkinlik kuramlarının bütünleşebileceği savunulmaktadır (Tuzgöl-Dost, 2004).

### **2.2.3.3. Aşağıdan Yukarı (Bottom-Up) ve Yukarıdan Aşağı (Top-Down) Kuramları**

Modern psikolojide aşağıdan yukarı ve yukarıdan aşağı yaklaşımları mutluluğun bilimsel tarihi boyunca bulunan birbirine paralel iki popüler sorudur. Örneğin bazı filozoflar mutluluğu birçok küçük hazzın toplamı olarak görmüştür. Bu görüşe göre kişi anlık hazları ve acıları zihnin muhasebesi sonucu mutlu olur ya da olmaz. Mutlu bir hayat sadece mutlu anların birikimidir. Buna karşın yukarıdan aşağı yaklaşımına göre kişinin olumlu şeyleri yaşamaya eğilimi vardır ve bu eğilim çevre ile etkileşimini anlık olarak etkilemektedir. Diğer bir deyişle kişi mutlu olduğu için deneyimlerinden zevk alır (Diener, 1984).

Aşağıdan yukarıya yaklaşımı Wilson'un temel ve evrensel insan ihtiyaçları olduğu fikri üzerine inşa edilmiştir. Eğer yaşam koşulları kişinin ihtiyaçlarını

karşılmasına izin verirse, kişi mutlu olacaktır. Kişinin hoşuna giden olaylar olumlu etki yaparken istenmeyen olaylar ise kişiyi olumsuz etkiler (Diener ve diğ., 1999). Mutluluğun hoş olan ve hoş olmayan, insana haz veren ve haz vermeyen anların ve yaşantıların birikiminden çıktığını savunmaktadır. Bu kurama göre bir insan pek çok mutlu an yaşadığı için mutludur (Cihangir-Çankaya, 2005).

Yukarıdan aşağı yaklaşımında mutluluk, kişinin global bir özelliğidir ve bu özellik kişinin olaylara tepki göstermesini etkiler. Kişinin olaylara hoşgörü ile bakıyor olması, kişinin tek tek olaylara da hoşgörülü olmasını gerektirir. Yukarıdan aşağı yaklaşımında felsefecilerin görüş birliğine vardıkları nokta, mutlulukta odağın tutumlar olduğudur. Örneğin, Demokritos mutlu yaşamı iyi talihe ya da dış koşullara bağlı görmeyip, kişinin zihinsel niteliklerine bağlı görmüştür. Önemli olan kişinin neye sahip olduğu değil, sahip olduklarına nasıl tepkide bulunduğu (Tatarkiewicz, 1976; Akt: Yetim, 1991). Yukarıdan aşağı kuramına göre eğer kişilik stresli ise öznel iyi olmayı doğrudan etkiler. Bireyler kişilik özelliklerine bağlı olarak olaylara olumlu ve olumsuz tepki gösterme eğilimindedir. Mutluluk bireyin dışında değil içindedir. Bireyin olayları yorumlayış şekli bireyin mutluluğunu etkilemektedir (DeNeve ve Cooper, 1998).

#### **2.2.3.4. Uyum Kuramı**

Öznel iyi oluş ile ilgili yapılan çalışmalarda demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet, eğitim vb.) öznel iyi oluşun çok düşük bir varyansını açıklaması üzerine araştırmacılar, kişilerin yeni durumlara uyum sağlamasını araştırma yoluna gitmişlerdir (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Uyum kuramı öznel iyi oluşu, yaşamda sürekli değişen olay ve durumlara uyum sağlama gücüne bağlamaktadır. Bu güç sayesinde insanlar acı veren olaylardan sonra uzun süre mutsuz kalmadığı gibi, hoş olaylardan sonra da mutluluğunu uzun süre devam ettirememektedir. Böylece, bireyler karşılaştıkları olumlu ve olumsuz olaylara rağmen dengelerini korumaktadırlar (Tuzgöl-Dost, 2005).

Bedenimiz bizim sıcak, soğuk, susuzluk ve zorlu şartlara uyum sağlamamıza yardımcı olur. Benzer şekilde iyi ya da kötü olaylarda sürekli mutlu ya da çaresiz kalmayız, en azından bir yere kadar ayarlayabiliriz. Duygusal yapımız yeni olaylar

karşısında güçlü bir şekilde tepki verir ve zamanla azalır. Yeni gelişmeler öznel iyi oluşa geçmişte yaşananlardan daha büyük etki eder. Ancak insanlar nispeten kısa süre içinde birçok olaya uyum sağlar. Ancak bazı olaylara yavaş yavaş uyum sağlanabileceğini dikkate almak gerekir (Diener ve diğ., 1999).

Uyum kuramına göre kişi yeni olaylara güçlü bir şekilde tepki verir ancak bu tepkiler zamanla normale döner. Örneğin kişiyi morali piyango kazanmak gibi bir olay karşısında yükselirken muhtemelen zamanla eski seviyesine döner. Uyum kuramına göre çevrenin kişinin öznel iyi oluşu üzerinde olağan üstü ve uzun süreli etkisi yoktur (Diener, Suh ve Oishi, 1997).

İnsanların bütün koşullara uyum sağlaması olanaksızdır. Uyum koşulları bir durumun etkisini azaltsa bile tamamen ortadan kaldırmaz. Hele olay felç gibi bir çaresizlik durumu olduğunda koşullara uyum, bu olumsuz etkiyi ancak bir yere kadar azaltabilir. Sonuç olarak adaptasyon insan yaşamında kaçınılmaz bir etki olarak ortaya çıkarken, onun sınırları ve parametreleri henüz tamamıyla anlaşılmamıştır (Yetim, 1991).

### 2.3. SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI

Bireyler bir başkasına kendilerini tanıtmak isterlerken, zaman zaman karşıdaki kişi üzerinde istenilen etkiyi bırakmada kendi özelliklerinden şüphe ederler. Böyle bir durum meydana geldiği zaman bireylerin sosyal kaygı yaşamaları olası bir durumdur (Leary ve Kowalski, 1995). İstenilen etkiyi oluşturmada ya da istenmeyen etkiden kaçınmada kişinin kendi yeteneğinden şüphe etmesi durumunda oluşan kaygıya sosyal fiziksel kaygı adı verilir (Hart, Leary ve Rejeski, 1989).

Sosyal kaygı bireyin başkalarının bulunduğu ortamda kendini huzursuz hissetmesi ya da başkaları tarafından incelenme korkusuyla sosyal durumlardan kaçınması olarak tanımlanabilir (Darcy, Davila ve Beck, 2005; Fenigstein, Scheier ve Buss, 1975). Geçmiş yıllarda yapılan araştırmalarda sosyal kaygı ve dış görünüş hassaslığı arasındaki ilişki doğrudan araştırılmasa da yapılan araştırmalar bu iki değişken arasında önemli bir ilişki olabileceğini öne sürmüştür. Mogg ve Bradley (1998) kaygının uyarılmayı artırdığını ve bireyin çevresindeki uyarıcılara daha fazla dikkat etmesine yol açtığını belirtmiştir. Buna göre sosyal kaygısı yüksek olan bireyler etrafındaki kişilere daha duyarlı olabilmektedir. Cash, Theriault ve Natasha (2004) yaptığı araştırmada yüksek düzeydeki sosyal-değerlendirici kaygının beden imgesi doyumsuzluğu ve görünüşe gereğinden fazla önem verme ile ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Buradan şu ortaya çıkmaktadır: “Başkaları benim hakkımda ne düşünüyor?” sorusu ile meşgul olan bireylerin zihinlerini aynı zamanda beden imgesi algıları ve görünüşleri meşgul etmektedir. Birtakım durumsal ve kişisel etkenler sosyal kaygının oluşmasına katkıda bulunmaktadır (Leary ve Kowalski, 1995; Schenker ve Leary, 1982). Fakat sosyal kaygının en belirleyici etkenlerinden biri kişinin olumlu bir etki bırakmaya yönelik kendine duyduğu inançtır. Bu nedenle sosyal fiziksel kaygı bireyin fiziksel olarak etkileyici olduğuna yönelik kendine olan inancıyla doğrudan ilişkilidir.

Genelde etrafımızdaki diğer insanları yargılarken onların fiziksel görünüşleri bizi belli oranda etkilemektedir (Smith, 2007). Sosyal fizik kaygı insanların görünüşlerinin diğer insanlar tarafından değerlendirilmesiyle yaşadıkları kaygı ve gerginlik olarak ifade edilmektedir. Çoğu araştırmada Sosyal Fizik Kaygısı Ölçeği (Hart, Leary ve Rejeski, 1989) aracılığıyla bireylerin sosyal fizik kaygılarının

ölçülmesine odaklanılmıştır. Sosyal Fizik Kaygı Ölçeği boy, kilo, kas yapısı gibi genel fiziksel görünüşe yönelik kaygıyı ölçmektedir ancak bireylerin ten rengi, yüz şekli gibi beden algısı ve beden imgesi ile ilgili özellikleri hesaba katmamaktadır. Eğer bireyler kendi bedenleriyle ve görünüşleriyle ilgili olarak olumsuz bir beden imgesine sahip olurlarsa bu durum onların sosyal görünüş kaygısı yaşamalarına neden olacaktır (Özcan, Subaşı, Budak, Çelik, Gürel, Yıldız, 2013). Sosyal görünüş kaygısı sosyal fizik kaygısına göre daha kapsamlı bir kavramdır. Hart ve diğerlerine (2008) göre sosyal görünüş kaygısı, genel fiziksel görünüşe ek olarak beden algısı ve beden imgesi gibi birtakım özellikler içermektedir. Hart ve diğerleri (2008) tarafından vücut şekli de dâhil olmak üzere genel görünüşün olumsuz değerlendirilmesine yönelik bireylerdeki kaygıyı ölçmek için Sosyal Görünüş Kaygısı ölçeğini geliştirmişlerdir. Araştırmanın sonunda sosyal görünüş kaygısının sosyal kaygı ile oldukça yüksek düzeyde ilişkili olduğunu, sosyal fizik kaygı ile orta düzeyde ilişkili olduğunu ifade etmişlerdir. Sosyal görünüş kaygısı daha geniş bir alan olan sosyal kaygının içerisine düşmektedir.

Sosyal görünüş kaygısı “bireyin görünüşünden dolayı olumsuz olarak değerlendirilme endişesi” olarak tanımlanabilir (Hart ve diğ., 2008). Sosyal görünüş kaygısı ile sosyal kaygı ve olumsuz beden imgesi arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır (Claes, Hart, Smits, Van Den Eynde, Mueller, Mitchell, 2012). Sosyal kaygının yordanmasında olumsuz beden imgesi, depresyon, kişilik ve duyuşsal özellikler gibi birtakım değişkenler önemli bir rol oynarken sosyal görünüş kaygısı tek başına sosyal kaygıyı belli bir oranda yordamaktadır (Hart ve diğ., 2008; Levinson ve Rodebaugh, 2011).

## 2.4. KONU İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Araştırmada kullanılan değişkenlerle ilgili literatürde birçok çalışma bulunmakla birlikte bu bölümle araştırma konusu ile ilgili olabilecek çalışmalara yer verilmiştir.

Keng, Jung, Jiu ve Wirtz (2000), çalışmalarında materyalist eğilimin, yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre yüksek düzeyde materyalist eğilimi olan grubun, daha az materyalist eğilimi olan gruba göre yaşam doyumu düzeyi daha düşük bulunmuştur.

Diener ve Oishi (2000), on dokuz ülkede üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada maddi değerler ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada paraya yüksek değer vermenin yaşam doyumu ile negatif, aşka yüksek değer vermenin yaşam doyumu ile pozitif yönlü ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Burroughs ve Rindfleisch (2002), benzer bir araştırma ile maddi değerlere verilen önemle iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yapılan çalışmada maddi değerlere verilen önemle mutluluk arasında negatif korelasyon; depresyon gibi olumsuz duygu durumlarıyla aralarında pozitif korelasyon saptamıştır.

James (2011), etik kararların öznel iyi oluş üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmada dünya değer araştırmalarını da incelenmiş, ABD, Kanada, Meksika ve Brezilyadaki veriler analiz edilmiştir. Araştırmada diğer değişkenler kontrol edildiği zaman etik dışı davranışları doğru bulmayan katılımcıların, doğru bulan katılımcılara göre daha yüksek öznel iyi oluşa sahip olduğu saptanmıştır. Etiğin öznel iyi oluş etkisinin gelir, evli olma gibi faktörlerle aynı düzeyde olduğu ancak sağlık sorunlarıyla ya da ekonomik sıkıntılarla karşılaşıldığında etiğin öznel iyi oluş üzerinde daha düşük bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Mendelson, Mendelson, Andrews (2000), 17-19 yaşları arasında 217 ergen ile yaptığı çalışmada öz değer bedene değer verme alanlarıyla ilişkisini incelemiştir. Araştırmada görünüşleri hakkında olumlu düşünceye sahip ergenlerin öz değerlerinin yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca erkek ergenlerin dış görünüşlerinden daha

memnun oldukları gözlenmiştir. Araştırmada ergenlerin öz değerlerinin, görünüşleri hakkındaki bilgileriyle ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Gilman ve Huebner (2006), yüksek yaşam doyumuna sahip ergenlerin özelliklerini incelediği araştırmalarında yaşam doyumunu ile sosyal stres ve kaygı değişkenleri arasında negatif korelasyon tespit etmişlerdir. Yüksek yaşam doyumuna sahip ergenlerin, sosyal stres ve kaygı puanlarının daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir.

Delfabro, Winefield, Anderson, Hammarström, Winefield (2011), 1281 ergen üzerinde yaptığı çalışmada beden imajı ve psikolojik iyi oluşu incelemiştir. Araştırmada kızların olumsuz beden imgelerinin erkeklere göre anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca kız öğrencilerin beden imajlarının psikolojik iyi oluşu anlamlı bir şekilde erkeklere göre daha fazla açıkladığını görülmüştür.

Eng, Coles, Heimberg ve Safren (2004), sosyal kaygı bozukluğu yaşayan bireylerin yaşam doyumlarını araştırmış ve sosyal kaygı bozukluğunun tedavisine yönelik bilişsel-davranışçı yaklaşım temelli bir grup çalışması gerçekleştirmişlerdir. Araştırmada başarı, sosyal fonksiyonlar, kişisel gelişim ve çevre olmak üzere dört temel yaşam doyum alanı belirlenmiş ve bu yaşam doyum alanlarının değişimine bakılmıştır. Araştırma sonunda grup terapisinin etkililiği incelenmiş; “başarı” ve “sosyal fonksiyon” yaşam doyum alanlarının anlamlı düzeyde yükseldiği, “kişisel gelişim” ve “çevre” yaşam doyum alanlarında da olumlu yönde değişim olduğu ancak anlamlı düzeyde olmadığı görülmüştür.

Kashdan ve Roberts (2004), sosyal kaygı, sosyal yetkinlik beklentisi, pozitif ve negatif duygular arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada sosyal kaygısı yüksek olan öğrencilerin negatif duygularının daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Özdemir ve Koruklu (2011), üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinde değerler ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya Adnan Menderes Üniversitesinde eğitim gören 19 ile 23 yaşları arası 226 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada ölçme araçları olarak “Schwartz

Değerler Ölçeği” ve “Öznel Mutluluk Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada korelasyon sonuçlarına göre geleneksellik değeri dışındaki bütün değer yönelimleri (güç, başarı, hazcılık, uyarılım, öz yönelim, evrenselcilik, iyilikseverlik, uyma, güvenlik) mutlulukla anlamlı ilişki göstermektedir. Çoklu regresyon analizi sonuçları hazcılık, evrenselcilik ve iyilikseverlik değerlerinin mutluluğu yordamada en güçlü değer yönelimleri olduğunu göstermiştir.

Selim (2008), Türkiye İstatistik Kurumu'nun Yaşam Memnuniyeti Araştırmasından yararlanarak Türkiye'de öznel refah göstergesi olan bireysel mutluluk kaynağı değerlerini analiz etmiştir. Araştırmada Multinomial logit modeli kullanılarak gerçekleştirilen analizler, kullanılan her bir değişkenin mutluluk kaynağı olan değerler üzerinde ne derecede etkiye sahip olduğunu ortaya koymuştur. Bireysel mutluluk kaynağı olan değerler altı kategori (güç, başarı, iş, sağlık, sevgi, para) olarak belirlenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; kentsel kesimde yaşayanlar güçlü olmanın bireysel mutluluğu getirdiğini kırsal kesimde yaşayanlardan iki kat daha fazla düşünmektedir. Erkekler bir işe sahip olmanın mutluluk getirdiğine kadınlardan yaklaşık olarak beş kat daha fazla inanırken, bu oran mutluluk kaynağı olarak sevgiyi tercih edenlerde en düşük düzeydedir. Erkekler sevginin mutluluk getirdiğine kadınlardan daha az inanmaktadır. Bireylerin gelirleri incelendiğinde, gelir artışının mutluluk getirmediği görülmüştür. Bu durum, iş ve para kategorilerinde daha belirgindir. Bireyin güçlü olmasının daha fazla mutluluk getirdiğine inanması bekâr olanlarda evli olanlara göre daha fazladır. Üniversite ve üzeri eğitilmiş bireyler sevginin mutluluk getireceğini, okuryazar olmayan ve okuryazar olup okul bitirmemiş olanlardan yaklaşık 1.5 kat daha fazla düşünmektedir. Bireylerin işteki durumu incelediğinde düzenli ücretli olanlar gücün mutluluk getirdiği inancını herhangi bir işi olmayanlara göre daha az taşırlar. Gelecekte umudu az olan bireyler başarının mutluluk getirmediğine, iş sahibi olma ve paranın ise daha fazla mutlu eden değerler olduğuna inanmaktadırlar.

Yıldız ve Dilmaç (2012), öğretmen adayları ile yaptığı çalışmada, öğretmen adaylarının sahip olduğu değerler ile kişilik özelliklerini incelemiştir. Araştırmaya Selçuk Üniversitesinden 1245 öğretmen adayı katılmış ölçme araçları olarak Schwartz Değerler Ölçeği ve Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi uygulanmıştır.

Araştırmada Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi'nin dışa dönüklük alt boyutu ve deneyime açıklık alt boyutu ile Değerler Listesinin alt boyutlarının tamamına yakını (gücü, başarı, hazcılık, uyarılma, öz denetim, evrensellik, yardımseverlik, güvenlik) ile pozitif yönlü korelasyon bulunmuştur. Ayrıca Değerler Listesinin Sıfatlara Dayalı Kişilik Testinin dışa dönüklük alt boyutu ve deneyime açıklık alt boyutunu açıklama gücü .10 bulunmuştur.

Eser (2012), *İlköğretim ğrencilerinin insani değerleri düzeyleri ile çevresel tutumları arasındaki ilişki* adlı yüksek lisans çalışmasında Dilmaç (2007) tarafından geliştirilen "İnsani Değerler leğini" kullanmıştır. Araştırmada kız öğrencilerin insani değerler puanları erkek öğrencilerden yüksek bulunurken diğer demografik değişkenler açısından anlamlı fark görülememiştir. Araştırmada ğrencilerin insani değerler leği puanları ile çevresel tutumları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Dilmaç, Deniz ve Deniz (2009), niversite ğrencilerinin öz-anlayışları ile değer tercihlerini incelemiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara sonucunda öğrencilerin öz anlayış puanları ile değerler leğinin başarı, hazcılık, öz denetim ve uyarılma, evrensellik, yardımseverlik, uyum ve güvenlik alt boyutları arasında pozitif ilişki olduğu grlmştr.

Çetinkaya (2004), beden imgesi, beden organlarından memnuniyet ve yaşam doyumunu çeşitli değişkenlere göre incelemiştir. Araştırmada beden imgesi ile yaşam doyumunu arasında ( $r=.29$ ) pozitif yönlü korelasyon bulunmuştur. Ayrıca beden organlarından memnuniyet ile yaşam doyumunu arasında da pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

## **BÖLÜM III YÖNTEM**

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma evreni-örnekleme, veri toplama araçları ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur.

### **3.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ**

Bu araştırmada ergenlerin sosyal görünüş kaygılarının ve öznel iyi oluşlarının değerler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu araştırma genel tarama modelinin bir alt türü olan ilişkisel tarama modelidir. Genel tarama modelleri çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örnekleme üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir. Genel tarama modelleri ile tekil ya da ilişkisel taramalar yapılabilir. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2008).

### **3.2. ÇALIŞMA EVRENİ –ÇALIŞMA GRUBU**

Araştırmanın çalışma evreni, 2013-2014 Eğitim-Öğretim yılında Konya il merkezinde bulunan devlet okullarında eğitim gören ergenlerden oluşmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu Konya il merkezinde farklı okul ve sınıflarda eğitim görmekte olan öğrencilerden tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir.

Çalışma grubu, 322' si erkek, 278'si kız olan ve yaşları 13 ile 18 arasında olup yaş ortalaması 15,50 olan toplam 600 lise öğrencisinden oluşmaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, yaş, sınıf değişkenlerine göre frekans ve yüzdelik değerleri aşağıdaki tablolarda (Tablo 1, Tablo 2, Tablo 3) gösterilmiştir.

<b>Tablo 1. Cinsiyete İlişkin frekans tablosu</b>		
<b>Cinsiyet</b>	<b>Frekans</b>	<b>Yüzde (%)</b>
Kız	278	46.3
Erkek	322	53.7
<b>Toplam</b>	<b>600</b>	<b>100</b>

Tablo 1 incelendiğinde örnekleme oluşturan lise öğrencilerinin 278'i kız olup, araştırmaya katılanların, 46.3' ünü; 322'si erkek olup, araştırmaya katılanların 53.7 sini oluşturmaktadır.

<b>Tablo 2. Yaşa İlişkin frekans tablosu</b>		
<b>Yaş</b>	<b>Frekans</b>	<b>Yüzde (%)</b>
13,00	1	0,2
14,00	113	18,8
15,00	224	37,3
16,00	118	19,7
17,00	131	21,8
18,00	13	2,2
<b>Toplam</b>	<b>600</b>	<b>100,0</b>

Tablo 2'ye göre örneklemdaki lise öğrencilerinin 1'i (%0.2) on üç yaş, 113' ü (%18.8) on dört yaş, 224' ü (%37.3) on beş yaş, 118' i (%19.7) on altı yaş, 131'i (%21.8) on yedi yaş, 13 'ü (%2.2) on dekiz yaşlarından oluşmaktadır.

<b>Tablo 3. Sınıfa İlişkin frekans tablosu</b>		
<b>Sınıf</b>	<b>Frekans</b>	<b>Yüzde (%)</b>
9	300	50
10	126	21
11	144	24
12	30	5
<b>Toplam</b>	<b>600</b>	<b>100.0</b>

Tablo 3' e göre örneklemedeki lise öğrencilerinin 300'ünün (%50) 9. sınıf, 126'sının (%21) 10. sınıf, 144'ünün (%34.) 11. sınıf, 30'unun (%27.4) 12. sınıf olduğu görülmektedir.

### 3.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu araştırmada öğrencilerin sahip oldukları değerleri belirlemek amacıyla Dilmaç (2007) tarafından geliştirilen İnsani Değerler Ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek için Eryılmaz (2009) tarafından geliştirilen Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği ve sosyal görünüş kaygılarını incelemek için Doğan (2011) tarafından Türkçeye kazandırılan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Ergen Formu kullanılmıştır. Öğrencilerin özlük nitelikleriyle ilgili bilgileri elde etmek için ayrıca kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan bu veri toplama araçlarına ilişkin tanıtıcı bilgiler aşağıda verilmiştir.

#### 3.3.1. *İnsani Değerler Ölçeği (İDÖ):*

Bu araştırmada, öğrencilerin insani değerlerini belirlemede, Dilmaç (2007), tarafından ortaöğrenim düzeyindeki öğrenciler (ergenler) için geliştirilen “İnsani Değerler Ölçeği (İDÖ)” kullanılmıştır. Ölçekte, insani değerler süreci a. Sorumluluk (7 madde) b. Dostluk/Arkadaşlık (7 madde) c. Barışçı Olma (7 madde) d. Saygı (7 madde) e. Hoşgörü (7 madde) f. Dürüstlük (7 madde) olarak altı boyutta toplam 42 madde ile ölçülmektedir. Bu ölçek bireysel veya gruplar halinde uygulanabilen Likert tipi bir ölçektir. Ölçekteki maddeler beş basamaklı “Likert Tipi” (A: Hiçbir Zaman, B: Nadiren, C: Arasıra, D: Sık Sık, E: Her Zaman) bir dereceleme ölçeği şeklinde ifade edilmiştir. Maddeler A:1- B:2- C:3- D:4- E:5 şeklinde puanlanmıştır. Puanların artması/azalması bireylerin insani değerler daha fazla sahip olduğunu/olmadığını göstermektedir.

İDÖ' nün güvenirlik çalışması için iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır. 7 maddeden oluşan “Sorumluluk” alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .73 olarak hesaplanmıştır. 7 maddeden oluşan “Dostluk/Arkadaşlık” alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .69 olarak hesaplanmıştır. 7 maddeden oluşan “Barışçı Olma” alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .65 olarak hesaplanmıştır. 7

maddeden oluşan “Saygı” alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .67 olarak hesaplanmıştır. 7 maddeden oluşan “Dürüstlük” alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .69 olarak hesaplanmıştır. 7 maddeden oluşan “Hoşgörü” alt ölçeğinin iç tutarlılık katsayısı alfa: .70 ve 42 maddelik tüm ölçek için iç tutarlılık katsayısı ise alfa .92 bulunmuştur. Bu kararlılık katsayıları “Sorumluluk” için .73, “Dostluk/Arkadaşlık” için .91, “Barışçıl Olma” için .80, “Saygı” için .88, “Dürüstlük” için .75, “Hoşgörü” için .79 olarak bulunmuştur. Ölçeğin tümü için kararlılık katsayısı: .87 bulunmuştur (Dilmaç, 2007).

### **3.3.2. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği:**

Bu araştırmada ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin ölçmek için Eryılmaz (2009) tarafından geliştirilen Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği a. Aile ilişkilerinde doyum (4 madde) b. Önemli kişilerle ilişkilerde doyum (4 madde) c. Yaşam doyum (3 madde) d. Olumlu duygular (4 madde) olarak dört boyutta 15 madde ile ölçülmektedir. Bu ölçek bireysel veya gruplar halinde uygulanabilen Likert tipi bir ölçektir. Ölçekteki maddeler dört basamaklı “Likert Tipi” (A: Kesinlikle katılmıyorum, B: Katılmıyorum, C: Katılıyorum, D: Tamamen katılıyorum) bir dereceleme ölçeği şeklinde ifade edilmiştir. Maddeler A:1- B:2- C:3- D:4 şeklinde puanlanmıştır. Puanların artması/azalması bireylerin öznel iyi oluşlarının daha fazla sahip olduğunu/olmadığını göstermektedir.

Bu ölçekte birinci boyut, ailem beni sever, ailem bana saygılı gibi maddelerden oluştuğu için “aile ilişkilerinde doyum”; ikinci boyut sevdiğilerimle beraberim, dostlarım birlikteyim gibi maddelerden oluştuğu için “önemli diğerleri ile ilişkide doyum (arkadaş, akraba, öğretmen ve sevgili gibi)”; üçüncü boyut hayatımdan memnunum, hayatı doya doya yaşarım gibi maddelerden oluştuğu için “yaşam doyum”; dördüncü boyut genellikle neşeliyim, güler yüzlüyüm gibi maddelerden oluştuğu için “olumlu duygular” olarak isimlendirilmiştir.

Yapılan faktör analizi sonucunda 4 faktörün toplam varyansın %61.641’ini açıkladığı görülmüştür. Açıklanan varyansın %35.79’u aile ilişkilerinde doyum alt boyutu, %9.70’i önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutu, %8.69’u yaşam

doyum alt boyutu, %7.44'ü olumlu duygular alt boyutu tarafından açıklanmaktadır. Madde faktör yükleri.63 ile .79 arasında değişmektedir.

Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayıları ölçeğin bütünü için .86, aile ilişkilerinde doyum alt boyutu için .83, önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutu için .73, yaşam doyum alt boyutu için .81, olumlu duygular alt boyutu için .66; Spearman Brown güvenilirlik katsayıları ölçeğin bütünü için .83, aile ilişkilerinde doyum alt boyutu için .83, önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutu için .61, yaşam doyum alt boyutu için .79, olumlu duygular alt boyutu için .54 olarak hesaplanmıştır.

İki hafta arayla yapılan uygulamalarda ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Düzeltilmiş toplam madde korelasyonları .40 ile .69 arasında değişmektedir (Eryılmaz, 2009; Akın, 2012).

### 3.3.3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGK)

a) *Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği(SGK)*: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ), bireylerin sosyal görünüş kaygılarını ölçmek amacıyla Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilmiştir. Daha sonra Doğan (2010) tarafından Türkçeye uyarlanarak geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçek 16 maddeden ve tek boyuttan oluşmaktadır. SGKÖ, 5' li Likert tipi bir ölçektir. Ölçek maddeleri (1) Hiç Uygun Değil, (2) Uygun Değil, (3) Biraz Uygun, (4) Uygun, (5) Tamamen Uygun şeklinde puanlanmaktadır. Ölçeğin birinci maddesi tersten kodlanmaktadır. SGKÖ'den alınan yüksek puanlar görünüş kaygısının yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Ölçeğin yapı geçerliliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiştir. 340 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada (KMO) Örneklem Uygunluk katsayısı .94 ve Barlett Sphericity Testi  $\chi^2$  değeri ise 2674,01 ( $p<.001$ ) olarak bulunmuştur. Yapılan analiz sonucunda özdeğeri 8.49 olan toplam varyansın % 53.4'ünü açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin faktör yükleri .35 ile .87 arasında değişmektedir. Yapılan DFA'da elde edilen uyum indeksleri incelenmiş ve Minimum Ki-kare değerinin ( $\chi^2=143.79$ ,  $N=254$ ,  $p=0.01$ ) anlamlı

olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA=0.051, NFI=0.98, CFI=0.99, IFI=0.99, RFI=0.98, GFI=0.93 ve AGFI=0.90 olarak bulunmuştur.

SGKÖ için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .93, test tekrar-test güvenilirlik katsayısı .85 ve test yarılama yöntemiyle hesaplanan güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe formunun madde-toplam korelasyon katsayılarının .32 ile .82 arasında olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçüt geçerliliğini sınamak amacıyla Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu (ODKÖ) kullanılmıştır. SGKÖ ile ODKÖ arasında .60 ilişki olduğu saptanmıştır. Analizler, SGKÖ'nün Türkiye'deki üniversite öğrencileri üzerinde yeterli düzeyde geçerlik ve güvenilirlik değerlerine sahip olduğunu göstermiştir.

*b) Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Ergen Formu (SGK-E):* SGKÖ-E için yapılan madde analizi sonucunda düzeltilmiş madde toplam korelasyonlarının .29 ile .72 arasında değiştiği görülmüştür. SGKÖ-E'nin yapı geçerliğini incelemek üzere açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi yapmadan önce verilerin faktör analizine uygunluğunu tespit etmek amacıyla Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı hesaplanmış ve Barlett Spehericity testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucu 16 maddenin faktör analizi için KMO değerinin .94 olduğu görülmüştür. Barlett Spehericity testi  $\chi^2$  değeri ise 2885,96 ( $p<001$ ) olarak bulunmuştur. AFA sonucunda toplam varyansın % 42.72' sini açıklayan, özdeğeri 6.83 olan tek faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Ölçek maddelerine ait faktör yüklerinin .34 ile .78 arası olduğu görülmüş ve ölçekten herhangi bir maddenin çıkarılmasına gerek duyulmamıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ile elde edilen modelin uyum indeksi incelenmiş  $\chi^2=284.02$ ,  $sd=96$ , AGFI= .90, GFI= .93, NFI= .93, RFI= .91, CFI= .95, RMR= .038, IFI= .95, RMSEA= .066 olarak bulunmuştur.

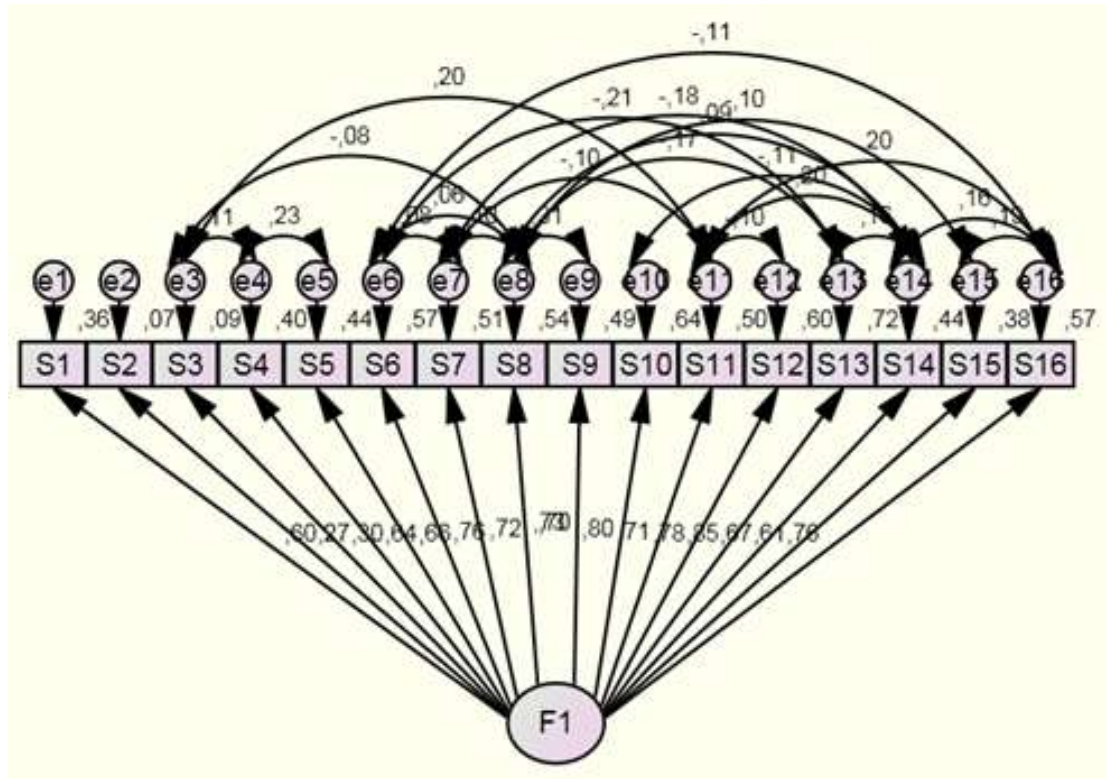
Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Ergen Formu ile Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeği ( $r=.76$ ), Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Ergen Formu ile Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeğinin olumsuz değerlendirme korkusu alt boyutu ( $r= .77$ ), yeni sosyal durumlarda huzursuzluk ve korku alt boyutu ( $r= .59$ ) ve genel sosyal durumlardan huzursuzluk ve korku alt boyutu arasında ( $r= .60$ ) arasında pozitif ilişkiler bulunmuştur.

Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .91 olarak belirlenmiştir. 229 öğrenciye iki hafta arayla yapılan uygulamada ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır. Düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .29 ile .72 arasında değiştiği bulunmuştur (Doğan, 2011; Akın, 2012).

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Doğan (2010) tarafından 340 üniversite öğrencisinin katıldığı bir örnekleme gerçekleştirilmiş, ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğu sonucu elde edilerek ölçek Türkçeye kazandırılmıştır. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği Doğan (2011) tarafından Konya, Sakarya ve İstanbul’da farklı ilköğretim okullarında öğrenim gören, yaşları 12-15 arasında değişen 453 öğrencinin katıldığı bir örnekleme incelenmiş; ölçeğin ergenler için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu sonucuna varılmıştır. Ancak ölçek hakkında lise düzeyinde bir çalışma bulunmamaktadır. Konu ile ilgili araştırmacı ile görüşülerek ölçeğin lise düzeyinde incelenmesi için gerekli izinler alınmıştır. Ölçek Konya’da eğitim gören farklı okullardan yaşları 13 ile 18 arasında değişen 600 lise öğrencisinden oluşan bir örnekleme incelenmiştir. Bu süreç boyunca araştırmacı ile bilgi alışverişinde bulunulmuş ayrıca uzman görüşleri de alınmıştır.

Ölçek maddelerinin lise düzeyinde öğrenim gören araştırma örnekleminde doğrulanıp doğrulanmadığını saptamak için 600 lise öğrencisinden elde edilen verilere tek boyutlu model için uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri:  $\chi^2/sd=2.949$ , RMSEA= .057, AGFI=.918, CFI=.969, GFI=.951, IFI=.969, NFI=.954, RFI=.932 ve SRMR=.0386 olarak bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .27 ile .87 arasında sıralanmakta olup sonuçlar Şekil 1’de verilmiştir.

Şekil 1. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeğinin maddelerine ilişkin Path diyagramı



### 3.4. VERİLERİN TOPLANMASI VE ANALİZİ

#### 3.4.1. Verilerin Toplanması

Verileri toplamak amacıyla daha önce tesadüfi olarak belirlenen örneklem grubundaki lise öğrencilerine ölçeklerin uygulanacağı gün ve saatler belirlenmiştir. Kararlaştırılan gün ve saatlerde *İnsani Değerler Ölçeği*, *Öznel İyi Oluş Ölçeği* ve *Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği* birlikte uygulanmıştır. Öğrencilerin özlük nitelikleriyle ilgili bilgileri elde etmek için ayrıca kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Uygulamadan önce ölçeklerle ilgili yönergeler okunmuş ve uygulamayla ilgili bir bilgi verilmiştir. Uygulama yaklaşık 15-30 dakika sürmüştür.

#### 3.4.2. Verilerin Analizi

İlk aşamada ölçekler ayrı ayrı değerlendirilmiş, ölçekleri eksik ya da yanlış olan öğrenciler örneklemden çıkarılmıştır. Bunun sonucunda çalışma grubu için 600 lise öğrencisinin puanları değerlendirmeye alınmıştır.

Araştırmada veri toplama araçlarından elde edilen veriler SPSS 18.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ile öznel iyi oluşlarının sahip oldukları değerlerle ilişki düzeyini belirlemek amacıyla Pearson Momentler arpım Korelasyon Tekniği uygulanmıştır. Ergenlerin sahip olduğu değerlerin sosyal görünüş kaygısına ve öznel iyi oluşlarına ilişkin varyansı ne kadar yordadığını ortaya koymak için Basit Regresyon Analizi Tekniği kullanılmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde alt problemlerle ilgili bulgulara yer verilmiştir. Ergenlerin sahip oldukları değerlerinin, sosyal görünüş kaygısı ve öznel iyi oluş puanlarını açıklama gücü incelenmiştir.

<b>Tablo 4. Değişkenlerle İle İlgili Tanımlayıcı İstatistikler</b>			
	<b>N</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Standart Sapma</b>
<b>Sorumluluk</b>	600	25,14	4,68
<b>Dostluk/Arkadaşlık</b>	600	28,70	4,50
<b>Barışçı Olma</b>	600	24,76	4,35
<b>Saygı</b>	600	27,00	4,56
<b>Dürüstlük</b>	600	25,79	3,82
<b>Hoşgörü</b>	600	23,73	3,87
<b>Sosyal Görünüş Kaygısı</b>	600	36,05	13,08
<b>Aile İlişkilerinde Doyum</b>	600	14,50	1,99
<b>Önemli Kişilerle İlişkilerde Doyum</b>	600	13,78	2,34
<b>Yaşam Doyumu</b>	600	8,37	2,50
<b>Olumlu Duygular</b>	600	12,93	2,26

Tablo 4 incelendiğinde, ergenlerin insani değerler ölçeği alt boyutlarından, sorumluluk puan ortalamaları ( $\bar{X} = 25.14$ ), dostluk arkadaşlık puan ortalamaları ( $\bar{X} = 28.70$ ), barışçı olma puan ortalamaları ( $\bar{X} = 24.76$ ), saygı puan ortalamaları ( $\bar{X} = 27.00$ ), dürüstlük puan ortalamaları ( $\bar{X} = 25.79$ ), hoşgörü puan ortalamaları ( $\bar{X} = 23.73$ ; sosyal görünüş kaygısı ölçeği puan ortalamaları ( $\bar{X} = 36.05$ ); öznel iyi oluş ölçeği alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum puan ortalamaları ( $\bar{X} = 14.50$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum puan ortalamaları ( $\bar{X} = 13.78$ ), yaşam doyum puan ortalamaları ( $\bar{X} = 8.37$ ), olumlu duygular puan ortalamaları ( $\bar{X} = 12.93$ ) olarak bulunmuştur.

<b>Tablo 5. Değişkenlere İlişkin Korelasyon Tablosu</b>					
	<b>Aile İlişkilerinde Doyum</b>	<b>Önemli Kişilerle İlişkilerde Doyum</b>	<b>Yaşam Doymu</b>	<b>Olumlu Duygular</b>	<b>Sosyal Görünüş Kaygısı</b>
<b>Sorumluluk</b>	.228**	.136**	.175**	.341**	-.139**
<b>Dostluk/Arkadaşlık</b>	.253**	.302**	.158**	.317**	-.146**
<b>Barışçı Olma</b>	.253**	.197**	.071	.372**	-.070
<b>Saygı</b>	.299**	.293**	.168**	.434**	-.151**
<b>Dürüstlük</b>	.131**	.106**	.103*	.225**	-.153**
<b>Hoşgörü</b>	.138**	.158**	.038	.305**	-.167**
<b>Sosyal Görünüş Kaygısı</b>	-.332**	-.271**	-.366**	-.218**	

\*\*  $p < .01$

\*  $p < .05$

Tablo 5 incelendiğinde İnsani Değerler Ölçeği alt boyutlarından sorumluluk ile Öznel İyi Oluş ölçeğinin alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum ( $r=.228$ ,  $p<.01$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum ( $r=.136$ ,  $p<.01$ ), yaşam doymu ( $r=.175$ ,  $p<.01$ ), olumlu duygular ( $r=.341$ ,  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Sorumluluk alt boyutu ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin tüm alt boyutlarında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

İnsani Değerler Ölçeği alt boyutlarından dostluk/arkadaşlık ile Öznel İyi Oluş ölçeğinin alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum ( $r=.253$ ,  $p<.01$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum ( $r=.302$ ,  $p<.01$ ), yaşam doymu ( $r=.158$ ,  $p<.01$ ), olumlu duygular ( $r=.317$ ,  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Dostluk/arkadaşlık alt boyutu ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin tüm alt boyutlarında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

İnsani Değerler Ölçeği alt boyutlarından barışçı olma ile Öznel İyi Oluş ölçeğinin alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum ( $r=.253$ ,  $p<.01$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum ( $r=.197$ ,  $p<.01$ ), olumlu duygular ( $r=.372$ ,  $p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Barışçı olma alt boyutu ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin yaşam doymu alt boyutu arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır.

İnsani Değerler Ölçeği alt boyutlarından saygı ile Öznel İyi Oluş ölçeğinin alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum ( $r=.299, p<.01$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum ( $r=.293, p<.01$ ), yaşam doyumu ( $r=.1168, p<.01$ ), olumlu duygular ( $r=.434, p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Saygı alt boyutu ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin tüm alt boyutlarında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

İnsani Değerler Ölçeği alt boyutlarından dürüstlük ile Öznel İyi Oluş ölçeğinin alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum ( $r=.131, p<.01$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum ( $r=.106, p<.01$ ), yaşam doyumu ( $r=.103, p<.05$ ), olumlu duygular ( $r=.225, p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Dürüstlük alt boyutu ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin tüm alt boyutlarında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

İnsani Değerler Ölçeği alt boyutlarından hoşgörü ile Öznel İyi Oluş ölçeğinin alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum ( $r=.138, p<.01$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum ( $r=.158, p<.01$ ), olumlu duygular ( $r=.305, p<.01$ ) puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Hoşgörü alt boyutu ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin yaşam doyumu alt boyutu arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır.

Sosyal Görünüş Kaygısı puanları ile Öznel İyi Oluş ölçeğinin alt boyutlarından aile ilişkilerinde doyum ( $r=-.332, p<.01$ ), önemli kişilerle ilişkilerde doyum ( $r=-.271, p<.01$ ), yaşam doyumu ( $r=-.366, p<.01$ ), olumlu duygular ( $r=-.218, p<.01$ ) puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Sosyal görünüş kaygısı puanları ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin tüm alt boyutlarında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Sosyal Görünüş Kaygısı puanları ile İnsani Değerleri Ölçeğinin alt boyutlarından sorumluluk ( $r=-.139, p<.01$ ), dostluk arkadaşlık ( $r=-.146, p<.01$ ), saygı ( $r=-.151, p<.01$ ), dürüstlük ( $r=-.153, p<.01$ ), hoşgörü ( $r=-.139, p<.01$ ) puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Sosyal Görünüş Kaygısı puanları ile Öznel İyi Oluş Ölçeğinin barışçı olma alt boyutu arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır.

**Tablo 6. Sosyal Görünüş Kaygısı**

Sosyal Görünüş Kaygısı									
	<i>R</i>	<i>R2</i>	<i>R2ch</i>	<i>F</i>	<i>Df</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Sabit	.233 <sup>a</sup>	.054	.045	5,687	6/599	62.912		12.535	.00 <sup>a</sup>
Sorumluluk						-.180	-.064	-1.378	.169
Dostluk/Arkadaşlık						-.190	-.065	-1.432	.153
Barışçı Olma						.139	.046	.956	.339
Saygı						-.180	-.063	-1.182	.238
Dürüstlük						-.287	-.084	-1.951	.052
Hoşgörü						-.341	-.101	-2.298	.022

a. Sabit: Sorumluluk, Dostluk/Arkadaşlık, Barışçı Olma, Saygı, Dürüstlük, Hoşgörü  
b. Bağımlı Değişken: Sosyal Görünüş Kaygısı

Tablo 6 dan anlaşıldığı üzere regresyon analiz sonuçlarına göre İnsani Değerler Ölçeği alt boyutları sosyal görünüş kaygısını .054 düzeyinde açıklamaktadır. Yani insani değerler ölçeğinin alt boyutlarının sosyal görünüş kaygısını açıklama gücü .054 dür. Her ne kadar bu değer yüksek sayılmayacak düzeyde olsa da =0.01 manidardır (F=5.687). Bu durum sosyal görünüş kaygısına ilişkin değişkenliğin .054 insani değerler ölçeğinin alt boyutlarından kaynaklanırken geri kalanın araştırmaya dahil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca insani değerler ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde, hoşgörü alt boyutu sosyal görünüş kaygısını manidar şekilde açıklamakta ( $t=-2.298$ ) diğer alt boyutları ise açıklamamaktadır.

**Tablo 7. Aile İlişkilerinde Doyum**

Aile İlişkilerinde Doyum

	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R</i> <sup>2</sup> <i>ch</i>	<i>F</i>	<i>Df</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Sabit	.352 <sup>a</sup>	.124	.115	13.992	6/599	8.835		11.990	.00 <sup>a</sup>
Sorumluluk						.033	.076	1.699	.090
Dostluk/Arkadaşlık						.060	.135	3.083	.002
Barışçı Olma						.043	.093	1.988	.047
Saygı						.068	.156	3.068	.002
Dürüstlük						.010	.019	.467	.641
Hoşgörü						-.001	-.003	-.066	.947

a. Sabit: Sorumluluk, Dostluk/Arkadaşlık, Barışçı Olma, Saygı, Dürüstlük, Hoşgörü

b. Bağımlı Değişken: Aile İlişkilerinde Doyum

Tablo 7 den anlaşıldığı üzere regresyon analiz sonuçlarına göre İnsani Değerler Ölçeği alt boyutları aile ilişkilerinde doyum alt boyutunu .124 düzeyinde açıklamaktadır. Yani insani değerler ölçeğinin alt boyutlarının aile ilişkilerinde doyum alt boyutunu açıklama gücü .124 tür. Her ne kadar bu değer yüksek sayılmayacak düzeyde olsa da  $\alpha=0.01$  manidardır ( $F=13.992$ ). Bu durum aile ilişkilerinde doyum alt boyutuna ilişkin değişkenliğin .124 insani değerler ölçeğinin alt boyutlarından kaynaklanırken geri kalanın araştırmaya dahil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca insani değerler ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde, dostluk/arkadaşlık, barışçı olma ve saygı alt boyutları aile ilişkilerinde doyum alt boyutunu manidar şekilde açıklamakta ( $t=3.083$ ;  $t=1.988$ ;  $t=3.068$ ) diğer alt boyutları ise açıklamamaktadır.

**Tablo 8. Önemli Kişilerle İlişkilerde Doyum**

Önemli Kişilerle İlişkilerde Doyum

	<i>R</i>	<i>R</i> <sup>2</sup>	<i>R</i> <sup>2</sup> <i>ch</i>	<i>F</i>	<i>Df</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Sabit	.360 <sup>a</sup>	.130	.121	14.714	5/599	7.617		8.818	.00 <sup>a</sup>
Sorumluluk						-.019	-.039	-.865	.388
Dostluk/Arkadaşlık						.115	.221	5.044	.000
Barışçı Olma						.010	.018	.398	.691
Saygı						.109	.212	4.165	.000
Dürüstlük						-.006	-.010	-.237	.813
Hoşgörü						.014	.023	.540	.589

a. Sabit: Sorumluluk, Dostluk/Arkadaşlık, Barışçı Olma, Saygı, Dürüstlük, Hoşgörü

b. Bağımlı Değişken: Önemli Kişilerle İlişkilerde Doyum

Tablo 8 den anlaşıldığı üzere regresyon analiz sonuçlarına göre İnsani Değerler Ölçeği alt boyutları önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutunu .130 düzeyinde açıklamaktadır. Yani insani değerler ölçeğinin alt boyutlarının önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutunu açıklama gücü .130 tür. Her ne kadar bu değer yüksek sayılmayacak düzeyde olsa da =0.01 manidardır (F=14.714). Bu durum önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutuna ilişkin değişkenliğin .130 insani değerler ölçeğinin alt boyutlarından kaynaklanırken geri kalanın araştırmaya dahil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca insani değerler ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde, dostluk/arkadaşlık ve saygı alt boyutları önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutunu manidar şekilde açıklamakta ( $t=5.044$ ;  $t=4.165$ ) diğer alt boyutları ise açıklamamaktadır.

**Tablo 9. Yaşam Doyumu**

Yaşam Doyumu									
	<i>R</i>	<i>R2</i>	<i>R2ch</i>	<i>F</i>	<i>Df</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Sabit	.232 <sup>a</sup>	.054	.044	5.597	6/599	4.472		4.646	.00 <sup>a</sup>
Sorumluluk						.061	.115	2.459	.014
Dostluk/Arkadaşlık						.062	.111	2.437	.015
Barışçı Olma						-.034	-.060	-1.231	.219
Saygı						.060	.109	2.065	.039
Dürüstlük						.025	.038	.875	.382
Hoşgörü						-.035	-.055	-1.239	.216

a. Sabit: Sorumluluk, Dostluk/Arkadaşlık, Barışçı Olma, Saygı, Dürüstlük, Hoşgörü  
b. Bağımlı Değişken: Yaşam Doyumu

Tablo 9 dan anlaşıldığı üzere regresyon analiz sonuçlarına göre İnsani Değerler Ölçeği alt boyutları yaşam doyumu alt boyutunu .054 düzeyinde açıklamaktadır. Yani insani değerler ölçeğinin alt boyutlarının yaşam doyumu alt boyutunu açıklama gücü .054 tür. Her ne kadar bu değer yüksek sayılmayacak düzeyde olsa da  $\neq 0.01$  manidardır ( $F=5.597$ ). Bu durum yaşam doyumu alt boyutuna ilişkin değişkenliğin .054 insani değerler ölçeğinin alt boyutlarından kaynaklanırken geri kalanın araştırmaya dahil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca insani değerler ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde, sorumluluk, dostluk/arkadaşlık ve saygı alt boyutları önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutunu manidar şekilde açıklamakta ( $t=2.459$ ;  $t=2.437$ ;  $t=2.065$ ) diğer alt boyutları ise açıklamamaktadır.

**Tablo 10. Olumlu Duygular**

Olumlu Duygular									
	<i>R</i>	<i>R2</i>	<i>R2ch</i>	<i>F</i>	<i>Df</i>	<i>B</i>	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Sabit	.516 <sup>a</sup>	.266	.259	35.855	6/599	2.781		3.635	.00 <sup>a</sup>
Sorumluluk						.058	.119	2.898	.004
Dostluk/Arkadaşlık						.050	.099	2.458	.014
Barışçı Olma						.077	.148	3.474	.001
Saygı						.099	.199	4.270	.000
Dürüstlük						.035	.059	1.567	.118
Hoşgörü						.075	.129	3.326	.001

a. Sabit: Sorumluluk, Dostluk/Arkadaşlık, Barışçı Olma, Saygı, Dürüstlük, Hoşgörü  
b. Bağımlı Değişken: Olumlu Duygular

Tablo 10 dan anlaşıldığı üzere regresyon analiz sonuçlarına göre İnsani Değerler Ölçeği alt boyutları olumlu duygular alt boyutunu .266 düzeyinde açıklamaktadır. Yani insani değerler ölçeğinin alt boyutlarının olumlu duygular alt boyutunu açıklama gücü .266 tür ( $F=35.855$ ). Bu durum olumlu duygular alt boyutuna ilişkin değişkenliğin .266 insani değerler ölçeğinin alt boyutlarından kaynaklanırken geri kalanın araştırmaya dahil edilmeyen değişkenlerden kaynaklandığı şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca insani değerler ölçeğinin alt boyutları incelendiğinde, sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, barışçı olma, saygı ve hoşgörü alt boyutları önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutunu manidar şekilde açıklamakta ( $t=2.898$ ;  $t=2.458$ ;  $t=3.474$ ;  $t=4.270$ ;  $t=3.326$ ) dürüstlük alt boyutu ise açıklamamaktadır.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde araştırmanın çalışma grubunu oluşturan ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ve öznel iyi oluşlarının sahip oldukları insani değerler açısından incelenmesi sonucu elde edilen bulguların tartışması yapılmış ve yorumlanmıştır.

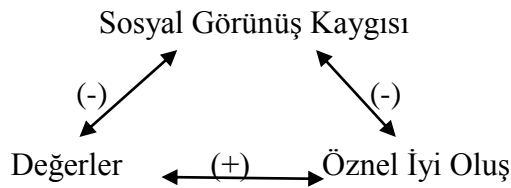
Elde edilen bulgulara göre;

Ergenlerin sahip olduğu değerlerin öznel iyi oluşları ile ilişkisine bakıldığında sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, saygı ve dürüstlük alt boyutu ile öznel iyi oluş ölçeğinin tüm alt boyutlarında (aile ilişkilerinde doyum, önemli kişilerle ilişkilerde doyum, yaşam doyumu, olumlu duygular) arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Barışçı olma ve hoşgörü alt boyutu ile öznel iyi oluş ölçeğinin aile ilişkilerinde doyum, önemli kişilerle ilişkilerde doyum, olumlu duygular alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuş; yaşam doyumu alt boyutu arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır. Öznel iyi oluş bir bakıma olumlu duyguların fazlalığı olumsuz duyguların azlığı ve yaşamdan alınan doyum olarak nitelendirilebilir. Yapılan araştırmalara baktığımızda Kasser ve Ryan (1996)'ın araştırmaları dışsal materyalistik değerlerin mutlulukla olumsuz, içsel değerlere sahip olmanın ise olumlu ilişkili olduğu gösterilmiştir. Araştırmada incelenen değerlerin insani değerler olduğunu göz önünde bulundurursak Kasser ve Ryan'ın araştırmalarının elde ettiğimiz bulguları destekler nitelikte olduğunu söyleyebiliriz.

Keng, Jung, Jiuan ve Wirtz, J. (2000), çalışmalarında materyalist eğilimin, yaşam doyumu üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Diener ve Oishi (2000), on dokuz ülkede üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada maddi değerler ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiş; Burroughs ve Rindfleisch (2002), benzer bir araştırma ile maddi değerlere verilen önemle iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmalardan elde edilen ortak sonuçlara baktığımız zaman maddi değerlere verilen önemle öznel iyi oluş arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Ayrıca maddi değerlere verilen önem depresyon gibi olumsuz duygu durumları ile pozitif yönlü bir korelasyona sahiptir. İnsancıl (Fromm, 1976; Maslow, 1954) ve organizmacı (Deci ve Ryan, 2000; Ryan ve Deci, 2000) kuramlar ve bazı

araştırmacılar (Kasser ve Ahuvia, 2002) büyüme, toplumun gelişimine katkıda bulunma yerine dış görünüm ve gelir gibi dışsal ya da materyalistik değerlerin kişilerin mutlulukları üzerinde olumsuz etkilerinin olduğunu ileri sürmektedir (Akt: Özdemir ve Koruklu, 2011). İlgili literatürü ve yapılan araştırmaları incelediğimiz zaman dışsal ve maddi değerlerin insanın öznel iyi oluşlarıyla negatif, insani ve manevi değerlerin pozitif yönlü ilişkili olduğu sonucunu çıkarabiliriz. Araştırmamızda incelediğimiz insani değerlerle (sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, saygı, dürüstlük, barışçı olma ve hoşgörü) öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı korelasyon bulunması elde edilen sonucun konu ile ilgili yapılmış araştırmalarla birbirini destekler nitelikte olduğunu söylemek mümkündür.

Bu araştırmanın bir diğer bulgusu; ergenlerin sahip olduğu değerler ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişki incelendiğinde sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, saygı, dürüstlük, hoşgörü alt boyutu ile ergenlerin sosyal görünüş kaygıları arasında negatif yönü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ile öznel iyi oluş ölçeğinin tüm alt boyutları (aile ilişkilerinde doyum, önemli kişilerle ilişkilerde doyum, yaşam doyumunu, olumlu duygular) arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Elde edilen bulgulara baktığımız zaman değer-öznel iyi oluş sosyal görünüş kaygısı değişkenlerini incelediğimizde; değerler ile öznel iyi oluş kendi aralarında pozitif yönlü anlamlı bir korelasyon gösterirken her iki değişken de sosyal görünüş kaygısı ile negatif yönlü anlamlı ilişki göstermektedir.



Literatüre baktığımız zaman sosyal görünüş kaygısı nispeten yeni bir kavram olmakla birlikte sosyal görünüş kaygısı ile yapılan araştırmalar oldukça sınırlıdır. Sosyal görünüş kaygısının beden algısı, beden imgesi kavramlarını içermesi ve sosyal kaygıyı yordayıcı (Hart diğ., 2008; Levinson ve Rodebaugh, 2011) nitelikte olması göz önünde bulundurularak benzer araştırmalar incelenmiştir. Yapılan araştırmaları incelediğimiz zaman Gilman ve Huebner (2006), yüksek yaşam doyumuna sahip ergenlerin özelliklerini incelediği araştırmalarında yaşam doyumunu

ile sosyal stres ve kaygı değişkenleri arasında negatif korelasyon tespit etmişlerdir. Yüksek yaşam doyumu düzeyine sahip ergenlerin, sosyal stres ve kaygı puanlarının daha düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Delfabro, Winefield, Anderson, Hammarström, Winefield (2011), 1281 ergen üzerinde yaptığı çalışmada beden imajı ve psikolojik iyi oluşu incelemiştir. Araştırmada kızların olumsuz beden imgelerinin erkeklere göre anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca kız öğrencilerin beden imajlarının psikolojik iyi oluşu anlamlı bir şekilde erkeklere göre daha fazla açıkladığını görülmüştür. Kashdan ve Roberts (2004) sosyal kaygı, sosyal yetkinlik beklentisi, pozitif ve negatif duygular arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada sosyal kaygısı yüksek olan öğrencilerin negatif duygularının daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. İlgili araştırmalardan da anlaşıldığı üzere sosyal görünüş kaygısı ile öznel iyi oluş arasında negatif yönlü ilişki olduğunu söylemek mümkündür. Yapılan çalışmada öznel iyi oluş ve değerlerin kendi aralarında pozitif yönlü her iki değişkenin de sosyal görünüş kaygısı ile negatif yönlü ilişki elde edilmesi ile yapılan araştırmaların elde ettiğimiz bulguları destekleyici nitelikte olduğunu söyleyebiliriz.

Araştırmanın bir diğer bulgularına göre: İnsani Değerler Ölçeğinin dostluk/arkadaşlık, barışçı olma ve saygı alt boyutları Öznel İyi Oluş Ölçeğinin aile ilişkilerinde doyum alt boyutunu yordamaktadır. Dostluk/arkadaşlık ve saygı alt boyutu önemli kişilerle ilişkilerde doyum alt boyutunu yordamaktadır. Sorumluluk, dostluk/arkadaşlık ve saygı alt boyutu yaşam doyumu alt boyutunu yordamaktadır. Sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, barışçı olma, saygı ve hoşgörü alt boyutu olumlu duygular alt boyutunu yordamaktadır. Elde edilen bulguları incelediğimizde İnsani Değerler Ölçeğinin alt boyutlarından birçoğunun öznel iyi oluşu açıkladığı görülmektedir. Özdemir ve Koruklu (2011), üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinde değerler ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya Adnan Menderes Üniversitesinde eğitim gören 19 ile 23 yaşları arası 226 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde evrenselcilik ve iyilikseverlik değerlerinin mutluluğu yordamada en güçlü değer yönelimleri olduğunu göstermiştir. Araştırmada Schwartz Değerler Ölçeği kullanılmakla birlikte, ilgili araştırma incelendiğinde değerler listesinde yer alan on farklı değerden mutluluğu en güçlü yordayıcı değerlerin evrenselcilik

(insanları anlama, değer verme, koruma, hoşgörülü olma vb.) ve iyilikseverlik (yardımsever, dürüst, bağışlayıcı, vefalı, sorumluluk sahibi olma vb.) olması oldukça anlamlıdır. Schwartz (1994) değerler listesinde yer alan bu iki değer hoşgörü, sorumluluk, dürüstlük, bağışlayıcı olma vb. değerleri de kapsar nitelikte olduğunu göz önünde bulundurursak yapılan araştırmanın elde ettiğimiz bulguları kısmen desteklediği sonucuna ulaşılabilir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu ise sosyal görünüş kaygısını insani değerler ölçeği alt boyutlarından hoşgörü manidar şekilde açıklamakta, diğer alt boyutları ise açıklamamaktadır. Sosyal görünüş kaygısı hakkında yapılan çalışmalar oldukça sınırlı olmakla birlikte literatüre baktığımız zaman Cash, Theriault ve Natasha (2004) yüksek düzeydeki sosyal-değerlendirici kaygının beden imgesi doyumsuzluğu, görünüşe gereğinden fazla önem verme ve duruma bağlı beden imgesi hoşnutsuzluğu ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buradan şu ortaya çıkmaktadır: “Başkaları benim hakkımda ne düşünüyor?” sorusu ile meşgul olan bireylerin zihinlerini aynı zamanda beden imgesi algıları ve görünüşleri meşgul etmektedir. Buna ilaveten, beden imgesi problemleri olan bireylerin sosyal-karşılaştırma düzeylerinin de çok yüksek düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır (Stormer, Thompson, 1995). Eğer bu bireyler sosyal karşılaşma ile ne kadar çok meşgul olurlarsa etrafındaki insanların görünüşlerine o kadar çok dikkat edeceklerdir. İlgili literatüre baktığımız zaman kişi ne kadar kıyaslayıcı ve değerlendirici olursa sosyal görünüş kaygısının o kadar yüksek olmasını bekleyebiliriz. Araştırmadan elde ettiğimiz bulgulara göre sosyal görünüş kaygısını insani değerler içerisinde en güçlü şekilde hoşgörü ( $t=-2.298$ ) alt boyutunun açıklaması oldukça anlamlıdır. Kişinin hoşgörünün artması ile birlikte daha az kıyaslayıcı ve değerlendirici olacağını göz önünde bulundurursak elde edilen bulgu ilgili literatürle birbirini destekler niteliktedir.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada çalışma grubunu oluşturan ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ve öznel iyi oluşları insani değerler açısından incelenmiştir. Çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda şu sonuçlara ulaşılmıştır.

#### **Sonuçlar:**

1. Ergenlerin sahip olduğu değerler ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişki incelendiğinde insani değerler ölçeğinin sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, saygı ve dürüstlük alt boyutu ile öznel iyi oluş ölçeğinin tüm alt boyutları arasında (aile ilişkilerinde doyum, önemli kişilerle ilişkilerde doyum, yaşam doyumu, olumlu duygular) pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. İnsani değerler ölçeğinin barışçı olma ve hoşgörü alt boyutu ile öznel iyi oluş ölçeğinin aile ilişkilerinde doyum, önemli kişilerle ilişkilerde doyum, olumlu duygular alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Barışçı olma ve hoş görü alt boyutu ile öznel iyi oluş ölçeğinin yaşam doyumu alt boyutu arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

2. Ergenlerin sahip olduğu değerler ile sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişki incelendiğinde sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, saygı, dürüstlük, hoşgörü alt boyutu ile ergenlerin sosyal görünüş kaygıları arasında negatif yönü anlamlı ilişki bulunmuştur. Barışçı olma alt boyutu ile sosyal görünüş kaygısı arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır.

3. Ergenlerin sosyal görünüş kaygıları ile öznel iyi oluş ölçeğinin tüm alt boyutları (aile ilişkilerinde doyum, önemli kişilerle ilişkilerde doyum, yaşam doyumu, olumlu duygular) arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur.

Yapılan regresyon analizinde;

1. Öznel iyi oluş ölçeğinin aile ilişkilerinde doyum alt boyutunu insani değerler ölçeğinin dostluk/arkadaşlık, barışçı olma ve saygı alt boyutu manidar şekilde açıklamakta, diğer alt boyutlar ise açıklamamaktadır.

2. Öznel iyi oluş ölçeğinin önemli kişilerle ilişkilerinde doyum alt boyutunu insani değerler ölçeğinin dostluk/arkadaşlık ve saygı alt boyutu manidar şekilde açıklamakta, diğer alt boyutlar ise açıklamamaktadır.
3. Öznel iyi oluş ölçeğinin yaşam doyumunu alt boyutunu insani değerler ölçeğinin sorumluluk, dostluk/arkadaşlık ve saygı alt boyutu manidar şekilde açıklamakta, diğer alt boyutları ise açıklamamaktadır.
4. Öznel iyi oluş ölçeğinin olumlu duygular alt boyutunu insani değerler ölçeğinin sorumluluk, dostluk/arkadaşlık, barışçı olma, saygı ve hoşgörü alt boyutu manidar şekilde açıklamakta, diğer alt boyutlar ise açıklamamaktadır.
5. Sosyal görünüş kaygısını insani değerler ölçeğinin hoşgörü alt boyutu manidar şekilde açıklamakta, diğer alt boyutları ise açıklamamaktadır.

### **Öneriler:**

Ulaşılan genel sonuçlar ışığında aşağıdaki öneriler geliştirilebilir.

1. Bu çalışma Konya ilinde öğrenim gören ergenler ile yapılmıştır. Bu araştırmanın değişik şehirlerdeki ergenlerle tekrarlanması araştırmanın genellenebilmesine katkı sağlayacağı için yararlı olacağı düşünülmektedir.
2. Ülkemize değerlerle ve öznel iyi oluşla ilgili çalışmalar nispeten yaygın olsa da sosyal görünüş kaygısı ile ilgili çalışmalar oldukça sınırlıdır. Sosyal görünüş kaygısı ile ilgili yeni çalışmalar kavramın daha da anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.
3. Bu araştırmanın örneklemini 13-18 yaş arası öğrenim görmekte olan ergenlerle sınırlıdır. Dolayısıyla elde edilen bulguların diğer yaş gruplarına genellemek mümkün değildir. Benzer çalışmaların diğer yaş gruplarına yapılması konu ile ilgili kapsamlı bilgi sahibi olunmasına katkı sağlayacaktır.
4. Bu çalışmada sosyal görünüş kaygısı, öznel iyi oluş ve değerler arasındaki ilişki incelenmiştir. Başka çalışmalarda benzer araştırmaların cinsiyet, sosyo-ekonomik durum, ebeveyn eğitim durumu vb. değişkenler açısından incelenmesi alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Acaboğa, A. (2007). *Din-Mutluluk İlişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Akbaş, O. (2004). *Türk Milli Eğitim Sisteminin Duyuşsal Amaçlarının (Değerlerinin) İlköğretim II. Kademedeki Gerçekleşme Derecesinin Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Akın, A. (2012). *Psikoloji Eğitiminde Kullanılan Güncel Ölçme Araçları*. Ankara: Nobel.
- Allport, C. W., Vernon, P. E. ve Lindzey, G. (1960). *A Study of Values*. Boston: Houghton Mifflin.
- Annak, B. B. (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*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Andrews, F. M. ve Withey, S.B. (1976). *Social Indicators of Well-Being Americans' Perceptions of Life Quality*. New York: Plenum Press.
- Arslan, Z. Ş. ve Yaşar, F.T. (2007). Yükselen Değer Kavramı Üzerine Eleştirel Bir Yaklaşım. *Değerler Eğitimi Merkezi Dergisi*, 1(1), 8-11.
- Aydın, M. (1984). *İbni Sina'nın Mutluluk Anlayışı*. (İbn Sînâ Doğumunun Bininci Yılı Armağanı, Derleyen: Aydın Sayılı). Ankara
- Ayral A. E. (1992). *Akademisyenlerin Çalışmayla İlgili Değerleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bacanlı, H. (1999). Üniversite Öğrencilerinin Değer Tercihleri. *Gazi Eğitim Fakültesi*, 2, 597-610.

- Bilgin, N. (1995). *Sosyal Psikolojide Yöntem ve Pratik Çalışmalar*. İstanbul: Sistem.
- Blanchflower, D.G. ve Oswald, A.L. (2011). International Happiness. *National Bureau of Economic Research*. Cambridge (Erişim tarihi: 22.01.2014).  
<http://www.andrewoswald.com/docs/blanchosw16668nberhappinessinternational.pdf>
- Burroughs, J. E. ve Rindfleisch, A. (2002). Materialism and well-being: A Conflicting Values Perspective. *Journal of Consumer Research*, 29(3), 348-370.
- Carlton, E. (1995). *Values and the Social Sciences*. Great Britain. Trowbridge: Redwood Books.
- Cash, T. F., Theriault, J. ve Natasha, M. (2004). Body Image In An Interpersonal Context: Adult Attachment, Fear Of Intimacy, And Social Anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 89-103.
- Cihangir Çankaya, Z. (2005). *Öz Belirleme Modeli: Özerklik Desteği, İhtiyaç Doyumu Ve İyi Olma*. (Yayımlanmamış doktora tezi) Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cihangir Çankaya, Z. (2009). Özerklik Desteği, Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu Ve Öznel İyi Olma: Öz Belirleme Kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (31), 23-31.
- Claes, L., Hart, T. A., Smits, D., Van Den Eynde, F., Mueller, A. ve Mitchell, J. E. (2012). Validation of the Social Appearance Anxiety Scale In Female Eating Disorder Patients. *European Eating Disorder Review*, 20, 406-409.
- Clark, A. E. ve Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and Unemployment. *Economic Journal*, 104(424), 648-59.
- Coombs, R. H. (1991). Marital Status and Personal Well-Being: A Literature Review. *Family Relations*, 40, 97-102.
- Çağlar, A. (2005). Erken Çocuklukta Gelişim ve Eğitimde Yeni Yaklaşımlar. Müzeyyen Sevinç (Ed.), *Okul Öncesi Dönemde Değerler Eğitimi*. İstanbul: Morpa Kültür.

Çakır, S. (2010). *Bilişsel-Davranışçı Yaklaşım Dayalı Olarak Hazırlanan Sosyal Kaygıyla Başa Çıkma Programının Lise Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerine Etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Uludağ Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa

Çalışkur, E. A. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Değerleri İle Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Eğitim Bilimleri Enstitüsü/Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Çelikkaya, H. (1996). *Fonksiyonel Eğitim Sosyolojisi*. İstanbul: Alfa.

Çetinkaya, H. (2004). *Beden İmgesi, Beden Organlarından Memnuniyet, Benlik Saygısı, Yaşam Doyumu ve Sosyal Karşılaştırma Düzeyinin Demografik Değişkenlere Göre Farklaşması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.

Çınar Altıntaş, F. (2004). *Kültürler Arası Değer Açısından Yönetici Değerlerinin Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Uludağ Üniversitesi/Sosyal Bilimler Bilimleri Enstitüsü, Bursa

Çınar, A. (2006). Modern Zamanların Değer Arayışı: Varlık-Bilgi-Değer Birliğinin Önemi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 4(11), 53-68.

Darcy, K., Davila, J. ve Beck, J. G. (2005). Is Social Anxiety Associated With Both Interpersonal Avoidance And Interpersonal Dependence? *Cognitive Therapy and Research*, 29, 171- 186.

Deci, E. L.ve Ryan, R. M. (2000). The “What” And “Why” Of Goal Pursuits: Human Needs and The Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227–268.

Delfabro, H.P., Winefield, H. A., Anderson, S., Hammarström, A. ve Winefield, H. (2011). Body Image And Psychological Well-Being İn Adolescents: The Relationship Between Gender And School Type. *The Journal Of Genetic Psychology*, 172(1), 67-83.

DeNeve, K.M. ve Cooper, H. (1998). The Happy Personality A Meta Analysis Of 137 Personality Traits And Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229

Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

Diener, E. (2000). Subjective Well-Being The Science of Happiness and A Proposal For a National Index. *American Psychologist*, 55(1), 34 -43

Diener, E. ve Oishi, S. (2000). Money and Happiness: Income and Subjective Well-Being Across Nations. *Culture and Subjective Well-Being*, 185-218.

Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, E. (2003). Personality, Culture And Subjective Well-Being: Emotional And Cognitive Evaluations Of Life. *Annual Review Of Psychology*.

Diener, E. ve Suh, E. (1998). Age and Subjective Well-Being: An International Analysis. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 17, 304- 324.

Diener, E., Suh, E. ve Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276.

Diener, E., Suh, E. M. ve Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well-Being, *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25-41.

Dilmaç, B. (1999). *İlköğretim Öğrencilerine İnsani Değerler Eğitiminin Verilmesi Ve Eğitimin Ahlaki Olgunluk Ölçeği İle Sınanması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Dilmaç, B. (2007). *Fen Lisesi Öğrencilerine İnsani Değerler Eğitiminin Verilmesi ve İnsani Değerler Ölçeği İle Sınanması*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya

Dilmaç, B., Deniz, M. ve Deniz M. E. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayışları İle Değer Tercihlerinin İncelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 9-24

Dilmaç, B. ve Ekşi H. (2007). Temel Tartışmalar ve Temel Yaklaşımlar. *İlköğretmen Eğitimci Dergisi*, 14(11), 21-29.

Doğan, B. (2007). *Örgüt Kültürü*. İstanbul: Beta

Doğan, T. (2009). *Bilişsel ve Kendini Değerlendirme Süreçlerinin Sosyal Anksiyete Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin Türkçeye Uyarlaması: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 151-159.

Doğan, T. (2011). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin Psikometrik Özelliklerinin Ergenlerden Oluşan Bir Örnekte İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(1), 12-19.

Doğan, T. (2013). Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ve Öznel İyi Oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.

Doğanay, A. (2006). Değerler Eğitimi. C. Öztürk (Ed.) *Hayat Bilgisi ve Sosyal Bilgiler Öğretimi* (255-286). Ankara: Pegem A.

Dönmezer, S. (1994). *Toplumbilim*. İstanbul: Beta.

Dönmezer, İ. (2001). *Ailede İletişim ve Etkileşim*. İstanbul: Sistem.

Eaton, W. W. ve Kessler, L. G. (1981). Rates of Symptoms of Depression in a National Sample. *American Journal of Epidemiology*, 114, 528-538.

Eng, W., Coles, M.E., Heimberg, R.G. ve Safren, S.A. (2004). Domains of Life Satisfaction in Social Anxiety Disorder: Relation to Symptoms and Response to Cognitive-Behavioral Therapy. *Journal of Anxiety Disorders*, 19, 143-156.

- Ercan, L. (2001). Ergenlik Döneminde Rehberlik Ve Psikolojik Danışma Hizmetleri. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 9(2), 47-58.
- Erdem, A.R. (2007). Eğitim Fakültesi Kültürünün Önemli Bir Ögesi: Değerler (Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Örneği). *Eurasian Journal of Education Research*, 26, 95-108
- Ergün, S. (2013). *Ergenlere Verilen Değer Eğitiminin Öz Düzenleme Stratejileri Üzerindeki Etkisinin Sınanması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi/Eğitim Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Eser, A. (2012). *İlköğretim Öğrencilerinin İnsani Değerleri Düzeyleri İle Çevresel Tutumları Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(4), 975-989.
- Eryılmaz, A. (2011). Relationship of High School Student's Subjective Well-Being and School Burnout. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), 181-199
- Feather, N. T. (1975), *Values in Education and Society*, NewYork: The Free Press.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F. ve Buss, A. H. (1975). Public And Private Self-Consciousness: Assessment and Theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522-527.
- Fitcher, J. (1990). *Sosyoloji Nedir?* (Çev. N. Çelebi). Konya: Selçuk Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi Yayını.
- Fitcher, J. (1996). *Sosyoloji Nedir?* (Çev. N. Çelebi). 3. Baskı. Ankara: Attila Kitapevi.
- Fromm, E. (1976). *To Have or to Be*, London: Abacus.

- Gilman, R. ve Huebner, E. S. (2006). Characteristics of Adolescents Who Report Very High Life Satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35 (3), 311-319.
- Goldthwait, J. T. (1996). *Values. What They Are & How We Know Them*. New York: Prometheus Boks.
- Gove, W. R., Style, C. B. ve Hughes, M. (1990). The Effect Of Marriage On The Well-Being Of Adults: A Theoretical Analysis. *Journal of Family Issues*, 11, 4-35.
- Gökberk, M., (1996). *Felsefe Tarihi*, İstanbul: Remzi
- Gökçe, O. (1994). Türk Gençliğin Sosyal ve Ahlaki Değerleri. *Ata Dergisi*, 1, 25-30.
- Gurin, G., Veroff, J. ve Feld, S. (1960). *Americans View Their Mental Health*. Ann Arbor: University of Michigan, Survey Research Center.
- Güçlü, A., Uzun, E. ve Uzun, S. (2002). *Felsefe Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat.
- Güngör, E. (1993). *Değerler Psikolojisi*. Amsterdam: Hollanda Türk Akademisyenler Birliği Vakfı Yayınları.
- Güngör, E. (1995). *Ahlak Psikolojisi ve Sosyal Ahlak*. İstanbul: Ötüken.
- Güngör, E. (1998). *Değerler Psikolojisi Üzerinde Araştırmalar*. İstanbul: Ötüken.
- Haring-Hidore, M., Stock, W. A., Okun, M. A. ve Witter, R. A. (1985). Marital Status and Subjective Well-Being: A Research Synthesis. *Journal of Marriage and the Family*, 47, 947-953.
- Hart, E. A., Leary, M.R. ve Rejeski, W. J. (1989). The Measurement of Social Physique Anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 94-104.
- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C. ve Heimberg, R. G. (2008). Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment*, 15(1), 48-59.
- Holmes, T. H. ve Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic research*, 11(2), 213-21.

Horley, J. ve Lavery, J. J. (1995). Subjective Well-Being and Age. *Social Indicators Research*, 34, 275-282.

İşcan, C. D. (2007). *İlköğretim Düzeyinde Değerler Eğitimi Programının Etkililiği*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

James Jr, H. S. (2011). Is the Just Man a Happy Man? An Empirical Study of the Relationship between Ethics and Subjective Well-Being. *Kyklos*, 64(2), 193-212.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1980). *Çocuğun Değeri*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi, İdari Bilimler Fakültesi Yayınları.

Kağıtçıbaşı, Ç. (2005). *İnsan ve İnsanlar*. İstanbul: Evrim.

Kapu, H. (2001). *Orta ve Güneydoğu Anadolu'da Yaşayan Girişimci/Yöneticilerin Yaşam ve Girişimcilik Değerleri*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi /Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kara, H. (2007). *Yönetmel Değerlerin Oluşumunu Etkileyen Etkenler ve Bunların Sorun Alanlarının Belirlenmesine İlişkin Bir Araştırma*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Dumlupınar Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Karakitapoğlu, Z. (1996). *Contemporary Value Orientations of Adults and University Students*. Unpublished Master Thesis. Ankara: METU, The Graduate School of Social Sciences.

Karasar, N. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel.

Kashdan, T. B. ve Roberts, J. E. (2004). Social anxiety's Impact on Affect, Curiosity, and Social Self-Efficacy During a High Self-Focus Social Threat Situation. *Cognitive Therapy and Research*, 28(1), 119-141.

Kasser, T. ve Ahuvia, A. C. (2002). Materialistic Values And Well-Being İn Business Students. *European Journal of Social Psychology*, 32, 137-146.

Kasser, T. ve Ryan, R. M. (1996). Further Examining The American Dream: Differential Correlates Of İntrinsic And Extrinsic Goals. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22, 280-287.

Kaya, M. (1983). *Aristoteles Felsefesi*, İstanbul: Ekin.

Keng, K. A., Jung, K., Jiuan, T. S. ve Wirtz, J. (2000). The İnfluence of Materialistic İnclination on Values, Life Satisfaction and Aspirations: An Empirical Analysis. *Social Indicators Research*, 49(3), 317-333.

Kessler, R. C. ve Essex, M. (1982). Marital Status and Depression: The İmportance of Coping Resources. *Social Forces*, 61, 484-507.

Koca, A.İ. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Değerleri Ve Bireysel Özellikleri İle Kariyer Tercihleri Arasındaki İlişki: Çukurova Üniversitesi'nde Bir Araştırma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.

Kumbasar, E. (2011). *Muzaffer İzgü'nün Romanlarının Değerler Eğitimi Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Leary, M.R. ve Kowalski, R.M. (1995). "The Self-Presentation Model of Social Phobia". Heimberg, R.G., M.R. Liebowitz, D.A. Hope ve F.R. Schneier (Ed.), *Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment* (s.94-112). New York: Guilford Press.

Lee, G. R., Seccombe, K. ve Shehan, C. L. (1991). Marital Status and Personal Happiness: An Analysis of Trend Data. *Journal of Marriage and the Family*, 839-844.

Levinson, C. A. ve Rodebaugh, T. L. (2011). Validation Of The Social Appearance Anxiety Scale. Factor, Convergent, And Divergent Validity. *Assessment*, 18, 350-356.

- Marshall, G. (1999). *Sosyoloji Sözlüğü*, (Çev. O.Akınhay ve D. Kömürçü). Ankara: Bilim ve Sanat.
- Mash, E.J. ve Wolfe, D.A. (2002). *Anxiety Disorders. Abnormal Child Psychology*. Belmont: Thomson Learning.
- Maslow, A. (1954). *Motivation And Personality*. New York: Harper.
- Maslow, A. (1971). *The Farther Reaches of Human Nature*. New York: Penguin.
- Maslow, A. (1982). *Toward a Psychology of Being*. New York: Chapman and Hall.
- Mastekaasa, A. (1992). Marriage and Psychological Well-Being: Some Evidence on Selection Into Marriage. *Journal of Marriage and Family Relations*, 54, 901-911.
- MEB. (2013). Sosyal Bilgiler Dersi (4-5. Sınıflar) Öğretim Programı ve Kılavuzu. T.T.K.B. <http://ttkb.meb.gov.tr/program2.aspx> (Erişim tarihi: 20.01.2013)
- Mendelson, M.J., Mendelson, B.K., ve Andrews, J. (2000). Self-Esteem, Body Esteem, And Body-Mass İn Late Adolescence: Is Competence X İmportance Model Needed? *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21, 249-267.
- Michaelis, U. J. (1988). *Social Studies for Children (A Guide to Basic Instruction)*. New Jersey: Prentice Hall İnc.
- Mogg, K. ve Bradley, B. P. (1998). A Cognitive-Motivational Analysis Of Anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 809-848.
- Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Naylor, David T. ve Diem, R. (1987). *Elementary and Middle School Social Studies*. New York: Random House
- Noddings, N. (2006). *Eğitim ve Mutluluk* (Çev: Zuhâl Bilgin). İstanbul: Kitap.
- Özbay, H. ve Öztürk, E. (1992). *Gençlik*, İstanbul: İletişim.

Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş. C. ve Yıldız, M. (2013). Relationship Between Self-Esteem, Social Appearance Anxiety, Depression And Anxiety İn Adolescent And Young Adult Women. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-13.

Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Değeler ve Mutluluk Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi*. 1(3), 190-210

Özensel, E. (2003). Sosyolojik Bir Olgu Olarak Değer. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 1(3), 17-239.

Özgüven, İ. E. (2007). *Psikolojik testler*. Ankara: PDREM.

Özkul, A. S. (2007). *Yaşam ve Çalışma Değerlerini Etkileyen Faktörler SDÜ Öğrencileri Üzerinde Bir Çalışma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta.

Rokeach, M. (1968). Beliefs, attitudes and values: A theory of organization and change.

Rokeach, M. (1973). *The Nature of Human Values*. New York: The Free Press.

Ruyter, D. J. (2002). The Right to Meaningful Education: The Role of Values And Beliefs. *Journal of Beliefs & Values*, 23(1), 33-42

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Self-Determination Theory And The Facilitation Of İntrinsic Motivation, Social Development, And Well-Being. *American Psychologist*, 55, 68–78.

Sarı, E. (2005). Öğretmen Adaylarının Değer Tercihleri: Giresun Eğitim Fakültesi Örneği. *Değerler Eğitimi Dergisi*. 10(3), 73-88.

Schlenker, B. R. ve Leary, M. R. (1982). Social Anxiety and Self-Presentation: A Conceptualization and Model. *Psychological Bulletin*, 92, 641–669.

Schwartz, S. H. (1994). Are There Universal Aspects in the Structure and Contents of Human Values? *Journal of Social Issues*, 50( 4), 19-45

Schwartz, S. H. (2012). An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. *Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1). (Erişim Tarihi: 07.01.2014) <http://scholarworks.gvsu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1116&context=orpc>

Seligman, M. E. (2007). *Gerçek Mutluluk*.(Çev: Semra Kunt Akbaş). Ankara: HYB.

Selim, S. (2008). Türkiye’de Bireysel Mutluluk Kaynağı Olan Değerler Üzerine Bir Analiz: Multinomial Logit Model. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(17), 345-358

Sezen, Y. (2004). *İslam’ın Sosyolojik Yorumu*. İstanbul: İz.

Sezgin, F. (2006). *İlköğretim Okulu Öğretmenlerinin Bireysel ve Örgütsel Değerlerinin Uyumunu (Ankara İli Örneği)*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Skirbekk, G. ve Gilje, N. (1971). *Felsefe Tarihi*. (Çev: E. Akbaş – ř. Mutlu). İstanbul: Üniversite Kitabevi Yayınları.

Smith, C. (2007). Social Anxiety and Public Self-Consciousness as Predictors of Appearance Accuracy. *Psi Chi Journal of Undergraduate Research*, 12(2), 39-45

Spranger, E. (1928). *Types of Men*. New York: Stechert.

Stock, W. A., Okun, M. A., Haring, M. J. ve Witter, R. A. (1983). Age And Subjective Well-Being: A Metaanalysis. In R. J. Light (Ed.), *Evaluation studies: Review Annual* (8, 279-302). Beverly Hills, CA: Sage.

Stormer, S. M. ve Thompson, J. K. (1995). Explanations Of Body İmage Disturbance: A Test Of Maturational Status, Negative Verbal Commentary, Social Comparison, And Sociocultural Hypotheses. *International Journal of Eating Disorders*, 19, 193-202.

Strack, F., Argyle, M. ve Schwarz, N. (1991). *Subjective Well-Being: an Interdisciplinary Perspective*. Oxford England: Pergamon Press.

Strawbridge, W. J., Shema, S. J., Cohen, R. D., Roberts, R. E. ve Kaplan, G. A.

(1998). Religiosity Buffers Effects Of Some Stressors On Depression But Exacerbates Others. *Journals of Gerontology: Series B. Psychological Sciences and Social Sciences*, 53, 118-126.

Şahin Fırat, N. ve Açıkgöz, K. (2012). Bazı Değişkenler Açısından Öğretmenlerin Değer Sistemleri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43, 422-435

Şişman, M. (2002). *Örgütler ve Kültürler*. Ankara: Pegem A.

Tahiroğlu, M. (2011). *İlköğretim 4. Sınıf Sosyal Bilgiler Dersinde Doğa Sevgisi, Temizlik ve Sağlıklı Olma Değerlerinin Öğretimi ve Değerlere İlişkin Öğrenci Tutumlarının Belirlenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tait, M., Padgett, M. Y. ve Baldwin, T. T. (1989). Job and Life Satisfaction: A Reevaluation of the Strength of the Relationship and Gender Effects as a Function of the Date of the Study. *Journal of Applied Psychology*, 74(3), 502.

Tapmacıoğlu, M. (1969). *Genel Sosyoloji Üzerine Bir Deneme*. Ankara: Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Yayınları.

Tatarkiewicz, W. (1976). *Analysis of Happiness*. The Hague, Netherlands: Martinus Nijhoff.

TDK. (1983). *Türkçe Sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu.

TDK.(2014).[http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_bts&arama=kelime&guid=TDK.GTS.5342e4296b0aa8.07287052](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelime&guid=TDK.GTS.5342e4296b0aa8.07287052) (Erişim tarihi: 07.04.2014)

Terzi, A. R. (2000). *Örgüt Kültürü*. Ankara: Nobel.

Tezcan, M. (1985). *Eğitim Sosyolojisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Yayınları.

Tillich, P. (1960). *Love, Power and Justice: Ontological Analyses and Ethical Applications*. New York: Oxford University Press.

Tokdemir, M. A. (2007). *Tarih Öğretmenlerinin Değerler ve Değerleri Eğitimi Hakkındaki Görüşleri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.

Turan, S. ve Aktan, D. (2008). Okul Hayatında Var Olan Ve Olması Düşünülen Sosyal Değerler. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 227-259

Tuzgöl-Dost, M. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal/Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tuzgöl-Dost, M. (2005). Ruh Sağlığı ve Öznel İyi Oluş. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20, 223-231

TÜİK. (2014). Temel İstatistikler/Nüfus ve Demografi/Hayati İstatistikler <http://www.tuik.gov.tr/UstMenu.do?metod=temelist> (Erişim tarihi: 19 Mart 2014).

Türkdoğan, T. ve Duru, E. (2012) Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarının Yordanmasında Temel İhtiyaçların Karşılanmasının Rolü. *Kuram ve Uygulamalarda Eğitim Bilimleri*, 12(4), 2429-2446

Ulusoy, K. (2007). *Lise Tarih Programlarında Yer Alan Geleneksel Ve Demokratik Değerlere Yönelik Öğrenci Tutumlarının Ve Görüşlerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi) Gazi Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ulusoy, K. ve Dilmaç, B. (2012). *Değerler Eğitimi*. Ankara: Pegem Akademi

Ülken, H. Z. (1958). *Felsefeye Giriş* (2. Kitap), Ankara: A. Ü. İlahiyat Fakültesi Yayınları

Veenhoven, R. (1994). *Correlates of Happiness: 7,836 Findings From 603 Studies in 69 Nations: 1911-1994*. Erasmus University, Rotterdam, The Netherlands.

Wilson, W. R. (1960). An Attempt to Determine Some Correlates and Dimensions of Hedonic Tone (Doctoral dissertation, Northwestern University, 1960). *Dissertation Abstracts*, 22, 2814. (University Microfilms No. 60-6588)

Wilson, W. R. (1967). Correlates of Avowed Happiness. *Psychological Bulletin*, 67, 294-306.

Witter, R. A., Okun, M. A., Stock, W. A. ve Haring, M. J. (1984). Education and Subjective Well-Being: A Meta-Analysis. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, 165-173.

Yapıcıkardeşler, E. (2007). *Öğretmenlerin Değer Yönelimleri İle İş Tatminleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlı Öğrencilerinde İyi Olma Hali, Psikiyatrik Belirtiler Ve Bazı Kişilik Özellikleri: Karşılaştırmalı Bir Çalışma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Yazıcı, K. (2006). Değerler Eğitime Genel Bir Bakış. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, 9, 499-522

Yetim, Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu Ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir

Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan Bireye Mutluluk Resimleri*. İstanbul: Bağlam.

Yıldız, M. ve Dilmaç, B. (2012). Öğretmen Adaylarının Sahip Oldukları Değerler İle Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkilerini İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (8) 3, 122-134.

Yılmaz, K. (2006). *İlköğretim Okulu Yönetici ve Öğretmenlerine Göre Kamu İlköğretim Okullarında Bireysel Ve Örgütsel Değerler ve Okul Yöneticilerinin Okullarını Bu Değerlere Göre Yönetme Durumları*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Yılmaz, K. (2008). *Eğitim Yönetiminde Değerler*. Ankara: Pegem.

Yörükoğlu, A. (2008). *Çocuk Ruh Sağlığı*. İstanbul: Özgür

## EKLER

### Ek 1- İnsani Değerler Ölçeği

2	Dostlarımla aramda güçlü bağlar vardır.	1	2	3	4	5
17	İnsanlara yardım ederken karşılık beklemem.	1	2	3	4	5
25	Okulda verilen görevleri gönüllü olarak alırım.	1	2	3	4	5
41	Her şeyi her yerde söylemek doğru değildir.	1	2	3	4	5

### Ek 2- Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği

1	Ailem beni destekler	1	2	3	4
9	Hayatı dilediğim gibi yaşarım	1	2	3	4
13	Genellikle neşeliyim	1	2	3	4

### Ek 3- Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği-Ergen Formu

2	Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.	1	2	3	4	5
10	İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.	1	2	3	4	5
16	İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.	1	2	3	4	5