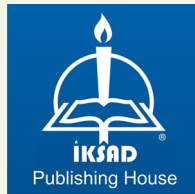




# ERGENLİKTE ÜÇ TEMEL PSİKOLOJİK UNSUR:

PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR, YETKİNLİK ALGILARI VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ

Dr. Öğr. Üyesi Habib HAMURCU



**ERGENLİKTE ÜÇ TEMEL PSİKOLOJİK UNSUR:  
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR, YETKİNLİK ALGILARI VE  
PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ**

**Dr. Öğr. Üyesi Habib HAMURCU<sup>1</sup>**

DOI: <https://dx.doi.org/10.5281/zenodo.8313287>



---

<sup>1</sup> Erciyes Üniversitesi. Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psik. Danışmanlık A.B.D.  
Melikgazi – Kayseri hamurcu@erciyes.edu.tr ORCID: 0000-0003-1976-4118

Copyright © 2023 by iksad publishing house  
All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, distributed or  
transmitted in any form or by  
any means, including photocopying, recording or other electronic or mechanical  
methods, without the prior written permission of the publisher,  
except in the case of  
brief quotations embodied in critical reviews and certain other  
noncommercial uses permitted by copyright law. Institution of Economic  
Development and Social  
Researches Publications®  
(The Licence Number of Publicator: 2014/31220)  
TURKEY TR: +90 342 606 06 75  
USA: +1 631 685 0 853  
E mail: iksadyayinevi@gmail.com  
www.iksadyayinevi.com

It is responsibility of the author to abide by the publishing ethics rules.

Iksad Publications – 2023©

**ISBN: 978-625-367-246-1**

Cover Design: İbrahim KAYA

September / 2023

Ankara / Türkiye

Size = 16 x 24 cm

## ÖNSÖZ

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkiyi inceleyen bu çalışmadan elde edilen bulguların, yorum ve önerilerin ergenlerle iletişim halinde olan bütün kişilere katkı sağlamasını dilerim. Bireylerin iyi bir *insan*, başarılı bir *meslek adamı* ve milli değerlerine sahip bir *vatandaş* olabilmesi adına yapılan her türlü eğitim, öğretim çalışmalarına ufakta olsa bir katkımın olabileceğini bilmek beni fazlasıyla memnun etmektedir. Bu kitap yazarın doktora tezinden çevrilmedir.

Akademik çalışmalarımın başlamasında ve gelişmesinde kişisel, akademik desteğini, anlayışını esirgemeyen, bana karşı yaklaşımlarından güç ve güven aldığım Değerli Hocam Prof..Dr Nurten SARGIN'a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Üniversite dışından akademik çalışma yapmanın zorlu sürecinde, her zaman sonsuz destek ve önerilerini aldığım Prof.Dr Hasan BOZGEYİKLİ'ye de özel teşekkürlerimi sunuyorum.

Psik. Danışman ve rehber öğretmenlik görevimde, akademik çalışmalarımda destek ve anlayış gösteren idareci ve mesai arkadaşlarıma da şükranlarımı sunarım.

*Sevgi ve Saygılarımla...*

## KISALTMALAR

**YPİDÖ:** Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Değerlendirme Ölçeği

**EYBÖ:** Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği

**PIÖÖ:** Psikolojik İyi Olma Ölçeği.

**ÖBK:** Öz Belirleme Kuramı

**PDR:** Psikolojik Danışma ve Rehberlik

## İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
KISALTMALAR.....	ii
İÇİNDEKİLER .....	iii
TABLolar .....	vii
ŞEKİLLER .....	xi
1.KAVRAMSAL ÇERÇEVE .....	1
1.1.Problem Durumu .....	5
1.1.1.Alt Problemler .....	5
1.1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi .....	7
1.1.3.Varsayımlar .....	9
1.1.4. Sınırlılıklar.....	9
1.1.5. Tanımlar .....	9
1.2. Psikolojik İhtiyaçlar.....	10
1.2.1. Psikolojik Bir Kavram Olarak İhtiyaç.....	10
1.2.2.İhtiyaçlarla İlgili Kuramsal Çalışmalar .....	13
1.2.2.1.Maslow ve İhtiyaçlar Hiyerarşisi .....	13
1.2.3.Psikolojik İhtiyaçlarla İlgili Yapılan Çalışmalar .....	23
1.3.Yetkinlik İnancı.....	30
1.3.1.Yetkinlik İnancının Boyutları .....	31
1.3.2.Yetkinlik İnancının Kaynakları.....	32
1.3.3.Yetkinlik İnancının Bireyi Etkileme Boyutları .....	35
1.3.4.Akademik Yetkinlik İnancı.....	37
1.3.5. Sosyal Yetkinlik İnancı.....	37
Duygusal Yetkinlik İnancı.....	38
1.3.6. Yetkinlik İnancı İle İlgili Yapılan Çalışmalar .....	38
1.4. İyi Oluş Durumları .....	42
1.4.1.Öznel İyi Oluş .....	46

1.4.2. Psikolojik İyi Oluş.....	49
<b>2.YÖNTEM.....</b>	<b>68</b>
2.1.Araştırma Modeli .....	68
2.2. Araştırma Grubu.....	68
2.3. Veri Toplama Araçları.....	70
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu .....	71
2.3.2. Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Değerlendirme Ölçeği (YPİDÖ) .....	71
2.3.3. Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (EYBÖ).....	72
2.3.4.Psikolojik İyi Olma Ölçeği (PİOÖ) .....	73
2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	75
2.4.1.Verilerin Toplanması.....	75
2.4.2.Verilerin Analizi .....	76
<b>3.BULGULAR .....</b>	<b>77</b>
3.1.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Özlük Niteliklerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular:.....	77
3.1.1.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	77
3.1.2.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	78
3.1.3.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	80
3.1.4.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Okul Türüne Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	81
3.1.5.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Okul Türüne Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	85
3.1.6.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Okul Türüne Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	87
3.1.7.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	92

3.1.8.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Sınıf Seviyelerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	94
3.1.9.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Sınıf Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	97
3.1.10.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	101
3.1.11.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	104
3.1.12.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular.....	106
3.1.13.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	110
3.1.14.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular .....	112
3.1.15.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular.....	115
3.2.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlar, Yetkinlik İnancı ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumuna Ait Bulgular .....	121
3.3.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluşu Açıklama Durumuna Ait Bulgular .....	122
3.3.1. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının, Akademik Yetkinlik Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular .....	122
3.3.2. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Sosyal Yetkinlik Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular.....	124
3.3.3. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Duygusal Yetkinlik Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular .....	125
3.3.4. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Özerklik İyi Oluş Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular.....	126
3.3.5. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının, Çevresel Hâkimiyet İyi Oluş Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular .....	127
3.3.6. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Bireysel Gelişim İyi Oluş Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular .....	128



3.3.7 Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Diğerleriyle Olumlu İlişkiler İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular .....	130
<b>4.TARTIŞMA VE YORUM.....</b>	<b>134</b>
4.1.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Durumlarının Özlük Niteliklerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Tartışma ve Yorum.....	134
4.1.1.Cinsiyet, Okul Türü, Sınıf Seviyeleri, Anne – Baba Eğitim Düzeyleri ile Psikolojik İhtiyaçlar .....	134
4.1.2. Cinsiyet, Okul Türü, Sınıf Seviyeleri, Anne – Baba Eğitim Seviyeleri ile Yetkinlik İnançları .....	136
4.1.3.Cinsiyet, Okul Türü, Sınıf Düzeyleri, Anne – Baba Eğitim Seviyeleri ile Psikolojik İyi Oluş Durumları.....	137
4.2.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Durumları Arasındaki İlişki Durumuna Dair Tartışma ve Yorum ...	140
4.3.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Açıklaması ile İlgili Tartışma ve Yorum .....	143
<b>5.SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>150</b>
5.1.Sonuçlar.....	151
5.2.Öneriler .....	152
5.2.1.Ebeveynlere Yönelik Öneriler: .....	152
5.2.2.İdareci ve Öğretmenlere Yönelik Öneriler .....	153
5.2.3.Eğitim Programcıları ve Araştırmacılar .....	154
<b>6.KAYNAKÇA .....</b>	<b>155</b>
<b>7.EKLER.....</b>	<b>171</b>

## TABLolar

Tablo - 1: Öznel İyi Oluşun Temel Öğeleri .....	47
Tablo - 2: Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları .....	68
Tablo - 3: Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Okul Türlerine Göre Dağılımları .....	69
Tablo - 4: Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Sınıf Seviyelerine Göre Dağılımları .....	69
Tablo - 5: Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları .....	70
Tablo - 6: Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları .....	70
Tablo - 7: Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin t Testi Sonuçları .....	77
Tablo - 8: Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin t Testi Sonuçları .....	79
Tablo - 9: Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin t Testi Sonuçları .....	80
Tablo - 10: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri.....	82
Tablo - 11: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	83
Tablo - 12: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları....	83
Tablo 13: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri.....	85
Tablo - 14: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	86
Tablo - 15: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Tukey Testi Sonuçları .....	87
Tablo - 16: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri.....	87

Tablo - 17: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	90
Tablo - 18: Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları ....	91
Tablo - 19: Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri .....	92
Tablo - 20: Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	94
Tablo - 21: Ergenlerin Sınıf Seviyelerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri .....	95
Tablo - 22: Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	96
Tablo - 23: Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri .....	97
Tablo - 24: Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	99
Tablo - 25: Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları .....	100
Tablo - 26: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri.....	101
Tablo - 27: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	102
Tablo - 28: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları..	103
Tablo - 29: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri .....	104
Tablo - 30: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	105
Tablo - 31: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri .....	106
Tablo - 32: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	108

Tablo - 33: Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları .....	109
Tablo - 34: Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri.....	110
Tablo - 35: Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	112
Tablo - 36: Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri.....	113
Tablo - 37: Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	114
Tablo - 38: Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin $\bar{X}$ , Ss Değerleri .....	115
Tablo - 39: Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	117
Tablo - 40: Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları .....	119
Tablo - 41: Psikolojik İhtiyaçlar, Yetkinlik İnancı ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeklerinin Alt Ölçeklerine İlişkin Puanlar Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları .....	121
Tablo - 42: Psikolojik İhtiyaçların, Akademik Yetkinliği Açıklama Gücü ..	123
Tablo - 43: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Akademik Yetkinliği Açıklama Gücü.....	123
Tablo - 44: Psikolojik İhtiyaçların, Sosyal Yetkinliği Açıklama Gücü.....	124
Tablo - 45: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Sosyal Yetkinliği Açıklama Gücü	124
Tablo - 46: Psikolojik İhtiyaçların, Duygusal Yetkinliği Açıklama Gücü ...	125
Tablo - 47: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Duygusal Yetkinliği Açıklama Gücü.....	126
Tablo - 48: Psikolojik İhtiyaçların, Özerklik İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü.....	126
Tablo - 49: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Özerklik İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü.....	127
Tablo - 50: Psikolojik İhtiyaçların, Çevresel Hâkimiyet İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü.....	127

Tablo - 51: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Çevresel Hâkimiyet İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü.....	128
Tablo - 52: Psikolojik İhtiyaçların, Bireysel Gelişim İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü.....	129
Tablo - 53 Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Bireysel Gelişim İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü .....	129
Tablo - 54: Psikolojik İhtiyaçların, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü .....	130
Tablo - 55: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Diğerleriyle Olumlu İlişkiler İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü .....	130
Tablo - 56: Psikolojik İhtiyaçların, Yaşam Amaçları İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü.....	131
Tablo - 57: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Yaşam Amaçları İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü .....	132
Tablo - 58: Psikolojik İhtiyaçların, Öz Kabul İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü.....	132
Tablo - 59: Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Öz Kabul İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü .....	133

## **ŞEKİLLER**

Şekil – 1: Psikolojik İyi Oluşun Bileşenleri ve Kuramsal Temelleri..... 51



## 1.KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Birey, yaşam çizgisi boyunca çocukluk, gençlik, yetişkinlik, yaşlılık gibi gelişim dönemlerinden geçmektedir. Bu gelişim dönemleri birbiriyle farklı olan fizyolojik ve psikolojik özellikler gösterir. Bu dönemler içinde ergenlik; bilimsel çalışmalar içinde en çok ele alınan, birçok yönü ile araştırılan ve ilgi çeken gelişim dönemidir. İnsan yaşamının kritik dönemlerinden biri olan ergenlik dönemi kaygıların, çatışmaların sıklıkla yaşandığı, sosyal becerilerin geliştiği bir dönem olarak görülmektedir. Ergenlik dönemine ait ilk bilimsel çalışmaları gerçekleştiren G. Stanley Hall (1906:7) ergenlik dönemini “fırtına ve stres” dönemi olarak nitelendirmiştir. Gelişim özelliklerinden dolayı ergenlerin yaşadığı bu çatışmalar yapıcı bir şekilde çözümlendiği zaman ergen sağlıklı bir gelişim dönemi geçirebilir. Parman (2010:38); ergenlik ve risk kelimelerinin köken anlamları itibariyle yan yana olması gerektiğini belirtmektedir. Risk sözcüğünün iki sözcükten türediği düşünülmektedir. Latince “riscus” kesmekten, Yunanca “rhiza” ise kök’ten gelmektedir. Risk kelimesi kesilme, ayrılma, kopmaya gönderme yaparken, diğer anlamıyla da kökenlere bağlara, ilişkilere vurgu yapmaktadır. Ergen bir yandan bağımsız, özgür, özerk olma, ama öte yandan da bir gruba, topluluğa, aileye ait olma çabası içerisindedir.

Ergenin yaşadığı gelişimsel sıkıntılar, geçirdiği fırtına ve stres dönemlerinden sonra topluma bir birey olarak katılmasını, ikinci doğum olarak nitelendiren Adams (1995) bu dönemdeki ergenin farklı nitelikteki hızlı değişimlere uyum sağlayabilmesinin gelişimsel ihtiyaçlarının giderilmesi ile mümkün olabileceğini belirtmiştir. Ergenlik döneminde biyolojik, psikolojik ve sosyal alanlarda belirgin gelişimsel değişiklikler gerçekleşmektedir. Bu gelişimsel değişiklikleri Havighurst (1953) gelişim görevleri olarak tanımlamaktadır. Gelişim görevi; bireyin yaşamında belirli bir dönemde ya da o dönem konusunda, başarılması bireyin mutluluğuna ve sonraki görevleri başarmasına rehberlik eden, başarılmaması bireyde mutsuzluğa, toplumca onaylanmamaya ve sonraki görevlerde güçlük çekmeye yol açan bir görevdir (Aktaran: Onur, 1997:102).

Gelişim görevleri, devinimsel, zihinsel, duygusal ya da toplumsal olsalar bile hepsi sonunda psikososyal alana yönelirler. Ergen, psikolojik yönden kimliğini ve farkındalık algısını geliştirme çabası içindedir. Sosyal olarak da arkadaş ve akran gruplarıyla daha çok vakit geçirerek, kendini ev ve ev



çevresinden soyutlayabilmektedir. Bazı ergenlerde aile içinde daha çok vakit geçirerek kimlik algılarını öncelikli olarak kendi aile üyeleri ile olan etkileşimleriyle geliştirmeye çalışabilirler (Onur, 1997:102).

Ergenler bir toplumun en değerli hazinesidir. Onların her yönden gelişimlerinin ve eğitimlerinin sağlanması o ülke için önemli bir ilerleme kaynağıdır. Ergenlerin sağlıklı bir gelişim dönemi geçirip, kapasitelerini ortaya çıkararak kendilerini etkin bir birey olarak topluma sunmaları için birçok alanda desteklenmeleri gerekmektedir. Bu alanların bazıları şu şekilde belirtilmektedir; vatandaşlık hakları, barınma problemleri, eğitim imkânları, bilgiye ulaşabilme imkânları, yaşam becerileri, kendilerini ifade hakları, sağlık ve sigorta güvenceleri (Unicef, 2006:4). Toplumların büyük önem verdiği ergenlerin kendilerine tanınan bu imkânlardan hakkıyla yararlanıp, üretken bir birey olabilmeleri için öncelikle gelişim ihtiyaçlarının sağlıklı bir şekilde karşılanması gerekmektedir. Bu gelişim ihtiyaçlarının en başında gelen psikolojik ihtiyaçlar, kimlik gelişimi için büyük önem taşımaktadır.

Maslow (1954), bireylerin ihtiyaçlarının hiyerarşik bir yapı sergilediğini ve bazı ihtiyaçların diğer ihtiyaçlara göre daha önemli olabileceğini ifade etmiştir. Kişinin içinde bulunduğu psikolojik duruma göre ihtiyaçların giderilme önceliği de birbirinden farklılık göstermektedir. Kişi doyurulmamış ihtiyaçlarından en baskın olanını gidermeye çalışacak ve daha sonra önemli olan diğer ihtiyaçlarına geçebilecektir. Gelişimsel ihtiyaçlar içinde psikolojik ihtiyaçlar olarak bilinen ilişki, başarı, özerklik ve başatlık, Heckert vd. (2000) tarafından sosyal ihtiyaçlar olarak tanımlanmıştır. İlişki ihtiyacı, sosyal olarak etkileşimde bulunma arzusu ve diğerleri tarafından kabul edilme olarak tanımlanmaktadır. Birey bu ihtiyacı karşılayabilmek için diğer bireylerle sosyal bir ilişki içinde ve doyurucu etkileşimler içinde bulunmak isteyecektir. Gruba ait olma ve grup üyeleriyle etkileşim içinde olma duygusu en temel ihtiyaçlardandır. Grup faaliyetleri ve grup olarak üstlenilen sorumluluklar bireylerin birçok yönden gelişmesine de katkı sağlayacaktır (Adams, 1995; Heckert vd. 2000). Başarı ihtiyacı, daha fazla performans ile üstün olma olarak tanımlanır. Bireyin önceki performansını daha ileriye taşımak için üstün olma ve teşebbüste bulunma arzusunu ifade etmektedir. Ergenlerin bireysel ve grup olarak sürekli bir ilerleme ve gelişme ihtiyacı bulunmaktadır. Birey önceki durumları ile şu andaki durumlarını kendi açısından ve akranları açısından kıyaslayarak ilerleme ve gelişme isteğinde bulunacaktır. Bu başarı ihtiyacı

ergenin kendini ifade etme ve gelişmesinde önemli bir ihtiyaçtır. Bireyin kişisel iradesiyle, kendi kendine kararlar alabilmeyi, kendi benlik duygusuyla hareket edebilmeyi istemesi durumuna özerklik ihtiyacı denilmektedir. Özerklik ihtiyacı, diğerlerinden ziyade kendisi için bir şeyler yapmayı arzu etme olarak tanımlanmıştır. Özerklik bireylerin sosyal yapılarla uyumu ve özgür olma tecrübesi ile ilişkilidir. Kişilerarası ilişkilerin sağlıklı bir şekilde yürütülebilmesi için gerekli olan bir kazanımdır. Başatlık ihtiyacı, güçlü olma ve diğerleri üzerinde etkin olma arzusu şeklinde ifade edilmektedir. Ergenin grup içinde kendini ifade etme ve başarılı olma ihtiyacı onu başat davranmaya sevk edebilmektedir. Grup önderi, lideri durumunda olabilmek özerklik, başarı ve ilişki ihtiyacını da karşılayan önemli bir ihtiyaçtır (Heckert vd., 2000).

Bireyin gelişimini sürdürebilmesi için temel gereksinimlerinin karşılanması gerekmektedir. Bu ihtiyaçların karşılanamaması durumunda kişi üzerinde önemli bir baskı oluşabilir ve kişisel – sosyal alanlarda bu baskı kendini ortaya koyabilir. Temel gelişim ihtiyaçları karşılanan birey, bu temeller üzerinden hareketle kendini ifade etme ve kimlik oluşturma sürecinde ilerlemeye çalışabilir. Ergenin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanarak kendini yeterli görmeyi istemesi sonucunda, ergenin kendini ifade edecek yetkinlik alanlarına yöneleceği düşünülmektedir.

Bu dönemde ergenler, akranlarıyla ve yetişkinlerle gerçekleşen yaşantılarla fiziksel, sosyal ve psikolojik bir gelişme - değişme sürecinden geçerler. Ergen gelişimsel ihtiyaçları karşılandığı ölçüde, kendini yetkin ve kimlik sahibi bir birey olarak görecektir. Ergenler ayrıca bu dönemde bireyselleşme, meslek seçimi gibi konularda da kendilerini yetkin göyerek kararlar alma yoluna gitmektedirler (Kulaksızoğlu,2002). Yetkinlik, Albert Bandura (1977) tarafından; bireylerin istediği sonuçları elde edebilmesi için gerekli davranışları başarılı bir biçimde gerçekleştirebileceğine ilişkin inanç olarak tanımlanmıştır. Çocukluk döneminde kişinin kimlik algısına etki eden ve yetkinlik kaynağı olan kişiler aile üyeleridir. Ergenliğe geçişte, sosyal çevrenin değişmesi etkileşimlerin, grupların kişilerin artması ile akranlarıyla geçirdiği yaşantılar gelişimleri ve yetkinlik inançları üzerinde önemli etkiye sahip olmaktadır (Unicef, 2006; Bandura, 1990). Akranları arasında karşılaştırmaların, farklı rekabet ortamlarının olması nedeniyle ergen, giderebildiği ihtiyaçlar ölçüsünde kendini yeterli gördüğü alanlarda kendini ifade etmeye çalışabilir. Yetkinlik inancının güçlü olduğu alanlarda ergen

kendini ifade etmeyi deneyecektir. Gelişim dönemleri içinde en kritik dönemlerden olan ergenlik döneminde kazanılan yetkinlik inancı ile ergen, birçok farklı alanda kendini geliştirmeye ve tanımaya başlar. Bunun sonucunda da ergende etkin bir akademik başarı, uygun bir meslek seçimi, gerçekçi bir kimlik algısı oluşabilir.

Kişinin ilgili olduğu yaşam alanlarında psikolojik yapının şekillenmesinde yetkinlik inançları etkili bir yere sahiptir. Bandura (1997) kişisel yetkinliğin, benlik saygısının sağlam temellere dayanmasında önemli bir dayanak olduğunu ifade etmektedir. Yüksek yetkinlik inancına sahip olan bireyler, yetkinlik alanlarında psikolojik doyumu ve tatmini üst düzeyde yaşayabileceklerdir. Yüksek yetkinlik inancı, benlik saygısının oluşmasına pozitif yönde katkı sağlayabilen önemli bir psikolojik değişkendir. Yetkinlik inancı ergenlerin akademik ilerlemelerinde, duygusal gelişimlerinde ve sosyal yeterlilik alanlarında özgüvenlerinin gelişiminde önemli bir role sahiptir (Çelikkaleli, 2010). Akademik yetkinlik inancı, ergenin belirlemiş olduğu eğitim hedeflerine ulaşabilmesi için gerekli olan süreçleri gerçekleştirebilme inancı olarak tanımlanmaktadır (Wuebbels,2006). Sosyal yetkinlik inancı ise, insan ilişkilerine dayalı kendini ifade etme ve grup faaliyetlerine etkin katılımı ifade eder (Bandura, 1986). Yetkinlik inancının ergenlik dönemi için önemli olan diğer bir boyutu olan duygusal yetkinlik inancı da; ergenin duygularını kontrol etme ve gerekli durumlara göre uygun şekilde düzenleyebilme olarak tanımlanmaktadır (Wuebbels, 2006).

Ergenin gelişim görevleri ve psikolojik ihtiyaçları göz önüne alındığında olumlu akademik, duygusal ve sosyal yetkinlik inançlarının, ergenin psikolojik iyi oluş durumu ve psikolojik olarak güçlü olmasını olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir. Ergenin uygun şekilde karşılan psikolojik ihtiyaçları, ergenin kendisini yetkin görmesine ve etkin bir yaşam amacı doğrultusunda hareket etmesine yardımcı olacaktır. Kişinin potansiyelinin farkına vararak kendisi ve çevresi ile kuracağı nitelikli ilişkiler, yaşam amacı oluşturma ve buna ulaşma çabaları psikolojik iyi olma halinin önemli yansımalarındandır. Keyes vd. (2002) psikolojik iyi oluşu; kişinin kendini olumlu olarak algılaması, özerk hareket edebilmesi, olumlu yaşam amacına sahip olması, çevresiyle olumlu ilişkiler kurabilmesi ve sınırlılıklarının, kapasitesinin farkında olması şeklinde tanımlamıştır. Bowman (2010), kişinin mutlu olması için gerekli olan olumlu yaşam fonksiyonları ve kendi – çevre algılarının psikolojik iyi oluşu ifade

ettiğini belirtmektedir. Bandura (1997) kişilerin sahip oldukları yetkinlik inançlarının onların yaşam amaçlarına ulaşabilmeleri için gerekli görevleri yerine getirmede önemli bir role sahip olduğunu ifade etmektedir. Ergenlerin bu yaşam amaçları için kendilerini yetkin görerek gerekli davranışları ortaya koymaları sonucunda psikolojik iyi oluş düzeyleri de olumlu şekilde artabilecektir. Ryff (1989) psikolojik iyi oluş modelinde altı boyut ileri sürmektedir. Bu boyutlar; kendini kabul, bireysel gelişim, yaşam amacı, diğerleriyle olumlu ilişkiler, çevresel hâkimiyet ve özerkliliktir. Ryff'ın (1989) ileri sürdüğü bu altı boyut, kişinin bir birey olarak sürekli gelişme ve ilerleme inancını, çevre ve gruplara etkin ifadesel katılımını ve yaşam amaçları doğrultusunda ilerleme ve gelişmeyi ortaya koymaktadır.

Yukarıdaki bilgilere göre psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluşun birbiriyle anlamlı ilişkiye sahip olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle aşağıdaki problem cümlesi ve alt problemlere yer verilmiştir.

### **1.1.Problem Durumu**

Bu araştırmada, ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin bazı özlük niteliklere göre farklılaşma durumu ve psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişki durumu incelenmiş ayrıca ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının yetkinlik inançlarını ve psikolojik iyi oluşu açıklama gücü nedir sorusuna cevap aranmıştır.

Araştırmada ergenlerin özlük nitelikleri olarak; cinsiyetleri, sınıf seviyeleri, okul türleri, baba eğitim düzeyleri, anne eğitim düzeyleri ele alınmıştır. Bunlara bağlı olarak alt problemlere aşağıda yer verilmiştir.

#### **1.1.1.Alt Problemler**

Araştırmanın problemine bağlı olarak, araştırmanın alt problemleri aşağıda verilmiştir.

### **1. Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeyleri, ergenlerin özlük niteliklerine göre farklılaşmakta mıdır?**

1.1Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.2 Ergenlerin yetkinlik inançları cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.3 Ergenlerin psikolojik iyi oluş durumları cinsiyetlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.4 Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları okul türüne göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.5 Ergenlerin yetkinlik inançları okul türüne göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.6 Ergenlerin psikolojik iyi oluş durumları okul türüne göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.7 Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları sınıf seviyelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.8 Ergenlerin yetkinlik inançları sınıf seviyelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.9 Ergenlerin psikolojik iyi oluş durumları sınıf seviyelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.10 Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.11 Ergenlerin yetkinlik inançları baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.12 Ergenlerin psikolojik iyi oluş durumları baba eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.13 Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları anne eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.14 Ergenlerin yetkinlik inançları anne eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

1.15 Ergenlerin psikolojik iyi oluş durumları anne eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

**2. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları, Yetkinlik İnancı ve Psikolojik İyi Oluş Durumları Arasında Anlamlı İlişki Var mıdır?**

**3. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları Ölçeği Alt Boyutları, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Boyutlarını Anlamlı Düzeyde Açıklamakta mıdır?**

Bu alt probleme ilişkin 9 problem durumu ele alınmıştır.

- 3.1 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri ergenlerde yetkinlik beklentisi akademik yetkinlik alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.2 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri ergenlerde yetkinlik beklentisi sosyal yetkinlik alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.3 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri ergenlerde yetkinlik beklentisi duygusal yetkinlik alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.4 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri, psikolojik iyi oluş özerklik alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.5 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri, psikolojik iyi oluş çevresel hâkimiyet alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.6 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri, psikolojik iyi oluş bireysel gelişim alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.7 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri, psikolojik iyi oluş diğerleriyle olumlu ilişkiler alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.8 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri, psikolojik iyi oluş yaşam amaçları alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?
- 3.9 Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeyleri, psikolojik iyi oluş öz kabul alt boyutunu anlamlı düzeyde açıklamakta mıdır?

### **1.1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Gelişim dönemlerinin en kritiği olarak kabul edilen ergenlik döneminde, kişilik gelişimi için temel olan psikolojik ihtiyaçların karşılanması büyük önem taşımaktadır. Psikolojik ihtiyaçlar ergenin kişilik gelişimi için gerekli olan psikolojik yapıları içermektedir. Psikolojik ihtiyaçlar olarak kabul edilen başarı, özerklik, ilişki, başatlık ihtiyaçları öncelikli olarak ergenlerin bireyselleşmesine katkı sağlarken, ergenin zamanla aileden özerkliğini de alması ile sosyal bir birey olmasına da katkı sağlamaktadır. Gelişim dönemlerinde karşılanamayan ihtiyaçlar bireyin kişilik gelişiminde ve ruh sağlığında problemlere neden olabilecektir.

Çocukluk döneminde kazanılan özgüven duygusu, ergenlerin özerk olabilmelerinin ilk ögesi oluşturur (İnanç ve Yerlikaya, 2008). Ailesine

bağımlılıktan koparak özerkleşen ergen farklı alanlarda başarılı olmayı isteyecektir. Farklı alanlarda başarılı olabileceğine dair inançları içeren yetkinlik inancı, psikolojik ihtiyaçların karşılanmasında ergeni harekete geçiren önemli bir güçtür. Ergen yetkinlik inancıyla yöneleceği davranışlarda temel ihtiyaçlarını karşılamaya çalışabilir. Ergenin psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmesinde yetkinlik inancının büyük önemi bulunmaktadır. Yetkinlik inancıyla hareket eden ergenin psikolojik ihtiyaçları karşılandıkça psikolojik iyi oluş düzeyi de artabilecektir. Psikolojik iyi oluş durumu, bireysel ve toplumsal sağlığa ulaşmada büyük önem taşıyan bir ruhsal sağlık göstergesidir (Ryff ve Singer, 2008). Bireylerin başarılı bir psikolojik iyi oluş durumuna ulaşabilmeleri için psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması ve güçlü yetkinlik inançlarına sahip olması beklenmektedir. Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumlarının birbirleri ile olan ilişkileri ve bazı değişkenler açısından değerlendirilmeleri, ergenlerin kişilik gelişimleri ve ruh sağlıkları açısından fayda sağlayabilecektir.

Bu araştırmanın amacı, ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Bu araştırmanın değişkenleri olan psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumları konularında bu üç değişkenin birlikte ele alındığı bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Ergenlik döneminin daha iyi anlaşılabilmesi açısından bu kavramların birbirleriyle ilişkisinin incelenmesi önem taşımaktadır.

Araştırma, bu değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koyması açısından alan literatürüne katkılar sağlayabilecektir. Psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde gerek grup rehberliği, gerekse grupla psikolojik danışma oturumlarında geliştirilebilecek model ve programlarla ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarına, yetkinlik inançlarına ve psikolojik iyi oluş düzeylerine katkılar sağlanabilir. Böylece ergenlerin lise döneminde ve daha sonraki yaşamlarında gelişim ihtiyaçlarına uygun daha etkin kararlar alabilecekleri ve yaşam amaçlarını olumlu yönde geliştirebilecekleri umulmaktadır.

Tüm bu açılardan değerlendirildiğinde, psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inançları ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiye yönelik bulgular; ebeveynlere, eğitim-öğretim sürecinde görev alan öğretmenlere, yöneticilere, psikolojik danışmanlara, program geliştirme uzmanlarına, eğitim yöneticisi

uzmanlara ve akademik çalışmalar yapan sosyal çalışmacılara bilgiler sunabilecektir.

### 1.1.3. Varsayımlar

Araştırmada katılımcıların kullanılan ölçek ve formlara içten ve doğru yanıtlar verdikleri varsayılmaktadır.

### 1.1.4. Sınırlılıklar

Araştırma Kayseri il merkezinde bulunan genel lise, Anadolu lisesi ve meslek liselerinden seçilen ergenler üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Araştırma verileri kullanılan ölçme araçlarının ölçtüğü boyutlar ile sınırlıdır. Bu boyutlar, psikolojik ihtiyaçlar ölçeği için başarı, ilişki, özerklik ve başatlık ihtiyaç boyutları; yetkinlik inançları için akademik, duygusal, sosyal yetkinlik inanç boyutları; psikolojik iyi oluş için özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş boyutlarıdır.

### 1.1.5. Tanımlar

**Psikolojik İhtiyaç:** İnsanın yaşamını sürdürebilmesi için belli zamanlarda ve belli miktarlarda karşılanması gereken, karşılanmadığında organizmada gerginliğe neden olan tüm biyo-psikolojik insan gereksinimleridir (Eysenck vd., 1972)

**Yetkinlik İnancı:** Kişinin belirli bir davranışı başarılı bir biçimde gerçekleştirebilmek için gerekli eylemleri yapabileceğine ilişkin inançlarıdır. (Bandura, 1986).

**Akademik Yetkinlik İnancı:** Kişinin akademik başarıya ilişkin yeterli inançlarına karşılık gelen alanı ifade etmektedir (Wuebbels, 2006).

**Sosyal Yetkinlik İnancı:** Bireylerin kişilerarası etkileşim durumlarında ki kendi yetenekleri ile ilgili benlik inancıdır (Bandura, 1986).

**Duygusal Yetkinlik İnancı:** Kişinin belirgin olumlu ve olumsuz duygulara sahip olmayı, bu duyguları denetleyebilme ve olumlu yönde üstesinden gelebilme durumları ile ilgili inancıdır (Wuebbels, 2006).



**Psikolojik İyi Oluş:** Kişinin yaşam amaçlarını, potansiyelinin farkında olup olmadığını, diğer insanlarla ilişkisinin kalitesini tanımlamaktadır (Ryff ve Keyes, 1995).

## 1.2. Psikolojik İhtiyaçlar

### 1.2.1. Psikolojik Bir Kavram Olarak İhtiyaç

İhtiyaç kavramı; bireyin fizyolojik, sosyal ve duygusal yönden gelişmesi ve çevresi ile dengeli ilişkiler kurabilmesi için gerekli olan unsurları ifade etmektedir. Bir bebeğin ilk davranışları çoğunlukla temel fizyolojik – biyolojik ihtiyaçlarca belirlenmektedir. Birey büyüdükçe ihtiyaçları ve bu ihtiyaçları ifade etme, karşılama biçimi de değişmektedir. İhtiyaçların yoğunluğu ve kişi için önemine göre davranışlar şekillenir. Davranışları ve dolayısıyla ihtiyaçları etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Kişinin yaşı, fizyolojik özellikleri, sosyo – kültürel özellikleri, ilgi ve yetenekleri, sosyal çevresi gibi birçok değişken davranışların oluşmasından, şekillenmesine kadar birçok yönden davranışlarımızı etkilemektedir.

İhtiyaç kavramı, organizmanın hayatta kalabilmesi için gerekli olan şeyler ve bunlara duyulan arzu olarak tanımlanmaktadır. Bunun yanında organizmanın iyi oluş durumunu sağlama ve devam ettirebilme adına yaşantısal geçmişi olan durum ve davranışlara duyulan arzu (yaratıcılık ve eğlenme ihtiyacı vb.) olarak ta tanımlanmaktadır (Matsumoto, 2009: 328).

İhtiyaç kavramı güdü anlamında da kullanılabilir. Gündüsel anlamdaki ihtiyaçlar evrensel nitelik göstermelerine rağmen genel olarak fizyolojik – biyolojik olarak belirlenmektedirler. Günü; kişiyi davranışa sevk eden daha belirgin ve doğrudan özellikler taşıyan çoğunlukla bedensel kaynaklı arzular olarak tanımlanmaktadır. Motivasyon, güdülenme sürecinin altındaki biyolojik enerji olarak ta tanımlanmaktadır (Matsumoto, 2009:170).

Bireyi motive edip davranışlara yönlendiren içsel ve dışsal motive kaynakları bulunmaktadır. Dışsal motive unsurları genel olarak sosyal çevre ve kültür olarak kabul edilmektedir. İç motive unsurları davranışlarımızın oluşmasına kaynaklık edip yönlendirirken biyopsikososyal süreçlerden faydalanırlar. Bu iç motive öğeleri; ihtiyaçlarımız, duygularımız, düşüncelerimizdir (Ryan vd., 2011).

İhtiyaçlarımız, organizmanın hizmetinde olup; yaşamımızın devam edebilmesi, büyüme ve gelişmemizin sağlanması ve iyi oluş hallerimizin

artırılması için meydana gelen isteklerimizden, arzularımızdan oluşmaktadır (Zhang, 2008:50).

Zhang (2008) üç tip ihtiyaç olduğunu ifade etmektedir.

1. Fiziyojik İhtiyaçlar: Doğuştan gelen biyolojik sistemlerimizden kaynaklanan ihtiyaçlardır. Biyolojik uyumun sağlanması için ihtiyaçların karşılanması gerekmektedir. Biyolojik ihtiyaçların karşılanmaması, ihmal edilmesi durumunda bedensel zararlar ve patolojiler ortaya çıkabilmektedir.
2. Psikolojik İhtiyaçlar: İnsan doğasından kaynaklanan ve sağlıklı gelişim için gerekli olan psikolojik unsurları kapsamaktadır. Psikolojik ihtiyaçlarımızın kaynakları; doğamıza uygun psikolojik gerekliliklerimiz, iyi oluş ve gelişim ihtiyaçlarımızın psikojen unsurlarıdır.
3. Sosyal İhtiyaçlar: Bireyin sosyalleşme süreci içinde insanlarla kurduğu etkileşimler neticesinde oluşan duygusal tepkilerden meydana gelen psikolojik süreçli ihtiyaçlarımızdır. Sosyal ihtiyaçlarımız, duygusal ve sosyal etkileşimler sonucunda özümsemiş, öğrenilmiş olan ihtiyaçlardır. Başarı, yakınlık, ilişki, güç sosyal etkileşim içinde duygusal süreçlerle özümsemiş sosyal ihtiyaçlarımızdır.

Çocuk ve ergenlerde istenilen davranış değişikliklerini sağlayabilmek için öncelikli olarak onların psikolojik ihtiyaçlarının uygun şekilde karşılanması gerekmektedir. Bu ihtiyaçlar; sevgi, disiplin ve temel değerlere bağlı olarak özgürlüktür. Birbiriyle ilişkili olan bu ihtiyaçlar gelişim evre ve zamanlarına göre öncelik ve önem yönünden değişiklik göstermektedirler. İlk dönemlerde sevgi ihtiyacı ön planda iken, ergenlik döneminde disiplin ve özgürlük ihtiyaçları baskın hale gelmektedir (Yörükoğlu, 2000:172).

Birey, yaşam sürekliliğini sağlamak için gerekli olan durumları koruma amacıyla devamlı olarak denge arayışı içindedir. Bu denge homeostatik denge olarak adlandırılmaktadır. Kişinin ihtiyaçlarının karşılanması sayesinde organizma denge içinde olabilecektir. Bireyde bir eksikliğin hissedilmesi ve dengenin bozulma eğilimi göstermesi ihtiyaçları ortaya çıkarmaktadır. Bu ihtiyaçların karşılanması için bünyede beliren isteğe dürtü, organizmanın ihtiyacı karşılama amaçlı davranış ortaya koymasına da güdü – motive denilmektedir. Organizmanın kendisi için en uygun yaşam koşullarının

devamını sağlayan bu sisteme “homeostatik sistem” denilmektedir (Cüceloğlu, 1992:231).

Kişinin hem psikolojik hem de fizyolojik kökenli ihtiyaçlarının karşılanamaması durumunda organizma öncelikli olarak kişinin vücudu için hayati öneme sahip ihtiyaçları karşılamaya çalışabilecektir. Bu durumdaki bir birey için motive etme, güdüleme unsuru fizyolojik ihtiyaçlar olabilecektir.

Biyolojik ve psikolojik ihtiyaçlar arasında çok kesin bir ayrım bulunmamaktadır. Psikolojik ihtiyaçlar öncelikle, bireyin içinde bulunduğu toplumdaki etkilenirken, fizyolojik gereksinimlerle dolaylı olarak bağlantılıdır. Biyolojik ihtiyaçlar ise hayata devam edebilmeye yönelik fizyolojik kökenli ihtiyaçlar olup kısmen psikolojik ihtiyaçlarla da ilişkilidir (Atkinson vd., 1995:439).

Skeen (2002:14), insanın temel ihtiyaçlarını altı ana başlık ve onlara bağlı kavramlarla ifade etmektedir.

### **1.Hayatta Kalma, Hayatı Devam Ettirme:**

Nefes alma	- Yemek	- Su
Beden Fonksiyonları	- Barınmak	- Sağlık
Hareket etmek	- Cinsellik	

### **2.Sevme – Ait Olma:**

Dostluk	- Paylaşım	- Faydalılık
Yardımseverlik	- İlişki Kurma	- Bağlılık
Arkadaşlık	- Samimiyet	- Birlikte Çalışma

### **3.Güç**

Nüfuz, itibar	- Rekabet, yarışma	- Tanınma
Başarı	- Yetenek	- İlgi
Saygı	- Beceri	- Etkin Dinleme
Etkileme	- Gurur	- Anlam, Önem

### **4.Özgürlük**

Seçmek	- Bağımsızlık	- Özgürlük Özerklik
Serbest Dolaşım		
Bedensel Özgürlük	- Psikolojik özgürlük	

## 5.Eğlenme

- Hoşlanmak - Zevk Alma - Öğrenme
- Rahatlama - Gülebilme

## 6.Kutsallık

- Derin Düşünme - Hayal Gücü -Merak Duyma
- Meditasyon, Dua -Ruhsal odaklanma ve aidiyet

### 1.2.2.İhtiyaçlarla İlgili Kuramsal Çalışmalar

#### 1.2.2.1.Maslow ve İhtiyaçlar Hiyerarşisi

Maslow (1970), temel biyolojik ihtiyaçlardan başlayıp, temel ihtiyaçlar giderildikten sonra önem kazanan daha ileri psikolojik ihtiyaçlara doğru ilerleyen bir ihtiyaçlar hiyerarşisi ileri sürmüştür. İhtiyaçlar hiyerarşisinde bireylerin ihtiyaçlarının hiyerarşik bir yapı sergilediğini ve bazı ihtiyaçların diğer ihtiyaçlara göre daha önemli olabileceğini ifade etmiştir. Kişinin içinde bulunduğu psikolojik duruma göre ihtiyaçların giderilme önceliği de birbirinden farklılık göstermektedir. Kişi doyurulmamış ihtiyaçlarından en baskın olanını gidermeye çalışabilecek ve daha sonra ikincil önemli olan ihtiyaçlarına geçebilecektir. Maslow'un beş düzeyde ele aldığı ihtiyaçlar hiyerarşisinde öncelikli olarak fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasının bireyin yaşamının devamı için gerekli olduğu, bu temel ihtiyaçların tatmin edilmesinden sonra estetik ve entelektüel ilgilere zaman ve enerji aktarılabilir (Burger, 2006:432). Bu ihtiyaçlar aşağıda belirtilmiştir:

1. Fizyolojik Gereksinimler: Açlık, susuzluk nefes almak gibi yaşamsal devamı sağlayan ve ilk olarak doyurulması gereken ihtiyaçlardır. Bireyin üst ihtiyaçlara yönelebilmesi için öncelikli olarak fizyolojik ihtiyaçları karşılaması gerekmektedir. Bu ihtiyaçların karşılanamaması yaşamsal bir tehdit oluşturacağı için Maslow'un hiyerarşisinde en temel basamağı oluşturmaktadır.
2. Güvenlik Gereksinimi: Fizyolojik gereksinimleri karşılanan birey kendini güvende hissetmek ister. Bunlar emniyet, kararlılık, korku ve kaygıdan uzak durma ihtiyaçlarıdır. Güvenlik ihtiyacı temel fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına da bağlı olarak bir güven ortamı arayışı içindedir. Politik, toplumsal, maddi güvensizlik kişinin üst ihtiyaçlara yönelmesini engelleyen bir unsur olarak kişinin karşısına

çıkabilmektedir. Gelişim ihtiyaçları yönünden güven noktasında takılan bireylerin zararlı ve yanlışta olsa bir güven noktasına bağlılığı tercih edebilmektedirler.

3. Ait Olma ve Sevgi Gereksinimi: Bu aşamada kişi, varlığının diğer insanlarca görülmesi ve kabul edilmesi, dolayısıyla değer görme ihtiyacı içine girer. İnsan, diğer kişilerle ilişki kurmak ve aile, grup, arkadaş çevresi içinde yer almak (var olmak) ister. Sevecenlik ve birlikte olma isteği, yakından ilişkili fakat birbirinden tam olarak ayırt edilemeyen sosyal güdülerdir. Kişi kendini güvende hissetme amaçlı, bir çeşit yoksunluktan, kaygıdan kaynaklanan ait olma ihtiyacı hissedebilir. Bu güvenlik ihtiyacı karşılanamayan bireyin duyduğu bir ihtiyaç olup ait olma ve sevgi gereksiniminden kaynaklanmamaktadır. Güçlük içindeki, zor durumdaki insanlar diğer insanlarla birlikte olma eğilimindedirler. Eğer kişi ait olma ve sevgi gereksinimini karşılarsa yetersizlik ve güvensizlik duyguları hissetmeyebilir.
4. Saygı Gereksinimi: Maslow bu gereksinimi ikiye ayırmıştır: kendini yeterli ve başarılı algılama gereksinimi ile beğenilme ve saygı duyulma gereksinimi. Maslow'un kendini gerçekleştiren insan yolunda bahsettiği saygı, hak edilerek kazanılmış bir saygıdır. Bu saygıyı kazanmış bir kişi bu ihtiyacını karşılamaktadır.
5. Kendini Gerçekleştirme: Kendini gerçekleştirme, kişinin genel ve özel anlamda sahip olduğu potansiyel ve imkânları en üst düzeyde kullanabilmesi ve kendi ile barışık olması anlamını taşımaktadır. Maslow, kendini gerçekleştiren bireylerin özgür iradelerinin normal düzeydeki insanlardan daha üstün olduğu ifade etmektedir (Burger, 2006:433).

Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine daha sonradan iki basamak daha ilave edilmiştir. Bunlar bilme – tanıma ve estetik ihtiyaçlardır. Bu ihtiyaçlar Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde üst düzey ihtiyaçlar (metaneeds, being-needs) olarak tanımlanmaktadır (Pfaffenberger, 2007:505). Bu üst düzey ihtiyaçlar yeni şeyler ortaya koyma amaçlı yaratıcı bilgi edinme, araştırma, keşfetme ihtiyacı olarak ve sanatsal yön başta olmak üzere estetik algısına sahip olmak şeklinde açıklanmaktadır. Üst düzey ihtiyaçlar hiyerarşik şekilde olmamasına rağmen güçlü bir yapıda ve birbirlerinin yerlerine geçebilecek

niteliktedirler. Üst düzey ihtiyaçlar kendini gerçekleştiren insan için temel ihtiyaç gibidir. Üretkenlik taşıyan bu üst düzey ihtiyaçlar karşılanmadığı zaman ilgisizlik, tükenmişlik, sıkılganlık, yabancılaşma, zevk alamama gibi duygular görülebilecektir (Kesici, 2002).

### 1.2.2.2. Henry A. Murray'a Göre İhtiyaç

Murray'a (1938) göre ihtiyaçlar, temel olarak fizyolojik eksikliklerden doğarlar ve belirgin kişilik özelliklerine göre şekil alırlar. Bu ihtiyaçlar doğrudan gözlenme yerine, gözlenebilen davranışlardan ortaya çıkarlar. İhtiyaçlar öğrenilmiş davranışlardır. İhtiyaç; kişinin düşünce ve yaşayışıyla ilgili bir var olma ve istekleri doğrultusunda yaşam davranışlarında değişiklik yapma ile ilgili süreçleri kapsar. İhtiyaçlarımız genelde çevresel faktörlerden etkilenirken içsel bir süreç tarafından yönlendirmesi yapılmaktadır. Murray (1938:63), kişinin temel bir kişilik özelliği haline gelen ihtiyaçların, birbirini takip eden oluşum ve giderim sürecini kendi bütünlüğü içinde oluşturduğunu ifade etmektedir.

Kişinin ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik olarak harekete geçiren güdülerimizin gücünü ölçmek amacıyla Murray tarafından TAT (Tematik Algı Testi - Thematic Apperception Test) geliştirilmiştir. TAT sayesinde başarı ihtiyacımızın gücü, birlikte olma ihtiyacının gücü belirlenebilmektedir (Morgan, 1984:205). TAT içinde 20 resim barındıran, kişinin ihtiyaçlarını, bastırıldığı duyguları, kavramsal ilişkileri, obje-suje ilişkilerini ve öğrenilmiş olan sosyal nedensellik ilişkilerinin anlaşılmasına dayalı bir projektif tekniktir (Hersen ve Sledge, 2002:409).

Murray II. Dünya savaşı sırasında şu anda adı CIA olan Amerika Stratejik Haberalma servisinde TAT uygulamaları yapmıştır (Moulla, 2005:1087). Murray (1943) askeri alandaki çalışmalarından olan "Analysis of The Personality of Adolph Hitler" adlı eserini bu servis adına yayınlamıştır. Murray (1943) Hitler'in kişilik analizini yaparak gelecekteki davranışlarını yordamaya çalışmış ve savaş esnasında ve Almanya'nın teslim olmasından sonra Hitler'le ilgisi olan - olacak kişilere Hitler ve Almanya hakkında öneriler sunmuştur. Murray (1943) bu eserinde kendi ihtiyaç kuramına dayalı olarak Hitler'in psikolojik analizini yapmıştır. Hitleri kendi sözleri ve hakkında söylenen sözler üzerinden psikolojik tahlil yapmaktadır. Murray (1943:195) Hitler üzerine olan eserinde yoğun olarak saldırgan baskın (aggressive

dominance) kişilik üzerinde durmuştur. Murray (1938) 27 si psikolojik (psikojen) 12 'si bedensel olmak üzere toplam 39 ihtiyaç tanımlamaktadır.

İhtiyaç, gelecek tarafından çekilen, istenilen bir durumdan ziyade özellikle yakın geçmiş tarafından itilen, zorlayan bir süreçtir. Çevresel koşullar kişiyi ihtiyaca iten süreçte etkin bir role sahiptir. Aynı zamanda çevrenin, ihtiyacın karşılanma ve karşılanmama durumlarını da içinde barındıran bir imajı kişiye sunan, iten ve çeken bir unsur olduğu da belirtilmektedir (Murray, 1938:68).

Murray'a (1938:76) göre ihtiyaçlarımızın iki farklı kaynağı bulunmaktadır. Bunlardan ilki, bedenden, vücudumuzdan kaynaklanan (viscerogenic needs) ihtiyaçlar, diğeri de psikolojik yapımızdan kaynaklanan psikojen (Psychogenic needs) ihtiyaçlardır. Bu ihtiyaçlardan visceral olan ihtiyaçlarımız birincil ihtiyaç, psikojen nitelikte olan ihtiyaçlarımız ise ikincil ihtiyaç olarak tanımlanmaktadır. Bedensel ihtiyaçlar vücudumuzda bir gerginlik yaşanmasına neden olan atım ya da alım kaynaklı dışsal unsurlardan kaynaklanmaktadır. Bedensel ihtiyaçlar fizyolojik açıdan doyumu gerekli kılarken, psikolojik ihtiyaçlar ise zihnen ve duygusal doyuma ulaşabilmektedirler.

İhtiyaçlar davranışı yönlendirme konusunda önem ve önceliklerine göre farklılaşmaktadır. Murray (1938) buna ihtiyacın ön potansiyeli (need's propetency) adını vermektedir. Bazı ihtiyaçlar aynı olmamalarına rağmen, bir ya da bir takım davranışla doyurulabildiklerinden tamamlayıcı olabilmekte, buna da ihtiyaçların erimesi (fusion of needs) adı verilmektedir. Murray (1938) çocukluktaki obje ve olayların gelecekteki ihtiyaçları tetikleyebileceğini düşünmüştür. Bu etkiye baskı adını vermiştir. Objektif şekilde algılanan baskı doğrudan gerçeği yansıtır buna 'alfa baskısı' denir. Subjektif biçimde algılanan baskıya ise 'beta baskısı' (beta press) denir. Baskının bireyi çekme ya da itme gücü vardır. Baskının pozitif ve negatif gücü vardır.

Murray (1938) yukarıda belirtilen ihtiyaçları beş kategoride sınıflandırılabileceğini belirtmiştir.

**Birincil ve İkincil İhtiyaçlar:** Vücudumuzdan kaynaklanan birincil ihtiyaçlar ve bunlara bağlı olarak meydana gelen ikincil ihtiyaçlar temel kategoriyi temsil etmektedir. Oksijen almak, yemek ve su bu tür ihtiyaçlardandır.

**Genel ve Odak Noktalı İhtiyaçlar:** Kişinin ihtiyacının giderilme sürecinde, ihtiyacı gideren unsurların belirgin bir, iki unsur tarafından karşılanması ya da çok sayıda etken tarafından giderilmesi durumuna göre ihtiyaçlar kategorilendirilmiştir.

**Tepki Unsuru Olan İhtiyaçlar ve İçsel İhtiyaçlar:** İhtiyacın giderilme sürecini başlatan olay, etken dışsal unsurlardan kaynaklanan bir olaydır. Bu tür ihtiyaçlar giderilme süreci bir tepki olarak ortaya çıkmaktadır. Bu ihtiyaç kategorisinde algılama ve yorumlama önemlidir. İçsel ihtiyaçlar da ise ihtiyacın giderilme sürecinde çevrede belirgin bir unsurun, objenin olması gerekmemektedir. Çevreden bağımsız olarak ortaya içsel ihtiyaçlar bedensel olarak başlayıp psikojen özellikler taşıyabilen ihtiyaçlardır.

**Açık ve Kapalı (Gizli) İhtiyaçlar:** Çevre, ihtiyaçların ortaya çıkmasından, giderilme sürecine kadar birçok noktada önemlidir. Sosyal çevre tarafından ifade edilmesine izin, onay verilen hatta takdir edilip ödüllendirilen ihtiyaçlar açık ihtiyaçlar olarak adlandırılmaktadır. Kapalı (gizil) ihtiyaçlar ise çevre tarafından ifade edilmesi olumsuz durumlara neden olabilen, yasak ve ceza gerektirebilen ihtiyaçlardır.

**Etki, Süreç ve Modal İhtiyaçlar:** Etki – tepki ilkesinden hareketle bazı ihtiyaç türlerine etki tarzı ihtiyaçlar denmektedir. Doğrudan ve ani olarak objeye yönelik olan ihtiyaçlar etki ihtiyaçları olarak adlandırılmaktadır. Süreç ihtiyaçları ise belirli bir süreç gerektiren etki ihtiyaçlarına göre daha esnek olan ihtiyaç türleridir. Modal ihtiyaçlar ise sadece yapılmış, giderilmiş olması yetmeyen nitelik vasfı önemli olan ihtiyaçlardır.

Murray (1938:152-153) temel ihtiyaçları tanımlarken çok boyutlu olarak ele almıştır. Bu ihtiyaçların kaynakları, bireyin göstereceği davranışlar, etkilediği ve etkilendiği alt ihtiyaçlar, ihtiyaca uygun beden hareketleri, ihtiyaca karşılık gelen anahtar kelimeler söylemler, bu ihtiyacın karşılanmaması ya da fazlaca hissedilmesi durumlarının patolojik boyutları, ihtiyaca karşılık gelen görevler, ilgili kurum ve kuruluşlar, çatıştığı, zıtlaştığı ihtiyaçlar, ölçme maddeleri gibi çok boyutlu bir yaklaşımla ihtiyaçları ele almıştır. Örnek olarak baskınlık ihtiyacına ait boyutlar aşağıda aktarılmıştır.

Murray (1938) bir grup denek ile yapmış olduğu çalışmalar sonucunda farklı şekillerde sınıflandırdığı 27 ihtiyaç saptamıştır. Bu ihtiyaçların en



belirgin olanları; Başarma – Başarı, Uyma – Riayet Etme, Düzen, Gösteriş, Özerklik, Yakınlık, Duyguları Anlama, İlgi Görme, Başatlık, Kendini Suçlama, Şefkat Gösterme, Karşı Cinsle İlgi, Saldırganlık, Oyun, Reddetme, Kaçınma, Savunma, Karşılama, Zarardan Kaçma ve Anlama, Kibiri Bırakma, Utanmaktan Kaçınma, Duyarlılık, Gözetilme'dir.

Murray'ın ihtiyaçlar konusunda yaptığı çalışmalarda ve Murray'ı inceleyen araştırmacıların üzerinde en çok durdukları dört ihtiyaç temel olarak ele alınmıştır (Burger, 2006:244; Heckert vd., 2000:122; Murray, 1938:79-84).

**Başarı İhtiyacı (Achievement Need):** Engelleri aşma, çaba harcama, zorlukların üstesinden gelme, gücü kullanma, üzerinde uğraştığı işi hızlı ve iyi bir şekilde yapma çabasına duyulan güçlü bir istek olarak tanımlanmaktadır. Başarı ihtiyacı bireyin zor bir işi üstlenmesi, belirsizliklerle yüzleşmesi, kişinin performansının sonuçları için kişisel sorumluluk alması gibi davranışlarla kendini dışarı vurmaktadır

**Bağlanma İhtiyacı (Affiliation Need) :** İnsanlarla ve arkadaşlarıyla birlikte olmaktan zevk alma, insanları kolay kabullenebilme, arkadaşlık kurma ve sürdürmek için çaba harcama olarak tanımlanmıştır. İnsanlarla yaşamak, işbirliği yapmak, sohbet etmek, gruba katılmayı istemek olarak tanımlanmaktadır. Bağlanma ihtiyacı yüksek olan bireyler, zamanlarının büyük kısmını aile, arkadaşlarını düşünmekle ve onlarla birlikte olmak istemekle geçirirler. Diğerlerini sevme, başkaları tarafından sevilme, benimsenme, affetme – affedilme durumları, kişilerarası ilişkilere emek verme, önem gösterme, bozulan ilişkilerin yeniden kurulması için çaba harcama bağlanma ihtiyacının göstergeleridir.

**Özerklik İhtiyacı (Autonomy Need):** Etkiye ve baskıya - zorlamaya direnme, otoriteye karşı gelme, özgürlük arama, bağımsızlık için çabalama olarak tanımlanmıştır. Özerklik ihtiyacına sahip olan bireyler; bağımsız olarak çalışma isteği, başkalarına karşı mesafeli duruş, tek başlarına yapabilecekleri, kendilerini ifade edecekleri işlerde çalışma isteği, başkaları tarafından kontrol, denetlenme ve yönlendirilmemeyi istememe, çalışma şart ve koşullarını kendileri ayarlamak istemek, dış etkilere sosyal baskılardan uzak durma, karşı gelme davranışlarına sahiptirler.

**Baskın Olma İhtiyacı (Dominance Need):** Başkalarını etkilemek ve denetlemek, ikna etmek, yasaklamak, emir vermek, yönetmek, kısıtlamak, grubun davranışlarını düzenlemek olarak tanımlanmıştır. Baskınlık ihtiyacı yüksek olan bireyler; insanlar üzerinde etkili güçlü davranışlar ortaya koyma, bilgi ve gözlem yolu ile kontrol sağlama, etkileme, ikna etme, yönlendirme durumunda olma, yardım etme, diğerlerinin hareketlerine karşı güçlü duygusal tepkiler gösterme gibi davranışlara sahiptirler. Baskınlık ihtiyacı içinde olan bireyler, iddialı, hâkim, zorlayıcı, baskın, disiplinli, idareci, kararlı tavırlı kişilerdir. Bu kişiler beden davranışları olarak; işaretlerle çağırmak, gözleri ile yönlendirme, çekme, itme, sınırlama hareketlerini sıkça kullanırlar. Komutlar çoğunlukla emir kipindedir. Kendi politik, estetik, bilimsel, ahlaki ve dinsel ilkeleri ile yönlendirme yapmaktadırlar. Sosyal kurum ve olayları yönlendirme isteği duyarlar. Otokratik davranışlar sergilerler. Kurallara, kanunlara uyma ve uyulma yönünde baskın tavırlar sergilerler. Kendilerini bir şekilde denetçi, kontrolcü olarak görebilirler. Baskınlık ihtiyacının patolojik boyutunda birey kendini her şeyi yapabilecek sınırsız güce sahip bir kişi olarak algılayabilir. Toplum kontrolü, disiplini sağlayan kurum ve görevlerde yer almak isterler (hükümet, askeriye, belediye meclis, polis vb).

### 1.2.2.3. Alderfer'in ERG Kuramı (Clayton Paul Alderfer)

Alderfer, Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi kuramından hareketle ihtiyaçları üç grupta ele almıştır. ERG (Existence, Relatedness, Growth) kuramı olarak adlandırılan bu kuramın kategorileri aşağıda belirtilmiştir (Steward, 2009:55; Aytaç, 1997: 38):

**Var Olmak İhtiyacı (existence):** Maslow'un fizyolojik ve güvenlik ihtiyacına denk gelmektedir. Bu ihtiyaçlar bir işte çalışarak para kazanma ve bunun sonucunda da barınma, yemek gibi temel ihtiyaçların karşılanması ile giderilebilmektedir.

**İlişki ihtiyacı (relatedness):** Sevgi ihtiyacı ve kişisel ilişkilerle ilgili olarak insanın başka insanlarla düşünce ve duygularını paylaşma, saygı ve itibar ihtiyacını kapsar.

**Büyüme ihtiyacı (growth):** Bireysel çaba ile ilgili olarak bireyin kendini gerçekleştirme ihtiyacını içerir. Bir insanın yeteneğini kullanması, mevcut olan potansiyellerini ortaya çıkarması da gelişme içinde yer alır.

Alderger'in ERG kuramında var olmak ihtiyacı Maslow'un (1970) güvenlik ihtiyacına, ERG kuramı ilişki ihtiyacı Maslow'un ait olma ihtiyacına, ERG kuramı gelişme, büyüme ihtiyacı Maslow'un saygı ihtiyacına karşılık gelmektedir. Bu nedenlerden dolayı ERG kuramı hakkında son zamanlarda fazla bir çalışma yapılmadığından teori kullanışlı görülmemektedir (Steward, 2009:55).

#### **1.2.2.4. McClelland'ın Başarı İhtiyacı Teorisi (David McClelland)**

McClelland Murray'ın (1938) çalışmalarından hareketle başarıma güdüsü üzerine çalışmalar ortaya koymuştur. McClelland yaklaşımında, bir kısım bireylerin motivasyon kaynağı olan başarı ihtiyacından söz ederek, bu ihtiyacın başarı, bağlanma uzmanlık ve güç kazanma güdülerine bağlı olduğunu ifade etmektedir (Akt.:Steward, 2009:55).

Başarıma ihtiyacı teorisine göre önemli üç ihtiyaç vardır. Bunlar;

**Başarı İhtiyacı:** Bireyin bir işi ya da davranışı en mükemmel şekilde yapma isteği olarak tanımlanmaktadır. Yaratıcılığa açık ve çabayı gerektiren işlerde başarı ihtiyacı hisseden bireyler büyük başarı elde edebilirler. Bu bireyler hedef seçerken gerekli özen ve titizliği de gösterirler.

**Güç İhtiyacı:** Kendini yetkinlik anlamında otorite gören ve kendini motive eden birey oldukça etkili ve başarılı bir sonuç ortaya koyabilmektedir. Başarı ihtiyacı içinde olan bireyler; öncülük etmek, kontrolü elinde tutmak, üstün gelmek anlamında güçlü bir güdüye sahiptirler. Güç ihtiyacı içindeki bireyler kişisel statülerini ve prestijlerini artırma gayreti içerisindeyler.

**Bağlanma İhtiyacı:** Bağlanma ihtiyacı, insanlarla ilişki kurma güdüsünden hareket ederek sosyal etkileşim kurmayı hedefler. Bu ihtiyaca sahip birey, bir gruba ait olma ve sağlıklı, sıcak ilişkiler kurmayı amaçlar. Popüler olma arzusunu da barındıran bağlanma ihtiyacında kişiler etkin bir takım üyesi olarak grup aidiyetini sevilen bir kişi olarak sürdürme amacındadırlar (Steward, 2009:55).

### 1.2.2.5. Öz Belirleme Kuramı (Self Determination Theories : SDT) (Edward L. Deci ve Richard M. Ryan)

Öz belirleme kuramı (ÖBK), deneysel olarak test edilmiş insan motivasyonu, gelişimi ve iyi oluş durumlarını kapsamaktadır. Model bireyin performansını yordayan özerk, kontrollü ve motivasyonsuz davranışları ile iyi oluş sonuçlarına odaklanmaktadır. Kuram özerklik, yeterlik ve ilişki gibi temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma durumuyla artan motivasyon durumunu etkileyen sosyal faktörler üzerine de vurgu yapmaktadır (Deci ve Ryan 2008b:182).

Deci ve Ryan (2008b) tarafından geliştirilen öz belirleme kuramında, bireyin davranışlarının üç temel ihtiyaç tarafından yönlendirildiği ifade edilmektedir. Bu ihtiyaçlar evrensel nitelik gösterip, bu ihtiyaçların tatmini bireyin iyi oluş ve motivasyonu artıran önemli unsurlardır. Kişisel amaçlar ve iyi oluş birbirlerini etkilemektedir. Kişinin amaçlarına ulaşması genel ihtiyaçlarının doyumu ile mümkün olacak ve kişi böylece iyi oluş düzeyine ulaşabilecektir.

**Otonomi – Özerklik İhtiyacı:** Bireyin kendisi ile ilgili konularda özerk davranarak kendi kararlarını kendisinin alması anlamına gelmektedir. Öz belirleme kuramına göre otonomi – özerklik ihtiyacı bireylerin sosyal kurum ve kurullarla uyumlu bir şekilde özgür iradesini kullanabilmesi demektir. Özerklik ihtiyacı kişilik gelişimi ve sağlıklı insan ilişkileri için önemli bir gerekliliktir. Yaşam sürecinin önemli bir basamağını oluşturan ergenlik döneminde özerklik ihtiyacının eğitim – öğretim ortamlarında giderilmesi gerekmektedir. Özerklik ihtiyacı ilişki ve yeterlik ihtiyacından farklıdır. Özerklik ihtiyacının tatmini yeterlik ve ilişki ihtiyacının tatmini için ön koşuldur. Özerk olmayan kişinin kendini yeterli görmesi ve diğer insanlarla etkin ilişki kurması zor olabilecektir. Özerklik, iç-dış motivasyon kaynağı olarak sosyal baskıların giderilmesi, insanlarla iletişim içinde olunması ve yeterlilik için anahtar ihtiyacıdır (Ryan vd., 2011)

**Yeterlik İhtiyacı:** Kişinin sahip olduğu yeteneklerini ve yeterlik alanlarını kullanabilme ve geliştirme ihtiyacı olarak tanımlanmaktadır. Kişisel yeterlik kaygılarının kaynakları; bireyin göstermiş olduğu başarı, gözlemlediği kişilerin başarıları ve kişinin kendi başaracağı inancı ve motivesidir. Yeterlik

ihtiyacı güdülenmenin önemli bir kaynağıdır. Yeterlik algısı, bireylerin etkin olmasını sağlayarak onları harekete geçiren ve uzun vadeli psikolojik iyi oluş için karşılanması gereken önemli bir ihtiyaçtır ( Ryan ve Deci, 2000a). Bandura'nın (1977) sosyal öğrenme kuramında yeterlik kavramı üzerinde durulmaktadır. Yeterlik inancı, bireyin psikolojik sorunlarının üstesinden gelmesinde gerekli olabilen bir ön inançtır. Bu psikolojik sorunlar arasında çocukluk depresyonu, travma sonrası stres bozukluğu, madde kullanımı, fobiler ve yakın kişilerin kaybı gibi konular bulunabilmektedir. Yetkinlik inancı psikolojik sorunların çözümünün yanı sıra gerekli davranış değişikliklerinin de kazandırılmasında etkin bir rol oynamaktadır. İkna beklentileri, iş başarısı, akademik başarı, sağlıklı insan ilişkilerin kurulması bunlardan bazılarıdır. İnsanın değişiklik yapabileceğine ve ilerleme göstereceğine dair inancı, hayatta karşılaştığımız sorunların ve zorlukların çoğuyla başa çıkabilme konusunda önemli bir rol oynar (Burger, 2006:546).

**İlişki İhtiyacı:** Bireyin diğer insanlarla bir arada olma ve kendini sosyal yönden değerli görme anlamını taşımaktadır. İnsanlarla bir arada olma ve grup aidiyeti en önemli sosyal ihtiyaçlardandır. Birey grup içindeki sosyal faaliyetleri ile ilişki ihtiyacını karşılayabilmektedir. Kişi başkaları ile ilişki kurarak, sevme – koruma, sevilme – korunma ihtiyacını gidermeye çalışmaktadır. İlişkilerin doyurucu nitelikte olması bu ihtiyacın karşılanması için önemli bir ön koşuldur. İlişkilerde görev ve sorumluluk alabilme, kişinin kendini ifade etmesine ve liderlik duygularının gelişmesine de katkı sağlayacaktır.

ÖBK bireyin gereksinim duyduğu psikolojik ihtiyaçlara; öğrenme, sosyal ilişkiler ve fiziksel çevre unsurlarına göre daha çok önem vermektedir. Bireyin diğer alanlarda etkin olarak başarılı olabilmesinin önemli bir şartı olarak psikolojik ihtiyaçların giderilmiş olması gerekli görülebilmektedir. Kişinin ihtiyaç durumunda olması bir gerginlik yaratarak kişiyi ihtiyacın giderilmesi için gerekli davranışları yapmaya yönlendirebilecektir. Eğitim ile uğraşan kişilerin bu motivasyon unsurlarına göre hareket etmeleri eğitsel yönden daha fazla fayda sağlayabilecektir. İhtiyaçların engellenmesi sonucunda bireyin performansı ve motivasyonu olumsuz etkilenebilecektir.

### **Motivasyon, Özerklik ve Danışma Süreci**

Ryan vd., (2011:49) motivasyonun danışmanlık sürecinde, sürecin etkililiği ortaya koyan önemli bir unsur olduğu ifade etmektedirler. Motivasyonun temel yönleri olan iç ve dış motivasyon kaynaklarına bireyin sahip olabilmesinin en temel koşullarından biri de özerklik ihtiyacıdır. Özerklik ihtiyacı karşılanamayan bireyin kendini yeterli hissedebiliş insanlarla iletişime geçmesi zor olabilecektir. Motivasyon ve özerklik kazandırma danışan bağılılığını artıran önemli bir danışmanlık tekniğidir. Danışanın danışma sürecine gelebilmesi ve hazır olması, kendini ifade edebilmesi, sorunlarını dile getirebilme ve sorunlarının üstüne gidebilmesi, motivasyon ve özerklik kazanımını gerekli kılabilmektedir. Bireyin danışma sürecinde özerk olması, saydamlılığını ve kendini ön plana koymasını da sağlayan önemli bir gerekliliktir. Bilinçsiz motivasyon ve özerk olmayan tavırlar sürecin yönünü değıştirip ilgisiz konularla uğraşılmasına da neden olabilir (Ryan vd, 2011)

### **1.2.3.Psikolojik İhtiyaçlarla İlgili Yapılan Çalışmalar**

Çalışmanın bu bölümünde psikolojik ihtiyaçlarla ilgili yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

#### **Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

İlhan ve Özbay (2010) yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolünü incelemiştirler. Araştırma 14 devlet üniversitesinin çeşitli fakülte ve bölümlerinde okuyan toplam 1474 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucuna göre kız üniversite öğrencilerinin içsel amaçların tamamını ve dışsal amaçların alt boyutlarından fiziksel çekiciliği erkek üniversite öğrencilerinden daha fazla önemsedikleri görülmüştür.

Şahin ve Owen (2009) psikolojik ihtiyaçları farklı lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerini çeşitli değışkenler açısından incelemiştirler. Çalışma Kayseri ilinde öğrenim gören 1011 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada lise öğrencilerinin saldırganlık puanı üzerinde ilişki ihtiyacı ile serbest zamanlarda yapılan etkinliğin türü, özerklik ihtiyacı ile cinsiyet değışkenlerinin ortak etkisi anlamlı bulunmuştur. Cinsiyetin, algılanan anne tutumunun, algılanan baba tutumunun, ailede şiddet uygulanma durumunun, ilişki ve yeterlik ihtiyaçlarının öğrencilerin

saldırganlık puanları üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunurken serbest zamanlarda yapılan etkinliklerin türünün ve özerklik ihtiyacının öğrencilerin saldırganlık puanları üzerindeki temel etkisi anlamlı bulunmamıştır.

Çankaya (2009a) öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve psikolojik ihtiyaçlarının doyurulma düzeylerini cinsiyet değişkeni açısından incelemiştir. Araştırma 240 eğitim fakültesi son sınıf öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin öznel iyi olma düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Psikolojik ihtiyaçlardan özerklik ve yeterlik ihtiyacının doyumu arasında cinsiyet farklılığına dayalı anlamlı bir sonuç çıkmamıştır. İlişkili olma ihtiyacının doyumu ise kız öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık göstermiştir. Araştırmanın genel bulgularına göre, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu iyi olmanın önemli bir yordayıcısıdır.

Çankaya (2009b), Ryan ve Deci'nin (2000a) öz belirleme kuramının Türk kültürüne uygunluğu araştırmıştır. Araştırma, 2002-2003 eğitim-öğretim yılında Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi lisans programlarında okuyan 414 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, modelde bağımlı değişken olan öznel iyi olmaya bağımsız değişkenlerin (ihtiyaç doyumu ve özerklik desteği) ve ihtiyaç doyumu değişkenine özerklik desteğinin doğrudan ve dolaylı etkileri ortaya konulmuştur. Araştırmada test edilen öz belirleme kuramının toplanan verilere uygunluk gösterdiği görülmüştür. Diğer bir ifadeyle bireylerin aile ve arkadaş çevresinden aldıkları özerklik desteğinin, onların temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumunu etkilediği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun da öznel iyi olmayı olumlu etkilediği bulunmuştur

Çelikkaleli vd. (2005) lise öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarını okul türü, anne ve baba eğitim düzeyine göre incelemişlerdir. Araştırmaya Mersin il merkezinde bulunan beş farklı liseden 249 öğrenci katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre psikolojik ihtiyaçların kendi aralarında pozitif ve negatif ilişki gösterdiği; psikolojik ihtiyaçların cinsiyetlere, okullara, anne babanın eğitim düzeyine göre farklılaştığı gözlenmiştir.

Çelikkaleli (2004), Mersin il merkezindeki farklı lise türlerinden 396 öğrenciyle yaptığı çalışmada, lise öğrencilerinin sosyal yetkinlik beklenti düzeyleri ile psikolojik ihtiyaçlarını incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre; öğrencilerin psikolojik ihtiyaçları okul türlerine göre farklılık göstermektedir.

Sosyal yetkinlik beklentisi düzeyi, düzen, sebat ve uyarlık ihtiyaçları ile negatif koralasyon ortaya koymaktadır. Psikolojik ihtiyaçların bazılarının kendi içlerinde pozitif, bazılarının da negatif yönde korelasyona sahip olduğu da bulgulardan anlaşılmıştır. Psikolojik ihtiyaçlardan düzen ihtiyacının, sosyal yetkinlik beklentisi tarafından yordandığı görülmüştür.

Murat (2003), tarafından yapılan araştırmada lise öğrencilerinin mesleki değer ve tercihleri ile psikolojik ihtiyaçları incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre lise öğrencilerinin saldırganlık ihtiyacı – yarışma değeri, başarıma ihtiyacı – ün sahibi olma değeri, gösteriş ihtiyacı – değişiklik değeri, özerklik ihtiyacı – değişiklik değeri arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu bulguların devamında uyarlık ihtiyacı – işbirliği değeri, başatlık ihtiyacı – liderlik değeri arasında lise öğrencileri açısından anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

Kapudere (1998), meslek lisesi öğrencilerinin genel uyum düzeyleri ile psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmaya meslek lisesi son sınıf öğrencisi 180 kişi katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin yardım isteme, başarıma, ilgi görme ihtiyacı ile genel uyum düzeyi arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırma bulgularına göre sağlık meslek lisesi ve lise son sınıf öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ile genel uyum düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yücel (1995), tarafından Ankara Üniversitesi psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) servisine başvuran öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarını belirlemeyi amaçlayan bir çalışma yapılmıştır. Araştırma sonucunda, psikolojik danışma ve rehberlik servisine başvuran kız öğrencilerin değişiklik ihtiyacının erkek öğrencilerden daha fazla olduğu bulunmuştur. Erkek öğrencilerin başatlık ihtiyacının da kız öğrencilerden daha fazla olduğu anlaşılmıştır. Öğrenciler yaş değişkenine göre değerlendirildiğin de ise psikolojik ihtiyaçlar yönünden anlamlı bir değişiklik gözlenmemiştir. Harçlıklarını kendine yeterli gören öğrencilerin başatlık ihtiyaçları, harçlıklarını kendine yeterli görmeyen öğrencilerden daha fazla olarak bulunmuştur. Psikolojik danışma servisine başvuran, şehir kökenli öğrencilerin değişiklik ihtiyacı, köy kökenli olan öğrencilerden daha fazla bulunmuştur.

Eren (1994) tarafından yapılan araştırmada, lise öğrencilerinin sınıf, cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, ebeveyn durumu, anne-baba eğitim düzeyine ilişkin değişkenlere göre yalnızlık düzeyleri ve psikolojik ihtiyaçları incelenmiştir.



Araştırma sonuçlarına göre; sınıf, cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, ebeveyn durumu, anne-baba eğitim düzeyinin yalnızlık üzerinden anlamlı bir etki oluşturmadığını fakat bu değişkenlerin psikolojik ihtiyaçlar üzerinde anlamlı sonuçlar ortaya çıkardığı tespit edilmiştir. Çalışmanın yalnızlık düzeyinin psikolojik ihtiyaçlara etkisine yönelik bulgulara göre, yalnızlık düzeyinin düşük ya da yüksek olmasının psikolojik ihtiyaçlar açısından farklılık göstermediği anlaşılmıştır.

Atalay (1994), yuva öğretmenlerinin psikolojik ihtiyaçlarını inceleyen araştırmasında 18-27 yaş grubu ergenlerin psikolojik ihtiyaçları yetişkin kategorisindeki öğretmenlere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Karşı cinsle ilişki kurma ihtiyacı çocuk sahibi olmayan öğretmenlerde anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Öğretmenlerin kıdem durumuna göre psikolojik ihtiyaçları incelendiğinde, 6 yıl ve daha fazla kıdeme sahip olan öğretmenlerin sebat gösterme ve şefkat duyma puanları, kıdemi 6 yıl ve daha az olan öğretmenlere göre anlamlı bir farklılık göstermiştir.

Dilekmen (1986) lise öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarını bazı değişkenler açısından incelemiştir. 266 öğrenci üzerinde yapılan araştırma sonucunda, edebiyat alanı öğrencilerinin en güçlü ihtiyaçları; şefkat gösterme, duyguları anlama, değişiklik ve başarıma olduğu anlaşılmıştır. Fen alanı öğrencilerinin de en güçlü ihtiyaçları olarak başarıma ihtiyacının ön planda olduğu görülmüştür. Her iki alan (edebiyat ve fen) öğrencilerinin karşı cinsle ilişki, saldırganlık, özerklik, gösteriş ve uyarlık ihtiyaçlarının da düşük seviyede olduğu görülmüştür. Sebat gösterme ihtiyacına fen alanı öğrencileri orta düzeyde yer verirken, edebiyat alanı öğrencileri ise ilk sıralarda yer vermişlerdir.

Kuzgun (1984) farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin psikolojik ihtiyaç önceliklerini tespit etmek amacıyla Edwards Kişisel tercih envanterini kullanmıştır. Bu çalışma sonucunda öğrencilerin ihtiyaç sıralamaları arasında benzerlikler tespit edilmiştir. Öğrencilerin yüksek ihtiyaç duydukları alanlar olarak; duyguları anlama, şefkat gösterme alanları iken düşük puan aldıkları ihtiyaç alanları uyarlık, karşı cinsle ilişki ve gösteriş ihtiyaçları olarak bulunmuştur. Öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarından ilgi görme, başarıma ve yakınlık ihtiyacı orta seviyede tespit edilmiştir. Bölüm değişkenine göre öğrenci ihtiyaçları değerlendirildiğinde, iktisadi ve idari bilimler fakültesi öğrencilerinin düzen, uyma ve sebat ihtiyaçlarına üst düzeyde, saldırganlık,

değişiklik ve duyguları anlama ihtiyaçlarına ise alt düzeyde ihtiyaç duydukları anlaşılmıştır. İlahiyat fakültesi öğrencilerinin ihtiyaç sıralamasında üst sıralarda uyarılık, sebat ve düzen ihtiyaçları yer alırken alt sıralardaki ihtiyaçları saldırganlık, başatlık ve karşı cinsle ilişki ihtiyacı olarak tespit edilmiştir. Eğitim fakültesi, Veterinerlik ve Dış Hekimliği öğrencilerinin üst sıralardaki ihtiyacı şefkat gösterme, sosyal hizmetler grubu öğrencilerinin üst sıralardaki ihtiyacı saldırganlık ve başatlık olduğu anlaşılmıştır.

### **Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Bell (2010), öz belirleme kuramının boş vakitleri, eğlenme zamanlarını değerlendirme ve özerklik, ilişki ve yeterlik ihtiyaçlarının içsel motivasyonu artırma ilişkisini incelemiştir. Araştırma 101 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre yeterlik ve ilişkide olma içsel motivasyonun temel etkileyicileri olmuştur. Özerklik durumu da içsel motivasyon da etkilik olan diğer bir unsur olarak bulunmuştur. Özerklik, yeterlik, ilişkili olma durumlarının yaşı daha büyük ergenlerde psikolojik iyi oluşu ve uzun dönemli olarak kendi sağlığına dikkat etmeyi etkilediği de araştırma bulgularına göre ortaya çıkmıştır.

Chiang ve Sunny (2010) online oyunların ergenlerin psikolojik ihtiyaçları ve oyunlardan hoşlanma durumları üzerine olan etkisini incelemiştir. Online oyunların psikolojik ihtiyaçların karşılanması ve karşılanamaması üzerine iki yönlü olarak ergeni etkilediği ifade edilmektedir. Öz belirleme kuramından hareketle özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı karşılanan bireyler, içsel motivasyon ve iyi oluş durumunu kazanacaklardır. ÖBK çerçevesinde online oyunların özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacını karşıladığı, bireyde genel bir hoşlanma durumu yarattığı ve gelecekte oyun oynama isteğini de devam ettirdiği belirtilmektedir. Online oyunların bireylerin oyun - görev performanslarına dayalı olarak, özerklik ihtiyacı kapsamında kendi iradesini ortaya koyma ve gönüllülük duyguları harekete geçirdiği de vurgulanmıştır. Kişinin oyun görevleri sırasından seçim yapma durumlarında kalması ve devamlı olarak kendine yada grup üyelerine geri bildirimler vermesiyle davranış kontrolüne gitmesi özerklik ihtiyacının karşılandığı ve geliştirildiği durumlar olarak ortaya çıkmaktadır. Birey oyun performansı ile belirli görevleri yerine getirebilmeye dayalı olarak yeterlik ihtiyacını karşılayan davranışlar sergileyebilmektedir. Birey karakter şablonları ile kendi yeterlik durumlarını

sınayacağı roller ve görevler seçebilmektedir. Sanal bir yaşam içinde online diğer insanlarla oynanan oyunlar, pc'ye karşı oynanan oyunlara göre gerçek dünya – insan bağlantısını da sunarak karşılıklı psikolojik ihtiyaçların doyumunu yada yetersizlik durumunu ortaya koyabilmektedir.

Evans (2009) müzik aktivitelerinin psikolojik ihtiyaçlar üzerindeki sosyal – bilişsel etkisini incelemiştir. Müzik aktivitelerine erken yaşlarda başlayan öğrencilerin, geç başlayan öğrencilere göre özerklik, ilişkili olma ve yetkin görme açısından daha başarılı oldukları anlaşılmıştır. Müzik aktivitelerine belirli bir süre devam eden öğrenciler psikolojik ihtiyaçlar açısından doyum sağlamaya devam ederken, müzik aktivitelerini bırakan öğrencilerin yeterlik, ilişkili olma ve özerklik açılarından daha az doyum sağladıkları belirtilmiştir. Araştırmada, müzik aktivitelerinin motivasyon ve gelişim özellikleri açısından daha etkin kullanılmasının çocuklar ve ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarını gidermede etkin rol oynayacağı yönünde öneriler geliştirilmiştir.

Arnone vd. (2009) tarafından ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının, algıladıkları araştırma motivasyonu, bilgi edinme becerileri yeterlik durumlarına olan etkisi incelenmiştir. Öz belirleme kuramından hareket eden araştırmacılar okul kütüphanelerinin ergenlerin yeterlik ihtiyaçlarını ve araştırma becerisi yeterliklerini etkileme durumuna bakmışlardır. 20 eyaletten 1272 sekizinci sınıf öğrencisi ( 13 yaş) üzerinde çalışma gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, etkin bir şekilde kullanılan okul kütüphanesi imkânların ergenlerin özerklik ihtiyaçlarını, içsel araştırma motivasyonlarını ve bilgi edinme becerisi yeterlik algılarını olumlu yönde geliştirdiği tespit edilmiştir. Öğrencilere yönelik serbest çalışma konularının belirlenmesi, fazla dar kalıplar yaratılmaması ile başlayan özerklik ve yeterlik doyum sürecinde kütüphane imkânları; farklı kaynaklar, yan konular ve farklı araştırma formatları sunmasıyla psikolojik ihtiyaçların karşılanmasında etkin imkanlar sağlamaktadır. Ekip çalışması şeklinde yapılan ödevler ergenlerin, yeterlik ve ilişki ihtiyacını da karşılamaktadır. Diğer takım üyeleri ile iletişim, internet üzerinden diğer insanlarla araştırma paylaşımı yapılması ilişki ihtiyacına hitap eden etkileşimler sağlamaktadır. Özerklik kuramının özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyaçlarının karşılanması, doğuştan gelen ve yaşam boyu süren birliktelik, paylaşım ve etkin başarı için gerekli olan bir ihtiyaçtır.

Howell vd., (2009) kısa süreli, anlık mutlulukların psikolojik ihtiyaçların doyumunu üzerindeki rolünü incelemişlerdir. Psikolojik iyi oluş durumunun psikolojik ihtiyaçların doyumunu üzerinde pozitif yönde olumlu bir etkisi olduğu ifade edilen araştırmada, özerklik ve ilişki ihtiyaç doygunluğu durumlarının anlık mutluluk durumları ile olumlu yönde bir ilişkisi tespit edilmiştir. Yeterlik ihtiyaç doyumunu ile anlık mutluluk durumları arasında negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırmacılar negatif yönde ortaya çıkan bu durumu, yeterlik durumunun kişi için karşılması, gidermesi gereken bir bedel, gereklilik istediğini ve bunun anlık mutluluk durumlarına taşınmadığı için de negatif yönde bir ilişkinin olduğunu ifade etmişlerdir.

Briand (2009), liderlik, motivasyon ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmasında, psikolojik ihtiyaçlar ile liderliğin boyutlarından olan özerk motivasyon arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki tespit etmiştir.

Sheldon ve Bettencourt (2002) tarafından sosyal gruplarda öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaç doyumunu üzerine yapılan çalışmada aşağıdaki bulgulara ulaşılmıştır. Araştırmacılar sosyal grup ortamında psikolojik ihtiyaçların karşılanmasıyla ilgili iyi oluşu irdeleyen ODT (Optimal Distinctiveness Theory) teorisinden hareketle öz belirleme kuramı çerçevesinde yorumlamalarda bulunmuşlardır. Araştırmaya Missouri üniversitesinde eğitim gören 144 psikoloji bölümü öğrencisi katılmıştır. ODT kuramı ihtiyaçları; gruba katılma, kişisel açıklık, grup açıklığıdır. ÖBK ihtiyaçları ise, kişisel özerklik ve kişilerarası ilişki olarak belirtilmiştir. Bu iki kurama ait beş ihtiyacın iç motivasyon, sorumluluk ve olumlu etkileme ile pozitif ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının olumlu yönde iyi oluşa katkı sağladığını ortaya koymaktadır.

Harris vd. (1991) tarafından yetenekli zenci öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma durumu kültürel açıdan incelenmiştir. Araştırma bulgularına göre yetenekli zenci öğrenciler bilgi – yönlendirme eksikliğinden ve kültürel çatışmalardan, ayrımcılıklardan dolayı yeterli psikolojik ihtiyaç doyumunu sağlayamamaktadırlar. Bu amaçla bu öğrencilere yönelik, mentorlük, aile danışmanlığı ile ırksal ayrımcılıklara rağmen bireysel farkındalıklarını ve kendilerini ilerletme davranışlarının kazandırılması önerilmektedir.

Psikolojik ihtiyaçlarla ilgili yurtdışında yapılan çalışmalarda çoğunlukla öz belirleme kuramı araştırmacılar tarafından farklı değişkenler açısından ele alınmıştır.

Psikolojik ihtiyaçların karşılandığı alanlarda bireyler kendilerini başarılı ve yetkin görürler. İhtiyaçların karşılandığı alanların artması ile birlikte ergen kişi için farklı yetkinlik inançları oluşmaya başlayabilecektir.

### **1.3.Yetkinlik İnancı**

Yetkinlik, kelime anlamı olarak; yetkin olma durumu, olgunluk, mükemmeliyet ve belirli bir alandaki sorumluluk ve/veya görevleri yerine getirebilme durumunda olmayı tanımlamaktadır (TDK, 2010). Yetkinlik inancı ise Albert Bandura (1977) tarafından birçok defa farklı şekillerde tanımlanmıştır. En genel ortak kavramları içeren şekliyle yetkinlik inancı; Kişinin belirli bir davranışı başarılı bir biçimde gerçekleştirebilmek için gerekli eylemleri yapabileceğine ilişkin inançları olarak tarif edilmektedir (Bandura,1977:193). Yetkinlik inancı, motivasyon, başarıma performansı ve duygusal iyi oluş temellerine dayanmaktadır. Yetkinlik inancı düşük olan bireyler, davranışlarında ısrar, arzu eksikliği ve zorluklarla karşılaştıklarında azimle devam etme yönünden zayıftırlar (Matsumotu, 2009:469)

Bireylerin işlevsel yaşam davranışları ortaya koymalarında yetkinlik inançlarının önemli bir yeri bulunmaktadır. Kendisi ve yetenekleri hakkında yeterli ve geçerli bir inanca sahip olan bireylerin düşünce oluşturma aşamasından, davranışları gösterme, bu davranışlarını sahiplenme ve duygusal tepkilerini ortaya koyabilme konularında etkin bir belirleyici rol oynadıkları görülmektedir. Bireyin başta psikolojik kendilik algısı olmak üzere sosyal etkinliği üzerinde de işlevsel kalite sunan yetkinlik inancı mutlu yaşam ve üretkenlik merkezli pozitif psikoloji açısından da önemli bir kavramdır.

Yetkinlik inancı, davranış sürecini farklı yönlerden etkiler. Betz ve Hackett. (1996), yetkinlik inancının davranış öncesinde zihinde davranışı şekillendirmeye başlamasından, en uygun davranışın seçilmesi, ortaya konması ve sürdürülmesinde etkili olduğunu belirtmektedir. Bireyin kendini yetkin görmesi, davranış seçenekleri ve tarzları seçimini, gerekli çabayı ve zorlukları karşısındaki ısrar durumunu etkiler. Kişinin sahip olduğu kaygı ve stres durumları yetkinlik inancından etkilenen ve davranış ortaya koyma sürecini

yetkinlik inancına bağlı olarak etkileyen unsurlardır. Yetkinlik inancı yeterli olmayan bireylerin kaygı ve stres durumları yüksek olabilmektedir.

### **Sonuç Beklentisi ve İkna Beklentisi**

Bandura'ya göre (1977:195, 1997) insanlar değişmek için belirgin bir karar vermeden ve gerekli çabayı ortaya koymadan davranışlarını değiştirmeye yanaşmazlar. Bandura (1977) “sonuç beklentileri” ve “ikna beklentileri” arasında bir ayrım yapar. Sonuç beklentisi insanların, eylemlerinin belirli bir sonuca yol açmakta ne derece başarılı olacağına dair beklentileridir. İkna beklentisi ise insanların istedikleri bir sonucu elde etmekte ne derece başarılı olacaklarına dair inançlarıdır. İkna beklentisi sonuç beklentisine göre davranışı daha iyi tahmin edebilmektedir. Kişilerin sorunlarını çözmek için çaba harcamaları ve zorluklara karşı ısrarcı olmaları değişime olan inançlarını ortaya koymaktadır. Yapabileceklerine inanmayan kişiler gerekli adımları atmaktan uzak dururlar (Akt.: Burger, 2006:543).

Bandura (1977:194) insanların amaçları olsa bile, onları bu amaca yönlendirecek inançları yoksa gerekli davranışları ortaya koymaları zor olacağını ifade etmektedir. Bireyi davranışa sevkeden ilk unsur kendisi hakkındaki yetkinlik inancı, ikna beklentileri iken, davranışı sürdürmede ve değiştirmede sonuç beklentisi ön plana çıkmaktadır. Sonuç beklentisi daha çok davranışın gerçekleştirilme sürecinde bireyin işi yapabilmesine yönelik motivasyonunu harekete geçirir. Sonuç beklentisi, yetkinlik inancı ile başlamış olan davranışı destekler. Güçlü yetkinlik inancı en temelde davranışın ilk etkin gücünü oluşturur.

Danışmanlık süreçlerinde danışanlarda ikna duygusunu geliştirilemediği sürece danışanlar davranış değişimi – oluşumu konularında pasif kalabileceklerdir. Alkol, sigara bağımlılıkları gibi yeterlik inancının güçlü olması gereken değişimlerde ikna algısının tam geliştirilememesi sonucunda bağımlılıklar tam söndürülemede ya da bir süre sonra bağımlılık tekrar başlayabilmektedir (Burger, 2006).

### **1.3.1.Yetkinlik İnancının Boyutları**

Bireyin gerekli olan ilk davranışları ortaya koymasında ve performansın devam etmesinde belirleyici rolü olan yetkinlik inancının üç boyutu bulunmaktadır (Bandura, 1977 - 1997; Strecker vd.,1986).

- 1. Düzey (Level):** Kişinin yapmayı düşündüğü işin güçlük düzeyidir. Bireyin yapmayı düşündüğü işin zorluk düzeyi ne derece yüksek ise o konuda ki yetkinlik inancının da o derecede yüksek olduğu söylenebilir. Kişinin yapmayı istediği işten genel yetkinlik inancı hakkında genel bir fikir edinilebilmektedir. Yüksek yetkinlik inancına sahip bireyler zorluk derecesi daha yüksek işlere yönelirken, düşük benlik algısındaki kişiler daha düşük çaba, hırs ve sonuç gerektiren işlere yönelebilirler.
- 2. Genellenebilirlik (Generality):** Kişinin önceden yapmış olduğu bir işte ortaya çıkan, oluşan yetkinlik inancının diğer durumlara genellenmesidir. Bireyin geçmişinde başarılı yetkinlik deneyimlerinin olması hem yetkinlik inancını yükseltir hem de diğer alanlara da transfer edilmesinde kolaylık sağlar.
- 3. Dayanıklılık (Strength):** Sağlam, dayanıklı bir yetkinlik inancı olan bireyler, zorluklarla karşı karşıya kaldıklarında zorlukları aşmada daha üst düzeyde çaba gösterebilmektedirler. Yetkinlik inancının dayanıklılık durumu zorluklardan başarı ile çıkılabilmesi için önemli bir koşuldur.

### **1.3.2. Yetkinlik İnancının Kaynakları**

Bireylerin kendilerini yetkin görüp görmemeleri genel olarak yetkinlik inançlarının kaynakları ile ilgilidir. Yetkinlik inancının birbirleriyle etkileşim halinde olan dört kaynağı bulunmaktadır. Bunların en önemlisi harekete geçirici üstünlük deneyimidir. Diğerleri dolaylı deneyimler, sözlü ikna ve fizyolojik – duygusal durumlardır ( Burger, 2006; Çelikkaleli, 2010; Bandura, 1977:194).

#### **1. Harekete Geçirici Üstünlük Deneyimleri (Temel Yaşantılar) (Mastery Experience)**

Bireyin geçmişinde başarı elde ettiği yaşantılar, yetkinlik inancını oluşturan temel öğelerdendir. Başarıdan duyulan haz ve yetkinlik inancı diğer yaşantılarda da kendini yinelemek isteyecektir. Daha önce benzer zorlu durumlardan başarı ile çıkan birey, başlamayı düşündüğü yeni işte eski başarıları ve gereksiz duruma gelen kaygılarını düşünüp kendini yapabileceği yönünde motive edebilecektir. Geçmişte, başarısız deneyimler fazla ise bu da

bireyin ikna beklentisinin düşük olmasına neden olabilecektir. Başarısız deneyimlerin fazla olması kişinin bu işi asla yapamayacağı yönünde inanç geliştirmesine neden olabilir (Burger, 2006). Yaşanılmış deneyimler bir bireyin neler yapabildiğinin en önemli bilişsel ve duygusal göstergeleridir. Nadir yaşanan başarısızlıklar yetkinlik inancı üzerinde kısa süreli inanç zayıflığı yaratırken, diğer taraftan bireyin motivasyonunu, hırsını artırmada da önemli bir etken olabilmektedir. Bandura'ya (1986) göre insanlar, başarılarına veya başarısızlıklarına etki eden pek çok faktörü düşünürken bu yaşantılarının yetkinlik inançlarının şekillenmesinde nasıl bir etkiye sahip olduğunun farkına varamazlar (Akt.: Bozgeyikli, 2005). Yetkinlik inancının oluşmasına temel olan faaliyetlere benzer faaliyetlerin yapılması, yetkinlik inancının geliştirilmesinde önemli olan bir unsurdur. Bireyin temel gelişim dönemlerinde oluşan yetkinlik inancına dayanak olan beceriler, başarılar yetkinlik inancının temelini oluşturmaktadır.

## **2. Dolaylı Öğrenme Yaşantıları (Vicarious Experience)**

Yetkinlik inancının bireylerde oluşumunu sağlayan diğer önemli öge, model aldığı, çevresinde olan insanların ulaştığı başarıları izleyerek elde edilen dolaylı yaşantılardır. Sosyal çevre modelleri tarafından sağlanan dolaylı yaşantılar yetkinlik inancının oluşumunda ve güçlü tutulmasında etkili olan etmenlerden biridir. Kişinin kendi deneyimleri kadar güçlü olmasa da kişinin sosyal etkilenme durumu ve model kişilerin nitelik dünyalarındaki yer durumuna göre bu etki farklılık gösterecektir (Bandura 1997). Nitelikler dünyası (Glasser, 1999) kişi için değerli olup, kendini etkileme durumu daha üst sıralarda yer alan kişi, durum ve olayların yer aldığı bir dünya olarak tanımlanmaktadır. Bireyin nitelikler dünyasında üst sıralarda yer alan bireylerin başarıları kişide yetkinlik inancını nitelikler dünyasında alt sıralarda olan ya da bu olguda yer almayan kişilere göre daha fazla etkileyecektir. Bireyin kendisini “O – onlar yapabiliyorsa bende yapabilirim” tarzında motive edebilmesi kendi ikna beklentisini dolaylı deneyimler aracılığı ile değiştirebildiğinin bir göstergesidir (Burger, 2006). Dolaylı model almada, model alınan kişi ile kendisinin benzer niteliklerde görülmesi, yaşantıların kendi yeterlik inancına etkisini olumlu yönde artıracaktır. Modelin izleyen kişiye benzerliğinin yüksek olması sebebiyle modelin başarı ve başarısızlığı da bireyi yüksek derecede etkileyecektir (Bandura, 1997).



### 3. Sözel İkna (Verbal Persuasion)

Yeterlik inancını ve ikna beklentilerini değiştirmenin daha az etkili olan diğer bir yolu da sözel iknadır. Bireyler kendilerine azim veren, teşvik eden sözler ile motive olurlar. Bireyin diğer kişiler tarafından belirli bir konuda yapabileceğine dair yeteneğe sahip olduğuna ikna ederek davranışa yönlendirebilmek en çok sosyal etkileşim içeren yeterlik kaynağıdır. Bireyin hedeflediği davranışın sosyal çevre tarafından da onaylandığını, istendiğini bilmesi de sözel ikna sürecinin yanında duygusal etkileşime de hitap etmektedir (Bandura, 1997). Bireye sözel ikna ile yüklenecek yeterlik inancı kişi ile uyumlu gerçekçi bir temelden yoksunsa başarısız sonuçlara, bunlara bağlı olarak ta düşük yeterlik inancına ve sözel iknanın kişi için belirli ölçüde etkisinin azalmasına neden olabilecektir. Sözel ikna süreci, bireylerin kendi kapasitelerine başka kişilerin inandığını ortaya koyarak bir bilişsel yükleme mekanizması olarak görev yapmaktadır. Gerçekçi olmayan yüklemelerin yoğunluk kazanması nedeniyle kişi hakkında bilişsel çarpıtmalar ortaya çıkabilecektir. Bundan dolayı sözel ikna gerçek kapasite ile uyumlu ve kademeli işlemesi gereken bir süreç olarak değerlendirilmelidir (Bandura, 1997).

### 4. Fiziksel ve Duygusal Uyarılma (Psychological and Emotional Arousal)

Bireyin bedensel ve ruhsal olarak kendini iyi hissetmesi, ortaya koymak istedikleri davranışları, verilen görevleri yerine getirme ihtimalini artıracaktır. Bedensel ya da ruhsal rahatsızlık, şüphe durumlarının olduğu zamanlarda bireyin kendini yetkin görme inancı zayıflayacak ve öncelik bedensel ve ruhsal bütünlüğünü sağlama ve iyi olma durumunu temin etme olacaktır (Bıkmaz, 2004). Olumlu bir moral, algılanan yetkinlik inancını artırırken, kederli bir duygu durumu ise yetkinlik inancını azaltmaktadır (Çelikkaleli, 2010).

Bireyin yapmak istediği davranışı engelleyen kaygı, heyecan durumları bedensel tepkilere neden olarak ikna beklentisinin ortaya çıkmasını da engelleyebilmektedir (Burger, 2006). Bedensel tepkiler sadece uyarılma düzeyi ile kalmayıp, bedensel yeterlik gerektiren süreçlerde de görülmektedir. Belirli ölçüde dayanıklılık ve güç gerektiren işlerde bireyin kendini bu davranışları yapamayacak kadar güçsüz, zayıf hasta vb hissetmesi yetkinlik inancının düşük olduğunu da gösteren bir işarettir (Bandura, 1997).

Bandura (1997-2006), bireyin yetkinlik inancını yükseltmek için; fiziksel dayanıklılığını artırmak, kaygı düzeyini düşürmek, olumsuz duygusal durumlardan etkilenebilirliğini azaltmak ve gerçekçi fiziksel yeterlilik algısı oluşturmak gerektiğini belirtmektedir. Yüksek yeterlik inancı bireyin strese karşı dayanıklılığını artırarak bağışıklık sisteminin de güçlü olmasına yardım eder (Frasier, 2008:59).

### **1.3.3.Yetkinlik İnancının Bireyi Etkileme Boyutları**

Bandura (1977-1997) yetkinlik inancının performans, devamlılık ve seçim niteliklerini de içine alan dört önemli sürece etki yaptığını belirtmektedir. Bu süreçler; bilişsel süreçler, güdüsel süreçler, duygusal süreçler ve seçme süreçleridir.

#### **1. Bilişsel Süreçler (Cognitive Processes)**

Çocukluk dönemlerinden itibaren şema gelişimleriyle birlikte oluşmaya başlayan bilişsel yapılar, yeteneklerin gelişme ve yerleşmesinden, yetkinlik inançlarının oluşmasına kadar birçok açıdan bireye katkı sağlayan süreçlerdir. Kişilerin sahip olduklarına inandıkları yeteneklerine ait inançları varsa, bu inanç gerekli davranışı başlatmaya ve yüksek performans ortaya koymaya etkili olmaktadır. Bilişsel süreç kendi yeterlilik inançlarıyla ilgili düşünceleri ile sınırlı olmayıp, kendilik değerleri ile uyumlu hedef seçiminde de etkili olmaktadır. Bandura'ya (1997) göre bilişsel süreç, uygun hedef seçiminin yanında kendi gelecek zihin senaryolarını da canlandırmalarında kişilere gerekli verileri sağlamaktadır.

#### **2. Güdüsel Süreçler (Motivational Processes)**

Hedefine ulaşan bireyin elde etmiş olduğu haz ve doyum, yeni üst hedeflerin tespiti ve daha fazla motivasyon ile yeterlik inancına güdüsel katkı sağlamaktadır. Bireyin motivasyonunun güçlü olması, zorluklara karşı hemen pes etmeme, ısrarla denemeye devam etme konularında bireyin ısrarcı olmasına da katkı sağlayabilecektir. Bilişsel süreçler ile gerçekçi – uygun hedefler seçen ve bunların bilişsel temellerini alan birey, güdüsel motivasyon süreçleri ile ısrar, çaba harcama konularında da gerekli yeterlik inancı davranışlarını sergileyebilecektir. Bilişsel ve güdüsel süreçler yetkinlik inancının ortak bir mekanizma olarak çalışmasında birbirlerini duygusal süreç ile de tamamlayan yeterlik inancı öğeleridir (Bandura,1977).

### 3. Duygusal Süreçler (Emotional Processes)

Bireyin bilişsel süreçlerle başlayan yeterlik inancı, temellerini duygusal süreçlere de dayandırarak uyumlu bir yapının oluşmasını sağlar. Birbirleri ile uyum göstermeyen bilişsel ve duygusal süreçler kişilik algısı konusunda bireyin çatışmalarını ortaya koyabilecektir. Duygusal süreçteki uyumsuzluklar ve zayıflıklar duygudurum bozukları tarzında da kişiyi etkileyebilecektir. Yeterlik inancının oluşumunda girdi olarak gelen duygusal yaşantılar belirli bilişsel süreçler sonunda yeterlik inancının bir çıktısı, duygusal sonuçları olarak ortaya konulabilecektir. Bireyin geçmişindeki olumlu – olumsuz duygusal yeterlik yaşantıları bilişsel ve duygusal süreçlerin gerçekliği ile uyumlu ise bireyde buna uygun bir yeterlik inancı geliştirecektir. Yeterlik inancı duyguların kontrolü konusunda da etkin bir rol oynamaktadır. Bandura'ya (1997) göre yetkinlik inancı duygusal yaşantıların niteliğini ve sıklığını etkilediği gibi, duygusal yetkinlikte bireylerin düşünce ve davranışlarına yönlendirici bir etki yapmaktadır.

### 4. Seçim Süreçleri (Selection Processes)

Birey, hangi davranışa yöneleceği konusunda seçim yapma durumunda sahip olduğu yetkinlik inancından büyük ölçüde yararlanabilecektir. Kişi alternatif davranış seçenekleri arasından kendisi için en uygun olanını seçerken sahip olduğu yetkinlik algılarına başvuracaktır. Geçmiş yaşam tecrübeleri ile etkin bir şekilde oluşan yetkinlik inancı ile birey uygun seçim yapması durumunda yetkinlik inancını daha da güçlü ve etkin hale getirebilecektir. Düşük yetkinlik inancına sahip bireyler kendileri için doğru davranışı seçme konusunda da yanlış karar verebilirler. Bandura (1997) bireyin yetkinlik odaklı seçimlerinin, kararlılık içeren ve bireye uygun yaşam biçiminin oluşumunda önemli bir yeri olduğunu belirtmektedir. Kişinin kendine en uygun gördüğü konuda yeterlik inancına dayalı uygun seçim yapması, seçim yapılan alan üzerindeki yetkinlik inancını da yükseltecektir. Kavanagh ve Bower (1985) algılanan yetkinlik inancı yükseldikçe bireylerin daha çok mücadele gerektiren aktiviteler seçtiklerini belirtmiştir (Akt.: Çelikkaleli, 2010). Düşük yetkinlik inancına sahip bireyler bu inanca bağlı olarak seçim yapacak ve alternatifleri de görmezlikten gelebileceklerdir. Uygun seçimler sonucunda kişi çevresini, imkânlarını kendi oluşturma konusunda da etkin bir rol oynayacaktır. Bunun sonucu olarak ta birey kendi seçimleri üzerine oluşan ortamlarda daha çok söz

sahibi olacak ve farklı bir yetkinlik alanı oluşturabilecektir. Meslek seçimi konularında da bireylerin kendilerini yetkin görmesi meslek, kariyer gelişimi açısından da büyük önem taşımaktadır (Betz ve Hackett, 1986; Bozgeyikli, 2005)

#### **1.3.4. Akademik Yetkinlik İnancı**

Akademik yetkinlik inancı, kişilerin planlanmış eğitim amaçlarına ulaşabilmeleri için gerekli olan davranışları düzenleme, kontrol edebilme kapasiteleri hakkındaki inançlarıdır. Kişiyle ilgili olarak kendisinin, ailesinin ve öğretmenlerinin akademik umutlarına temel teşkil eden yeterlilik yönüdür. Sağlam bir akademik yetkinlik inancı, akademik becerileri artırırken bireyin sosyal etkileşimini, aktifliğini artırır ve problemleri davranışlardan uzak durmayı da kişiye kazandırabilir (Bandura 1999:259)

Kişinin yüksek derecede akademik yetkinlik inancına, sosyal yetkinlik inancına ve empatik yetkinliğe sahip olması madde kullanımı gibi zararlı alışkanlıklara bireyin yönelmesini engelleyen bir unsurdur (Bandura, 2006:26).

#### **1.3.5. Sosyal Yetkinlik İnancı**

Bandura (1977) sosyal yetkinlik inancını “bireylerin diğer insanlarla olan iletişimlerine dayalı olarak kendi yetenekleri ile ilgili benlik algısı” olarak tanımlanmıştır. Sosyal yetkinlik inancı, bireyin kendi sosyal yönü, davranışları hakkında bilgi sahibi olma, etkin davranabilme ve sosyal yetkin davranışlarının çevrece teşvik, takdir edilmesi durumlarını kapsar. Sosyal yetkinlik inancının gelişmesinde bireyin yetkin davranmasının ve aile – çevre tarafından takdir edilmesinin büyük önemi vardır.

Kişinin sağlam bir sosyal yetkinlik inancına sahip olması olumlu sosyal ilişkilerin temel şartlarından. Sosyal yetersizlik yönelimleri ise kişinin yabancılaşma davranışlarına neden olabilecektir. Düşük sosyal yetkinlik inancına sahip olan bireylerin incinebilirlik duyguları fazla olduğundan gerekli sosyal destek sağlanmadığında strese ve depresyona girebilmektedirler. Kişiye sunulan sosyal destek değersizlik duygularını, stres, depresyon ve fiziksel rahatsızlıkları azaltabilir fakat sosyal desteğin kendisi, sosyal ilişkilerdeki zararlı, yıkıcı tarzdaki bireylere karşı bir düzenleme yapamaz. Bireyler sosyal çevre içine girmek arkadaşlıklar kurmak zorundadırlar. Bu kişilerle destekleyici tarzda ilişkiler sürdürmeleri gerekmektedir. Bu kişilerarası

beceriye elde etmek için bireylerin sosyal yetkinlik inancına sahip olmaları gerekmektedir (Bandura vd., 1999:259).

### **Duygusal Yetkinlik İnancı**

Kişilerin duygularını içinde bulunulan duruma uygun bir biçimde uyarlayabilme yeteneği hakkındaki yargıları olarak tanımlanan duygusal yetkinlik inancı günümüzde yerini duygusal zekâ kavramına bırakmaktadır.

Kirk vd., (2011:180) duygusal zekâ ve yetkinlik algısı üzerine yaptığı çalışmada, bireyin duygusal yetkinlik algısının bilişsel – duygusal bir model olan duygusal zeka adı altında da kavramsallaştırılabileceğini belirtmiştir. Bireyin kendi duyguları hakkındaki bilişsel yargıları ve duygusal yetkinlik durumunun duygusal zekâ kavramı altında geniş bir şekilde kapsandığı ifade edilmektedir. Duygusal zekâ kavramı duygusal yetkinlik inancı gibi birçok görüşü içinde barındıran daha kapsamlı bir alandır. Bu açıdan duygusal yetkinlik inancının duygusal zekanın içinde bir alan olarak kabul edildiği araştırmalar yaygınlaşmaktadır (Andonian, 2010; Mavroveli vd., 2008; Petrides ve Furham, 2003; Petrides vd. 2007a,b)

Duygusal yetkinlik inancı üzerine yapılan güncel çalışmalara rastlanmamıştır. Duygusal yetkinlik inancının yetkinlik kavramının derinlemesine incelendiği çalışmalarda geçen fakat kapsamlı olarak ele alınmayan bir alt boyut olduğu görülmüştür. Bireyin duygusal ve bilişsel olarak kendi hakkındaki duygusal yargılarını içeren durumlar duygusal zekâ kavramı ile ele alınarak diğer değişkenlerle ilişkisi incelenmektedir (Wuebbels, 2006).

### **1.3.6. Yetkinlik İnancı İle İlgili Yapılan Çalışmalar**

Çalışmanın bu bölümünde yetkinlik inancı ile ilgili yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

#### **Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

Ergenlerin yetkinlik inançları üzerine farklı kavramlar ve değişkenlerle birçok çalışma yapılmıştır. Burada bu çalışmalardan son zamanlarda yapılan ve farklı kavramlarla yetkinlik inancı üzerine değinilen çalışmalara yer verilmiştir.

Çelikkaleli (2010) ergenlerin yetkinlik inançları ile depresyon, benlik saygısı, iç-dış kontrol odağı, sürekli öfke ve öfke ifade biçimleri arasındaki ilişkileri bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma Mersin il merkezinde bulunan Anadolu lisesi, genel lise ve endüstri meslek liselerinden

okuyan toplam 1767 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, ergenlerin sosyal, akademik ve duygusal yetkinlik inançları ile depresyon puanları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Ergenlerin akademik yetkinlik inançları ile akademik benlik saygısı puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yetkinlik inançları sosyal benlik puanları arasında da pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Ancak duygusal yetkinlik inancının sosyal benlik saygısı puanlarını anlamlı şekilde yordamadığı görülmüştür. Ergenlerin yetkinlik inançları ile kontrol odağı puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Ancak sosyal yetkinlik inancı kontrol odağını anlamlı bir biçimde yordamadığı belirlenmiştir.

Biçer (2009) parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin atılganlık ve sosyal yetkinlik beklenti düzeylerini bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma Adana il merkezinde liselere devam eden 9. 10. 11. Sınıf öğrencilerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma örneklemini 160 parçalanmış aileye sahip ve 190 tam aileye sahip toplam 350 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma bulgularına göre, ergenlerin atılganlık ve sosyal yetkinlik puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmaktadır. Varyans analizine göre tam aileye sahip 11. Sınıf ergenlerinin atılganlık ve sosyal yetkinlik beklenti puanları parçalanmış nitelikte aileye sahip olan 11. Sınıftaki ergenlerden anlamlı yönde yüksek çıkmıştır. Araştırmada aynı zamanda, aile yapısı ile baba eğitim düzeyinin atılganlık ve sosyal yetkinlik beklentisi puanlarına etkilerinin anlamlı düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Kaşık (2009), ergenlerde karar verme stilleri ve algılanan sosyal destek düzeylerini sosyal yetkinlik beklentisi ve bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma eğitim fakültesine devam eden 345 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; ergenlerin yetkinlik beklentisi düzeyi ve dikkatli karar verme stili arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunmuştur. Yetkinlik beklentisi ve kaçınan karar verme stili arasında negatif yönde anlamlı ilişki, yetkinlik beklentisi düzeyi ile panik karar verme stili arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ergenlerin yetkinlik beklenti düzeyleri arttıkça dikkatli karar verme stilini kullanma düzeyleri artmakta, kaçınan ve panik karar verme stilini kullanma düzeyleri ise azalmaktadır.

Şencan (2009) lise öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek düzeyi ile sosyal yetkinlik beklentisi düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemiştir.

Araştırma Adana ilinde genel lisede öğrenim gören 678 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre aileden ve arkadaşlardan algılanan sosyal destek düzeyi ile sosyal yetkinlik beklentisi düzeyi arasında düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür.

Deniz (2008) öğretmen adayı olan üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada akademik yetkinlik inancı ile benlik saygısı kavramını alt boyutlarıyla birlikte incelemiştir. Araştırma bulgularına göre akademik yetkinlik inancı ile genel benlik saygısı ve akademik benlik saygısı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Ancak sosyal benlik algısı ile eğitim öğretim yetkinlik inancı arasında anlamlı bir ilişki ortaya çıkmamıştır.

Karahan vd. (2006) tarafından lise öğrencilerinde sosyal yetkinlik beklentisi ve otomatik düşüncelerin, öğrencinin yaşadığı yer ve cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla 455 öğrenci ile araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre, öğrencilerde sosyal yetkinlik beklentisi düzeyi düştükçe olumsuz otomatik düşüncelerin arttığı, yurtda kalan öğrencilerde aile ve akraba yanında kalan öğrencilere göre sosyal yetkinlik beklentisi düzeyinin daha düşük, olumsuz otomatik düşüncelerin ise daha çok olduğu, cinsiyete göre sosyal yetkinlik beklentisi ve olumsuz otomatik düşünceler açısından anlamlı farklılık bulunmadığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Akkapulu (2005) ergenlerin sosyal yetkinlik beklentisini bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma 194 ergen lise öğrencisi ve onların anneleri üzerinde gerçekleştirilmiştir. Ergenin sosyal yetkinlik beklenti düzeyini yordamada öğrenilmiş güçlülüğün varyansa olan katkısı % 29, problem çözme becerisinin %16, algılanan evlilik uyumunun %5, arkadaşlara bağlılık düzeyinin %4, besleyici ilişki tarzı düzeyinin %1,5, anne babaya bağlılık değişkeninin %0,9 olduğu tespit edilmiştir.

### **Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Wuebbels (2006), ergen öğrencilere sosyal duygusal ve akademik yetkinlik inancının kazandırılması üzerine bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bu amaçla, okul ortamında ve ders çalışma yaklaşımlarında yetkinlik inancının kazandırılması amacıyla düzenlemeler yapılmıştır. Ders çalışma becerileri yaklaşımlarının ergen öğrencilere kazandırılması hedeflenmiştir. Çalışmada öğrencilere yönelik olarak verimli ders çalışma yaklaşımlarını kazandırabilmek için “Akademik Destek Programı” ve bu programı duygusal ve sosyal yönden

destekleyip, bütünleyen “Duygusal – Sosyal Destek” programı uygulanmıştır. Genelleştirilmiş kaygı, sosyal kaygı ve performans kaygısı yaşayan ergenlerin risk alma durumlarına karşı tepkisiz kaldıklarını bu amaçla başarısızlık yaratması muhtemelen durumlardan da uzak durdukları ifade edilmiştir. Çalışma neticesinde uygun ortam ve etkin akademik – sosyal – duygusal destek ile öğrencilerin yetkinlik inançlarında belirgin bir yükselme olduğu görülmüştür.

Fletchall-Wilmes (2006) ergenlerin sosyal yetkinlik inancı, depresif semptomlar ve ailevi şiddete maruz kalma durumlarını incelemiştir. Araştırma çeşitli ölçeklerle depresif semptomlar gösteren ve ailede şiddete maruz kalıp araştırmaya gönüllü olarak katılan 364 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre cinsiyet faktörü şiddete maruz kalan bireylerin sosyal yetkinlik inançlarında ve depresif semptom gösterme durumlarında anlamlı olan bir değişkendir.

Maynard-Reid (2005) farklı etnik, kültürel gruplara ait olan öğrencilerin sosyal yetkinlik inançlarını kültürel stres yönünden incelemiştir. Araştırma 414 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre kültürel özelliklerinde bireysellik, liderlik özellikleri dominant tarzda olan öğrencilerin daha az kültürel stres yaşadıkları ifade edilmiştir. Çekinik tarzda, edilgen unsurlara sahip olan etnik grup öğrencilerinde ise kültürel stres üst düzeyde gözlemlenmiştir. Sosyal yetkinlik açısından etnik gruplar değerlendirildiğinde ise, dominant özellikler taşıyan grubun çekinik tarzdaki gruba göre daha yüksek düzeyde yetkinlik inancına sahip oldukları görülmüştür. Dominant tarzdaki grup üyelerinin daha etkili davranışlar gösterdiği de araştırma sonuçlarında yer almaktadır.

Hermann ve Betz (2004), ergenlerde yardım ilişkisi, sosyal yetkinlik inancı, kendini ifade etme, utangaçlık ve depresyon durumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulgularına göre kendini ifade etme ve sosyal yetkinlik inancı arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Sosyal yetkinlik inancı ile depresyon arasında doğrudan bir ilişki vardır. Araştırma bulgularında depresyon ve kendini ifade edebilme durumu arasındaki ilişkide sosyal yetkinlik inancının ara bir değişken olduğu ifade edilmiştir (Akt.: Çelikkaleli, 2010)

House (2002) ergen öğrencilerin akademik risk alma davranışlarının cinsiyet ve yetkinlik inancına olan etkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına



göre kız öğrencilerin matematik yetkinlik inançları ve sözel yetkinlik inançları akademik risk alma durum puanlarını desteklemektedir. Erkek öğrencilerde ise sadece matematik yetkinlik inancının akademik risk alma puanlarını desteklediği ifade edilmiştir. Bireyselleştirilen eğitim programlarının hem kız hem de erkek öğrencilerde akademik risk alma davranışını geliştirdiği tespit edilmiştir. Akademik risk alma davranışının gelişmesi duygusal yetkinlik inancını da yükselteceği belirtilmiştir. Akademik risk alma davranışının meslek seçimlerinde de etkin bir role sahip olduğu ve yetkinlik inançları tarafından desteklenmesi gerektiği araştırmacı tarafından ifade edilmektedir.

Yetkinlik inancı ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde, yetkinlik inancı yüksek olan bireylerin kendilerini mutlu ve huzurlu hissettikleri, bundan dolayı da iyi olma düzeylerini artıracak etkinliklere yöneldikleri anlaşılmıştır. Bireylerin çaba gösterecekleri alanlara yönelmelerinde yetkinlik inançları kadar önemli olabilen bir değişken de iyi oluş durumlarıdır.

#### 1.4. İyi Oluş Durumları

Mutluluk, ilk çağlardan bu yana felsefe tarihi başta olmak üzere düşünce tarihinde sıkça yer alan bir konudur. Sağlık bilimlerinin ve psikoloji bilimlerinin olumsuz durumlar, hastalıklar üzerinde yoğunlaşmaları mutluluk = hastalık olmaması anlayışını yerleştirmiştir. Psikolojik araştırmalar çoğunlukla psikopatolojik durumlar üzerine gerçekleştirilmiştir. Bireyin iyi oluşu hastalığa sahip olmama durumu ile eşanlamli iken artık bu görüşün yeterli olmadığı kanaati yaygınlaşmıştır. Rahatsızlığı olan bireyin iyi oluş durumuna ulaşması zor kabul edilebilen bir durum iken, artık rahatsızlığına rağmen yaşam doyumu, bireysel mutluluk ve etkili iletişim kuran bireylerinde iyi oluş durumunu hissettikleri görülmektedir.

20. yüzyılın ortalarından günümüze kadar uzanan zaman diliminde iyi oluş (wellness) ve hastalık (illness) tanımlamaları değişmiştir. Ruhsal rahatsızlıkların tanımlanmasında, teşhis merkezlikten çıkıp, kişi merkezli bir tanımlamaya geçilmiştir. Kişi merkezli tanımlamanın temelinde, pozitif psikolojik fonksiyonlar gösteren bireylerin ruhsal sağlık yönünden rahatsızlıklara sahip olmadığı görüşü bulunmaktadır. Bireyin rahatsızlığı olsa bile psikolojik olarak kendini pozitif ve hayat dolu görmesi iyi olma durumunun bir göstergesi olarak kabul edilmektedir. İyi olma durumu hem ruhsal rahatsızlıklar hem de fiziksel rahatsızlıklar için geçerli olabilen pozitif

psikoloji kaynaklı bir tanımlamadır. Pozitif psikoloji konuları sağlık hizmetleri reformları (health care reform) ve sağlık reform (health reform) çalışmalarında da etkili olan bir konudur. Sağlık hizmetleri reformları hastalıkların tedavi ve rehabilitasyon süreçlerine odaklanırken, sağlık reformları ise koruyucu ve geliştirici sağlıklı olma, iyi olma durumları üzerine yoğunlaşmaktadır. İyi olma durumlarının iyileştirici ve önleyici sağlık anlayışlarının kazandırılmasında etkin rolü bulunmaktadır (Manderscheid vd., 2010).

Pozitif psikoloji, kişinin yaşamını değerli, mutlu kılma yolunda yaşam doyumunu içeren bir umut ve iyimserlik hali olarak tanımlanır. Pozitif psikoloji kavramı ilk olarak 1998 yılında APA (American Psychological Association) başkanı Martin Seligman tarafından ortaya atılmıştır (Matsumoto, 2009:410).

Pozitif psikoloji başka bir kaynaktan; insan gelişimine ve en uygun düzeyde fonksiyon göstermeye, yaratıcılık, bilgelik, yeteneklilik, sorumluluk maneviyat ve genel iyi olma durumlarına vurgu yapan psikoloji alanı olarak tarif edilir. Pozitif psikoloji, psikopatolojik süreçlere odaklanmadığı için genel psikoloji alanlarından ayrılmaktadır. Pozitif psikoloji insancıl kuramlar, gelişim ve kendini gerçekleştirme vurgulayan Carl Rogers, Maslow yaklaşımları ile ilgilenmektedir (Collins ve O'Brien, 2003:275).

Psikologların ve terapistlerin çoğu, insanların neden ruhsal rahatsızlıklar yaşadığını anlamaya çalışırken Maslow, psikolojinin kişiliğin mutlu ve sağlıklı boyutuna nasıl katkıda bulunabileceğini düşünmüştür. "Freud bize psikolojinin hasta yarısını tanıttı biz de sağlıklı yarısıyla ilgilenmeliyiz" sözleriyle Maslow, Freud'un insan doğasına dönük karamsar ve kasvetli görüşlerinin yerine, iyimser ve neşeli bir tablo çizmeye çalışmıştır. Maslow'da bilinçaltı dürtülerin varlığını kabul etmiş ancak dikkatini kişiliğin bilinçli boyutlarına yoğunlaştırmıştır (Güleç, 2009:53).

Pozitif psikoloji çalışmaları; psikopatolojik süreçlerden uzak durması ve kendini diğer psikoloji alanlarından izole etmesi nedeniyle tartışılan bir çalışma alanı olmuştur (Matsumoto, 2009:410; Collins ve O'Brien, 2003:275). Çeşitli kişisel gelişim uygulamalarının bireysel özellikleri, gelişim özelliklerini, patolojik geçmişi değerlendirmeye almadan kısa süreli eğitimlerle ruhsal süreçlere değinmeleri uygun olmayan bir durumdur. Çok boyutlu bir yaklaşım ile dikkatle değinilmesi gereken ruhsal konulara yetersiz ve yanlış müdahaleler daha farklı kişisel, ruhsal sorunlara da neden olabilecektir.

İyi oluş kavramları üzerine ilk çalışmalar son çeyrek yüzyılda ortaya çıkmıştır. Bradburn (1969) “The Structure of Psychological Well-Being” adlı eserinde psikolojik iyi oluşa ait kuramsal bilgileri vererek psikolojik iyi oluşun ölçülebilmesi için bir ölçek çalışması gerçekleştirmiştir. Bradburn (1969:224) genel sağlık terimlerinin ruhsal sağlık terimleri ile karışık bir durum sergilediğini, ruhsal rahatsızlıklarında fiziksel rahatsızlıklar gibi tanımlandığını ifade ederek modern tanımların gerekliliğini vurgulamaktadır. Bu amaçla psikolojik iyi oluş durumunu yunanca bir kavram olan “eudaemonia” ile kavramsallaştırmıştır.

Pozitif psikoloji alanında iyi oluş durumuyla ilgili olarak iki temel görüş bulunmaktadır. Bunlar hedonic ve eudaimonic bakış açılarıdır. Hedonic bakış açısından iyi oluş, mutluluk ve doyum alma olarak tanımlanmıştır. Bu açıdan bakıldığında hedonic bakış açısı öznel iyi oluşa (subjective well being - SWB) karşılık gelmektedir. Eudaimonic bakış açısı ise iyi oluşu tam olarak fonksiyonlarını yerine getiren kendini gerçekleştiren bireyin durumu olarak psikolojik iyi oluşa (psychological well being - PWB) karşılık gelmektedir (Deci ve Ryan, 2008a:2). Öznel iyi oluş mutluluk, doyum ve yaşam problemlerinin olmaması olgularını içerirken, psikolojik iyi oluş, kişisel gelişim, meydan okuma, özerklik, çaba harcama olgularını içermektedir.

Öznel iyi oluş (ÖİÖ) ve psikolojik iyi oluş (PİÖ) birbirleriyle ilişkili de olsa her biri genel iyi oluş durumunun farklı yüzleri olarak görülmektedirler. Bu iki kavram psikolojik sağlığın ilişkili fakat ayrı yönleri olarak kabul edilmektedir. PİÖ ve ÖİÖ insan doğasının iki farklı yönden görünüşü olarak ta tarif edilmektedir. Öznel iyi oluş (hedonic yaklaşım) insan doğasının sosyal ve kültürel öğrenme ile şekillendirilebilen, yönlendirilen yapısı ile ilgilidir. Psikolojik iyi oluş ise, kişinin doğasına uygun gerekli içsel süreçlerle oluşturulan daha az sosyal ama daha fazla insan doğasından hareket eden olgulardan oluşmaktadır (Deci ve Ryan 2008a:3) İyi oluş durumlarına kişilik tipleri açısından bakıldığında ise, içe-dönük yapıda olan bireylerin psikolojik iyi oluş yönlerinin, dışa dönük yapıda olan bireylerin ise öznel iyi oluş durumlarının baskın çıkabileceği söylenebilir.

İyi oluşla ilgili olan bu iki temel kavramın ölçülmesine dayalı olarak ta birbirinden farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Ryff (2005), psikolojik iyi oluşu altı alt kavram ile teorize edip bu teorilerinden hareketle altı alt boyutlu ölçek geliştirmiştir. Buna karşılık olarak Waterman vd. (2006) tek boyutlu bir ölçek

ile öznel iyi oluşu ölçmeyi hedeflemişlerdir. Ryff (2005), psikolojik iyi oluşu global ve kişisel düzeyde farklı değişkenlerle değerlendirirken (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul) Waterman vd. (2006) psikolojik iyi oluşu belirgin aktivitelerle ilgili olarak dar bir yaklaşım içinde değerlendirmişlerdir (Akt: Deci ve Ryan 2008a).

Casas (2010:9) 1990'lı yıllarda çocukların iyi oluş durumlarına ait çalışmalar sonucunda, çocukların pozitif göstergeler ile özellikle öznel alan göstergeleri ile yaşam kalitesinin artırılabileceğini belirtmiştir. Çocukların gerekli olan iyi oluşa çocukluk dönemi içinde değil, ergenlik ve üstü dönemlerde erişebileceğini belirtmiştir. Ergenlik merkezli iyi oluş oryantasyon programlarının çocukluğun değerini yadsıdığı ifade edilmektedir. Özellikle psikolojik iyi oluşa kaynaklık eden kuramlara bakıldığında da ergenlik başlangıçlı ve gelişimsel süreç isteyen bir anlayışa sahip olduğu da görülmektedir. Öznel iyi oluş ise, haz ve mutluluk merkezli dışsal bir süreç izleyerek çocukluk dönemi iyi oluşa daha çok karşılık gelmektedir. Casas (2010) çocuklar için iyi oluş (well-being) kavramı yerine iyi olabilme kavramını da kullanmıştır (well-becoming). Ryff ve Keyes (1995) psikolojik iyi oluş ölçeğinin geçerlik çalışmalarında en alt yaş düzeyi olarak ergenliği almış ve orta yaş ve yaşlılık ile devam etmişlerdir. Jonsson'da (2010:5) Casas (2010) gibi çocukların iyi oluş durum farklılıklarını nesillerası eşitsizlik anlayışı çerçevesinde aktarmaya çalışmıştır.

Lawton (1983) dört farklı bölüm halinde "iyi yaşam" (the good life) tanımını yapmıştır. Bu tanım yaşlanma ile ilgili (gerontological = successful aging) genel bir yorumlamada bulunmaktadır (Akt: Lerner vd., 2003:611):

1. Algılanan Yaşam Kalitesi: Farklı yaşam alanlarına (aile, arkadaş, barınma vb) ait öznel doyumunu içermektedir.
2. Psikolojik İyi Oluş: Mutluluk, iyimserlik, arzulanan ve elde edilen amaçlar arasındaki uygunluk.
3. Davranışsal Yeterlilik: Sağlık, motor davranış ve bilişsel yön.
4. Amaçlanan Çevresel Şartlar: Gelir, yaşam koşulları.

İyi oluş durumları bireylerin yaşam doyum ve mutluluk merkezli olmalarına göre öznel iyi oluş, kendini gerçekleştiren fonksiyonel birey olmalarına göre de psikolojik iyi oluş olarak tanımlanmaktadır.

### 1.4.1.Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş duygusal ve bilişsel olmak üzere iki bileşenden oluşmaktadır. Duygusal ve bilişsel bileşenler, yaşam doyumuna ilişkin bilişsel yargıları ve olumlu – olumsuz duygulanım alanlarını kapsamaktadır. Yaşam doyumunu, kişinin kendi seçtiği ölçütlere göre yaşamının niteliği hakkındaki değerlendirmesidir. Duygusal boyut ise olumlu ve olumsuz yaşanan deneyimler olarak tanımlanmaktadır (Diener vd., 1999).

Pozitif psikolojinin diğer alanlarında olduğu öznel iyi oluş durumu psikopatolojik konularla ilgilenmez. Bunun yerine kişinin yaşamındaki olumlu durumlar üzerine odaklanılır.

Öznel iyi oluş üç temel öğeye sahiptir. Bireyin kendi deneyimlerinden hareket alması, öznel olması öznel iyi oluşun ilk temel öğesidir. İkinci öğesi pozitif psikoloji merkezli kavramlarda genel olarak yer alan olumlu ölçümler öğesidir. Öznel iyi oluş durumu bireyin öznel olumlu durumlarına odaklanır. Olumsuz yaşam tecrübeleri ile çalışma yapmaz. Öznel iyi oluşun üçüncü temel öğesi ise kişinin yaşamının bütün yönlerinin, geniş yaşam alanlarının iyi oluş kapsamında değerlendirilmesini içermektedir. Öznel iyi oluşun doyum ve yaşanım alanları iş, sosyal çevre, aile gibi yaşam alanlarını içermektedir (Diener, 1984:543)

Diener, vd.'ne (1999:277) göre öznel iyi oluşun temel öğeleri şunlardır.

**Tablo - 1:** Öznel İyi Oluşun Temel Öğeleri

Hoş Etkiler	Hoş Olmayan Etkiler	Yaşam Doyumu	Doyum Alanları
Neşe, keyif	Suçluluk ve Utanç	Yaşamını değiştirme arzusu	İş
Coşku	Üzüntü, keder	Yaşadığı anda doyum alma	Aile
Memnuniyet Gurur	Kaygı ve Öfke	Geçmişten doyum alma	Serbest Zaman
Şefkat, etkileme	Stres	Gelecekte doyum alma	Mali Durum
Mutluluk	Depresyon	Bizim için değerli olanların kişinin hayatına ait görüşleri.	Benlik
Coşkunluk	Kıskançlık		Ait olunan grup

**Kaynak:** Diener vd. (1999:277)

Diener vd.'nin (1999) yaptığı sınıflandırmaya göre bireyin öznel iyi oluşunun yüksek olması için kişinin yaşam kalitesine ait bilişsel kaynaklı düşüncelerinin olumlu yönde olması gerekmektedir. Bireyin hoş etkilere ait yaşantılarının hoş olmayan etkilere ait yaşantılardan daha fazla olması gerekmektedir. Bireyin geçmiş ve şu andaki yaşam alanlarından aldığı yaşam doyumlarının hoş ve hoş olmayan durumlara göre dağılımının ortalaması bireyin öznel iyi oluş durumunun yönü hakkında bilgi verebilmektedir.

#### 1.4.1.1. Öznel İyi Oluşla İlgili Kuramlar

##### a) Tabandan Tavana ve Tavandan Tabana Yaklaşımı (Bottom up – Bottom Down Approach)

Tabandan tavana yaklaşımında, mutluluğun, hoş olan ve hoş olmayan deneyim ve anıların birleşiminden doğduğu ileri sürülür. Birey devamlı olarak acı ve haz değerlendirmesi yaparak bu ağırlığa göre kendini mutlu ya da mutsuz hissetmektedir. Bireyin mutlu bir hayat anlayışının olması, mutlu bir ruh haline

sahip olması kendini mutlu eden anıların yoğunluğundan kaynaklanmaktadır. Alternatif yaklaşım olan tavandan tabana yaklaşımında ise iyi oluş, kişiliğin genel bir yönüdür. Bireyin karşılaştığı olaylara verdiği tepkiler bireyin duygularını oluşturmaktadır. Bu yaklaşımın iyi oluşun genel açıklanmasında az bir etkisi vardır. Bu kurama yönelik olarak, bireyin iyi oluşunun sadece dışsal acı – haz durumlarına göre veya kişiliğine göre değerlendirilemeyeceği yönünde eleştiri yapılmaktadır (Betton, 2004:5).

### **b)Dinamik Denge Kuramı ( Dynamic Equilibrium Model)**

Dinamik denge kuramı iyi oluşu ekonomi kavramlarından faydalanarak açıklamaya çalışmıştır. Kişi için iyi oluş durumunun istikrara sahip bir durum olduğu vurgulanır. Bu istikrar durumu için stokların (aile desteği, arkadaşlık ilişkileri, serbest zaman becerileri, işle ilgili beceriler, sağlık, ekonomik durum) ruhsal gelir akışları ve öznel iyi oluşun dengede olması gerektiği ifade edilmektedir (Betton, 2004:5; Tuzgöl-Dost 2004:35)

### **c)Amaç (Erek – Telic) Kuramı**

Amaç kuramına göre, ihtiyaçların karşılanması mutluluğa ve doyuma neden olurken bunun karşıtı durumlar ise mutsuzluk yaratmaktadır. Öğrenilmiş ihtiyaçlar bireyin amaçlarını oluşturmaktadır. Kişi doğuştan gelen ve sonradan öğrenilmiş ihtiyaçları karşılamaya çalışır. Bu ihtiyaçların doyumu ile birey mutlu olabilecektir. Bireylerin amaçları, amaçlarının yapıları bu amaçların öncelikleri ve hangilerinin karşılanıp karşılanmadığı kişilerin duygularını ve yaşam doyumunu bütün olarak etkilemektedir. Yaşam planı yaklaşımına göre, mutluluk iki ana faktöre bağlıdır: bunlardan ilki bireyin amaçlarının uyumlu entegrasyonu, ikincisi ise amaçların gerçekleştirilmesidir. Bireyin mutlu olabilmesi için yalnızca amaçlara sahip olması yeterli değildir; o amaç için kuvvetli bir inanç ve amaca uygun yeterli kaynaklara da sahip olmak mutlu olmada etkin rol oynamaktadır. Birey benimsediği yaşam amacının gerçekleşmesini ne kadar çok arzularsa, o amaç doğrultusunda o kadar çok emek harcayacak ve sonuçta amacın gerçekleşmesi ya da gerçekleşmemesine bağlı olarak da iyi oluş durumu olumlu veya olumsuz etkilenecektir. Amaç kuramında öznel iyi oluşu etkileyen 3 faktör bulunmaktadır. Birincisi, bireyler kısa dönemli mutluluk getiren amaçları isteyebilirler. İkincisi, bireylerin amaç ve istekleri çelişkili olabilir ve bundan dolayı bu amaç ve isteklerin tümünü yerine getirmek, tatmin etmek mümkün olmayabilir. Üçüncüsü, kişiler amaç ve

isteklere sahip olmadıkları için mutluluktan mahrum kalmış olabilirler ve son olarak kişiler, sınırlı koşullar nedeniyle amaçlarına ulaşmayı başaramayabilirler (Betton, 2004:5; Tuzgöl-Dost 2004:35; Gülaçtı, 2009:94-95).

Öznel iyi oluşun araştırmacılar tarafından aynı kavramlarla farklı kuramlar adı altında açıklandığı da görülmektedir. Araştırmacıların kavramlara bakış açılarının farklı olması ve genel kültürel, psikolojik örüntülerinden etkilenmeleri nedeni ile mutluluk, haz-acı, yaşam doyumu, işlevsellik gibi kavramlar merkez alınarak öznel iyi oluş açıklanmaya çalışılmıştır. Yukarıda belirtilen kuramlardan başka; etkinlik kuramı, haz ve acı kuramı, bütünleştirici kuram, ilişkilendirici (bağ) kuramı, yargı kuramı, çok yönlü uyumsuzluk kuramı, sosyal karşılaştırma kuramı, uyum kuramı, sosyal üretim işlev kuramı, nörolojik kuram gibi yaklaşımların öznel iyi oluşu farklı - aynı yönlerden açıkladığı görülmektedir (Betton, 2004; Tuzgöl-Dost 2004; Gülaçtı, 2009; Diener, 1984).

### 1.4.2. Psikolojik İyi Oluş

Psikolojik iyi olma kavramına ilk olarak Bradburn (1969) “The Structure of Psychological Well-Being” adlı eserinde yer vermiştir. Bradburn, başta yunanlı felsefecilerden Aristonun mutluluk arayışı olmak üzere genel mutluluk arayışını ve ruhsal sağlık konularında iyi olma durumunu, psikolojik iyi olma kavramı adı altında bütünleştirmeye çalışmıştır. Bu amaçla da yunanca mutluluk olarak çevrilen “eudaemonia” kavramını psikolojik durumu açıklama amaçlı olarak kullanmıştır. Bradburn’un (1969:224) bahsettiği psikolojik iyi oluş, mutluluk merkezli bir tanımlama ile güncel yaşamdaki öznel mutluluk durumlarını içermektedir. Bu açıdan bakıldığını Bradburn’un psikolojik iyi oluş açıklaması günümüzdeki öznel iyi oluş durumuna karşılık gelmektedir. Araştırma beş örneklem grubu üzerinde, eğitim durumu, iş kalıpları, şehirleşme ve politik kaygılar gibi bireyi etkileyen değişkenlerin psikolojik iyi oluş ve genel yaşam durumlarına olan etkisini incelemiştir. Mutluluk, pozitif ve negatif duygular arasındaki denge durumu olarak yorumlanmıştır. Yaşam doyumu ve mutluluğu ölçmek amacı ile (Affect Balance Scale - ABS) ölçek uygulanmıştır (Bradburn, 1969:67).

Ryff ve Singer (2008:14) Bradburn’un “The Structure of Psychological Well-Being” adlı eserinde Aristo’nun milattan sonra 350. yıllarda ortaya koyduğu “Nichomachean Ethics” adlı eserinden alınan “Eudaimonia”



kavramının yanlış kullanıldığını ifade etmektedirler. Bradburn gibi 19.yüzyıl araştırmacıları da aynı yanlışlığa düşmüşlerdir. Aristo Eudaimonia kavramını, insanın davranışlarıyla ulaşabileceği, başarabileceği en yüksek unsurlar, şeyler olarak tanımlamıştır. Fakat 19. yüzyıl araştırmacıları tarafından bu kavram mutluluk olarak çevrilmiştir.

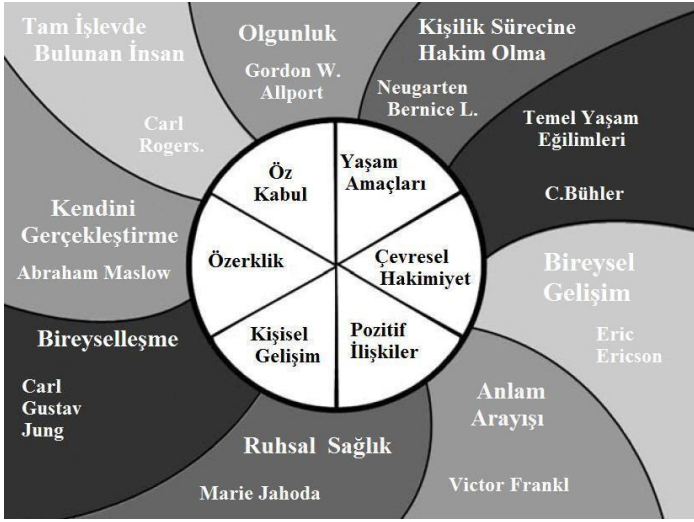
Günümüz psikoloji araştırmalarında Psikolojik iyi oluş kavramı Carol D.Ryff (1989) tarafından açıklanan yorumuyla kullanılmaktadır. Ryff (1989), yaşam doyumunu ve duygu temelli öznel iyi oluş kavramının olumlu işlev görme noktasını ihmal ettiğini savunarak psikolojik iyi oluş kavramını kuramsallaştırmıştır.

Ryff (1989), öznel iyi olma durumunun psikolojik iyi olma durumunu temel yapısını kapsayacak şekilde oluşturulmadığını ifade etmektedir. Psikolojik iyi oluş kuramı, öznel iyi oluşun temel kavramları olan olumlu etkiler, olumsuz etkiler ve yaşam doyumundan fazla olarak yaşam tutumlarını da içeren çok boyutlu bir yapıdır. Ryff, psikolojik iyi oluşa ait kuramsal yaklaşımların eksikliğini vurgulamıştır. Bunlardan hareketle kendi kuramını oluştururken kişilik ve gelişim kuramcılarının görüşlerini temel alarak altı boyutlu psikolojik iyi oluş modelini ortaya koymuştur. Psikolojik iyi oluş modelinde, Maslow'un kendini gerçekleştirme, Allport'un olgunlaşma, Rogers'ın tam fonksiyonel insan, Jung'ın bireyselleşme, fert olma, Erikson'un kişilik gelişimini, Buhler'in temel yaşam eğilimleri ve Neugarten'in kişiliğin değişimsel özelliklerini, Jahoda'nın ruhsal sağlık görüşleri ve Victor Frankl'ın insanın anlam arayışı (logoterapi) görüşlerinden faydalanılmıştır (Ryff, 1989:1069; Ryff ve Singer 2008:21).

Ryff (1989), kuramını oluştururken birçok gelişim ve kişilik kuramcısının çalışmasını incelemiştir. Bu incelemelerin neticesinde kişilik ve gelişim kuramcılarının pozitif psikolojik işlevsel öğelerin benzer özelliklerine değindiklerini ifade etmiştir. Ryff'in (1989) yaklaşımı bu noktada bahsedilen kişilik ve gelişim kuramcılarının pozitif psikoloji öğelerinin psikolojik iyi oluş kavramı altında bütünleştirilmesini sağlamıştır.

Ryff ve Singer (2008:20), psikolojik iyi oluşun temel boyutlarını ve bu boyutların kuramsal temellerini aşağıdaki verildiği gibi şekillendirmişlerdir.

**Şekil – 1:** Psikolojik İyi Oluşun Bileşenleri ve Kuramsal Temelleri



**Kaynak:** Ryff ve Singer (2008:20).

### 1.4.2.1 Psikolojik İyi Oluşun Bileşenleri

Ryff ve Singer (2008), psikolojik iyi oluş ölçeğinin kuramsal destekli boyutlarının geçerlik çalışmaları sonrasında, kişinin sahip olma durumuna göre alt boyutları aşağıdaki şekilde tanımlamışlardır. Yüksek puan ve düşük puan alan kişilerin genel özellikleri de aşağıda belirtilmiştir.

#### 1. Kendini Kabul (self-acceptance)

**Yüksek Puan:** Kendisi hakkında olumlu düşüncelere sahiptir. İyi ve kötü yönleri ile birlikte kendini tanıyıp kabul eder. Geçmiş hakkında olumlu düşüncelere sahiptir.

**Düşük Puan:** Kendi ile ilgili genel bir memnuniyetsizlik durumu hâkimdir. Geçmişte yaşanmış olaylar hakkında hayal kırıklığı hisseder. Kişisel yönleri ve özellikleri konusunda rahatsızlık duyar. Şu anda olduğu kişiden farklı bir kişi olabilme isteği içindedir.

Yunan felsefecilerinin bireye yönelik önemli bir vurgulaması olan “Kendini Bil” yöneltmesi, bireyin davranışlarını algılaması, motivasyon ve duygularını anlamaları yönünde bir uğraş içinde olmaları amacıyla yapılmıştır. Birey, çok boyutlu bir tanıma süreci sonunda kendine ait özsaygı anlayışına sahip olmaktadır. Bireyin kendini tanıma süreci sonunda kazandığı özsaygı

anlayışı Jahoda'nın ruhsal sağlık anlayışının merkezi ögesi, Maslow'un kendini gerçekleştirme yaklaşımının belirgin bir özelliği, Rogers'ın ideal fonksiyon gösteren insan kavramının ve Allport'un olgunlaşma anlayışının da önemli bir ögesi olarak değerlendirilmektedir. Yaşam süreçli kuramlar (Erikson, Neugarten) kişinin geçmiş yaşamı da dâhil olmak üzere kendini kabulün önemine vurgu yapmaktadırlar. Jung'ın bireyselleşme kuramı kişinin olumsuz, karanlık yanlarının da kişi tarafından kabul edilmesine daha çok vurgu yapmaktadır. Erikson'un benlik bütünlüğü formülasyonu ve Jung'ın bireyselleşme anlayışı kendine saygı boyutunun oldukça üstünde bir kendini kabul anlayışına sahiptir. Kendini kabul, uzun dönemli bir kendini değerlendirme, farkındalık gerektiren ve kişiliğin güçlü ve zayıf yönlerinin de kabulünü de içeren bir durumdur (Ryff ve Singer 2008:20-21).

## 2. Diğerleriyle Olumlu İlişkiler (positive relations with others)

**Yüksek Puan:** Diğer insanlarla samimi, doyum verici, güvenilir ilişkilere sahiptir. İnsanlarla bir arada iken kendini huzurlu ve rahat hisseder. Güçlü empati yeteneğine sahiptir. İnsan ilişkilerinde etkileyici ve ilgili tavırlara sahiptir. İnsan ilişkilerinin belirli bir denge (alma – verme) üzerine olduğunu bilir ve buna uygun davranır.

**Düşük Puan:** Diğer insanlarla olan ilişkilerinde uzak ve mesafeli tavırlar ortaya koyar. Genel olarak insanlara karşı zor ısınan bir yapısı vardır. Problemlerden dolayı kişilerle olan iletişimini aniden kesebilir, ilişkilerden hemen soğuyan bir yapıya sahiptir. İnsan ilişkilerinde iletişime kapalılık ve ilgisizlik gösterir. Kişilerarası ilişkilerde kendini izole eder ve engelleyici tavırlar ortaya koyar. Diğer insanlarla bağ, iletişim kurmayı gerektiren konularda istersiz davranır.

Kişilerarası bir alanda yer almak, kuramcılar tarafından pozitif, iyi bir yaşamın en temel özelliği olarak gösterilmektedir. Aristo etik adlı eserinde arkadaşlık ve sevgi konularına diğer konulara göre daha fazla yer vermiştir. Jahoda, sevme yeteneğinin ruhsal sağlığın merkezi bir özelliği olduğunu ifade etmiştir. Freud, sağlıklı insanı tanımlarken “sevebilen ve üreten insan” şeklinde ifade etmiştir. Maslow kendini gerçekleştiren insanı tarif ederken, güçlü empati duygularına sahip, insanlara karşı şefkatli, anlayışlı, büyük aşk ve derin, samimi arkadaşlık yaşayabilme kapasitesine sahip bir birey olarak tarif etmektedir. Allport'a göre insanlarla yakın ilişkiler kurabilmek bir olgunluk göstergesidir.

Erikson ergenin gelişim evreleri kuramında “yakınlık” (intimacy) durumunu diğer insanlarla samimi, içten ilişkiler kurma olarak bir gelişim dönem ihtiyacı olarak belirtmektedir. Erikson diğer kişilere rehberlik etmek, yönlendirebilme (generativity) durumunu da önemli bir gelişim görevi olarak görür. Sevme, empati ve etkililik iyi oluş merkezli bir yaşamın kritik öğeleridir ve diğer insanlarla olumlu etkileşimlerle ortaya çıkabilecek yaşantılar içermektedir. Diğer insanlarla kurulan ilişkilerin yönü ve niteliği gibi unsurlar, bireyin nasıl bir yaşamsal iyi oluşu hedeflediği yönünde de kapsamlı bilgi vermektedir (Ryff ve Singer 2008:21). Kültürel perspektiften bakıldığında da kültürler arası iyi oluş araştırmalarında diğerleriyle olumlu ilişkiler kurma boyutu kültürler göre anlamlı farklılıklar ortaya koyan önemli bir boyuttur.

### 3. Kişisel Gelişim (personal growth)

**Yüksek Puan:** Devamlı olarak kendini geliştirme, ilerletme hissine sahiptir. Kendini gelişen ve gelişmekte olan bir insan olarak görür. Yeni deneyimlere açıktır. Kendi hakkında, potansiyeli hakkında farkındalık sahibidir. Gelişim imkânları için zaman ve çaba harcar. Zamanın üstünde kalma isteği vardır. Kendi hakkındaki algısı ve etkililiği değişime açıktır ve farklı yollarla değişebilmektedir.

**Düşük Puan:** Kişisel durgunluk hissine sahiptir. Gelişme hissi ve zamanın üstünde kalma isteği zayıftır. Yaşamla ilgili sıkılmış ve ilgisiz tavırlara sahiptir. Yeni davranışlar ve tutumlar geliştirmeyi mümkün görmez.

İyi oluşun bütün yönlerini de kapsayacak şekilde geniş bir kapsama alanı olan kişisel gelişim, kendine en yakın anlamını Aristo'nun “Eudiamonia” kavramında bulmaktadır. “Eudiamonia” kavramı bireyselliğin kendini ispatı, göstermesi olarak yorumlanmaktadır. Bireyin dinamik bir potansiyelini geliştirme süreci içinde olması, bireyselliğini kazanma sürecinde öncül bir süreçtir. Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisi, genel olarak bireyin kişisel potansiyelini gerçekleştirmesini amaçlamaktadır. Jahoda'nın pozitif ruhsal sağlık algısı da, kendini geliştiren insan üzerinedir. Rogers tam olarak fonksiyonel olan insanın deneyimlere açık, devamlı bir gelişme ilerleme içinde ve karşılaştığı problemlere karşı mutlak surette bir çözüm arayışı içinde olduğunu belirtir. Yaşam süreçli kuramlar da (Buhler, Erikson, Neugarte, Jung) bireyin devamlı olarak bir gelişme içinde olması gerektiğini ve yaşamlarının

farklı dönemlerinde çeşitli meydan okumalarla karşılaşabileceğini vurgulamışlardır (Ryff ve Singer 2008:21).

#### **4. Yaşam Amacı (purpose in life)**

**Yüksek Puan:** Yaşam amacına sahiptir ve amaca yönelik davranışlar sergiler. Şu anın ve geçmişin anlamlı olduğunu düşünür. Yaşam amacına kaynaklık eden inançlarını sahiplenir, korur. Belirli yaşam hedeflerine ve isteklerine sahiptir.

**Düşük Puan:** Yaşamında anlam eksikliği vardır. Çok az düzeyde hedefi ve isteği vardır. Belirgin bir yön, hedef tayin edemez. Geçmiş yaşamında belirgin bir amaç göremez. Kendisine verilen yaşam hakkında genel bir görüşü ve yaşam amacı, inancı yoktur.

Psikolojik iyi oluşun yaşam amacı boyutu varoluşsal açıdan Victor Frankl'ın "Anlam Arayışı" kavramından esinlenmektedir. Frankl'ın logoterapi kuramı bireylerin yaşam süreçlerinde karşılaştıkları sıkıntılar ve sancılardan kendi yaşam anlamlarını ve amaçlarını bulmalarını hedeflemektedir. Sartre'ye göre bireyin yaşam anlamını oluşturması ve hayat yönünü belirlemesi, kişinin kendini aşması ve otorite anlayış düşüncelere karşı bir meydan okumadır. Jahoda, bireyin yaşam anlamına ve bir amaca sahip olmasını ruhsal sağlık açısından önemli bir gereklilik olarak görür. Yaşam amacına sahip olmayan bireylerin kişisel ve sosyal yönleri ile bir boşluk içinde oldukları ifade edilir. Allport olgunluğu tarif ederken, bireyin yaşam amacına ait açık bir anlayışının, niyetinin olması gerektiğini de vurgulamıştır. Sonuç olarak yaşam süreçleri gelişim teorileri, farklı gelişim dönemlerinde bireylerin yaşam amaçlarının değişebileceğini ifade etmişlerdir. Yaşam tecrübelerinin psikolojik iyi oluşu etkilemesi üzerine olan çalışmalarda, yaş dönemlerine göre bireylerin farklı psikolojik iyi oluş öğelerine öncelik verdiği görülmüştür (Ryff ve Heidrich, 1997). Orta yaş bireylerinin daha üretken tarzda hedefleri var iken, ileri yaşlarda duygusal bütünleşme ve kazanılanları koruma tarzında yaşam hedeflerinde değişiklik olabilmektedir (Ryff ve Singer 2008:22).

#### **5. Çevresel Hâkimiyet (enviromental mastery)**

**Yüksek Puan:** Çevresini yönetme konusunda yeteneklidir ve çevresine üstünlük kurabilir. Sosyal etkinliklerin karışık düzenlerini organize edebilir. Çevresindeki imkânları, fırsatları etkili bir şekilde kullanabilir. Kişisel ihtiyaçlarına ve değerlerine uygun ortamları seçebilir ve oluşturabilir.

**Düşük Puan:** Günlük işlerini yürütmede zorlanır, çevresindeki koşulları geliştirmenin ya da değiştirmenin mümkün olmadığını düşünür, çevresel fırsatların farkında değildir, dış dünyayı kontrol edebilme düşüncesi zayıftır.

Jahoda, ruhsal sağlığı yerinde olan kişinin kendisine uygun ortamı seçebileceği, oluşturabileceği yeteneğe sahip olduğunu belirtir. Yaşam süreci kuramlar özellikle orta yaş grubundaki bireylerin, karışık çevresel durumları kontrol edebilme ve bu durumları yönlendirebilme konusunda yetenekli olmaları gerektiğini vurgular. Allport'un olgun birey kriterleri içinde yer alan "extend the self" kavramı ile kişiyi çevreleyen ortamlarda kendini ifade etmesi, ortaya koyması ve kendi olmaya devam etmesi kastedilmektedir. Bireyin ortamlara aktif olarak katılması ve çevresel hâkimiyet kurması olumlu bir psikolojik fonksiyon göstergesidir. İyi oluş durumu çevresel hâkimiyet konusunda başka psikolojik yapılarla da ortaklık göstermektedir. Bunlar, kontrol odağı ve yetkinlik inancıdır. Bireyin ihtiyaçlarını bilerek yetkinlik inancına göre hareket etmesi çevresel hâkimiyet konusunda bir ön gereklilik olarak ortaya çıkmaktadır (Ryff ve Singer 2008:23).

## 6. Özerklik (autonomy)

**Yüksek Puan:** Birey, kendi kendine karar verebilir ve bağımsızdır. Düşüncelerine ve davranışlarına yönelik gelen sosyal baskılara karşı direnç gösterebilir. Düşüncelerine ve belirli tarzda davranması yönünde gelen sosyal baskıları uygun şekilde karşılayarak kendine uygun düzenlemeyi yapabilir. Davranışlarını kendi içinden geldiği şekilde ayarlar, kendini kişisel standartları ile değerlendirir.

**Düşük Puan:** Başkalarının beklentileri ve değerlendirmeleriyle ilgilenir. Önemli bir karar vermede başkalarının yargılarına güvenir. Belirli tarzda davranma ve düşünmeye yönelik sosyal baskılara uyum gösterir.

Psikolojik iyi oluş çok boyutlu yönüyle öz belirleme kuramı ile birlikte özerklik boyutunun önemini vurgulamaktadır. Kendini gerçekleştirme modelinde özerk davranış göstermek, sosyal kontrol sürecine karşı bir direnç

olarak tanımlanmaktadır. Rogers, tam fonksiyon gösteren bireyi tanımlarken, kişinin kendi içsel değerlendirme kriterlerine sahip olduğunu, başkalarının yönlendirme ve onaylamaları ile hareket etmediğini ve kendi kişisel standartları ile kendini değerlendirdiğini belirtmiştir. Jung, bireyselleşen kişinin ortak, gelenek – adetten uzak eğilimlere sahip olduğunu belirtmiştir. Bireyselleşen kişi kalabalıkların, halkın ortak fikirleri, korkuları ve kuralları ile uzun süre devam etmeyerek, kendi kural ve yargılarını oluşturacaktır. Erikson, Neugarten ve Jung gibi gelişim kuramcıları da bireyin kararlarında ileri yaşlara doğru bir içe dönüş yaşayarak, kendi içsel kararlarını ortaya koyabileceğini, günlük yaşamın normlarından bağımsızlığını kazanabileceğini ifade etmişlerdir (Ryff ve Singer 2008:23).

Ryff ve Singer (2008:19) kuramın oluşmasına kaynaklık eden gelişim ve kişilik kuramcılarının yanında John Stuart Mill ve Bertrand Russell’ın Aristo kaynaklı öznel iyi oluşa karşılık gelen mutluluk görüşlerinden de faydalanmışlardır.

#### **1.4.2.2. Psikolojik İyi Oluş ve Danışma – Terapi Etkileşimi**

Pozitif psikolojinin ulusal sağlık reformlarında yer alması, dünya çapında genel olarak emeklilik yaşının yükseltilmesi gibi nedenlerden dolayı iyi oluş durumları danışmanlar tarafından da bilinçli ve etkin şekilde ele alınması gereken bir alandır. Pozitif psikolojinin DSM axis V kapsamında da ele alınması danışmanların alan uzmanları olarak kişisel gelişim, yaşam amaçları gibi konulara yönelmelerini önemli kılmaktadır (Marini ve Stebnicki 2009:794). Yaşam kalitesinin (QL-Quality of Life) artırılmasına yönelik çalışmalardan orta yaş ve üstü psikolojik iyi oluş durumlarının daha fazla ele alınmasının önerilmesi başarılı bir yaşlanma modelinin “succesful aging” oluşturulmasını hedeflemektedir (Borgatta ve Montgomery 2000:2300). Psikolojik iyi oluş durumu MIDUS (Midlife in the USA) araştırmasında da (Radler ve Ryff 2010) belirtildiği gibi Amerikan halkı için genel bir iyi oluş anlayışının kazandırılması amacıyla üzerinde çok çalışma yapıp destek verilen bir olgudur. Christopher (1999:141) psikolojik ve öznel iyi oluşun kültürel ve tarihsel içeriğine bakarak Avrupa - Amerika kültürel temellerine dayandığını ifade etmektedir. Psikolojik iyi oluş durumu, ontolojik ve liberal bireyselliği vurgulayan, kendilik vurgulu, kurallara uyan, örnek (normative), iyi ve ideal insanı yansıtmaktadır. Ryff’in psikolojik iyi oluş kuramının alt boyutları batılı

bireysellik anlayışı ile tutarlı bir yapı ortaya koymaktadır. Flanagan ve Flanagan (2004:419) Christopher'a da (1999:149) vurgu yaparak danışmanlık yaklaşımlarında çok kültürlü ve batılı olmayan yaklaşımların kültürel ve psikolojik iyi oluş açısından önemini belirtmişlerdir. Bireylerin iyi oluş durumlarının anlaşılabilmesinin, ahlaki ve kültürel temellerinin bilincine ve farkına varılarak gerçekleştirilebileceği ifade edilmektedir. Danışmanların kültürel, ahlaki unsurları unutarak evrensel ve tarihsel psikolojik doğrular ışığında batılı toplum ve değerlerine göre hizmet vermeleri, batılı olmayan bireylere, etnik azınlıklara ve kadınlara yönelik zayıf ve hatalı bir psikolojik yardıma sebep olabilecektir (Christopher 1999:149).

Dwairy (2006) kültürel duyarlılık yaklaşımıyla “Araplar – Müslümanlar üzerine danışmanlık ve psikoterapi” adı altında bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışma psikoloji ve danışmanlığın çok kültürlü temelleri serisi altında çıkmıştır. Çalışma 3 genel bölüme ayrılmıştır. Birinci bölüm psikokültürel mirasların anlaşılması üzerine din, kültür ve amerikadaki arap Müslüman yaşamı üzerine genel bir bilgi vermektedir. İkinci bölümde ise kültürel değerlerle uygunluk gösteren yaklaşımların ( bireysellik, kolektif kişilik, değerlendirme, kültürel psikopatoloji) kültürel uyarlaması yapılmıştır. Üçüncü bölümde ise öncelikli olarak psikoterapotik yaklaşımın sınırlılıkları belirtilmiş ve daha sonra da kültürel duyarlı danışmanlık uygulaması tanıtılmıştır. Kültüre uyarlanmış aile terapisi ve metafor terapi hakkında da bilgi verilmiştir.

Psikolojik iyi oluşta manevi boyut eksikliğini vurgulayan Dierendonck (2005) ile psikolojik iyi oluş düzeyinin ateist gruplarda daha yüksek çıktığını belirten Ellison ve Fan (2008)'in çalışmaları da bu görüşleri destekler niteliktedir. Pozitif psikoloji kapsamında ortaya çıkan kişisel gelişim akımlarında da (NLP gibi) kültürel değerler, din, milliyetçilik gibi kavramlar ya kötü gösterilmekte yada yadsınmaktadır. Kitayama vd.'nin (2010) çalışması, Japon kültürü ve Amerika kültürü arasındaki psikolojik iyi oluş durumunda ortaya konan farklılık kültürel değerlere dayalı olmak ile bireysel olmak arasındaki farkı yansıtmaktadır. Japon ergenlerin bireyselliği ön plana almayıp, çoğulculuk, birlikteliği mutluluk ögesi olarak temel almaları psikolojik iyi oluşun kültürel, değersel eksiklik yönünü de destekler nitelikteki bir bulgudur. Psikolojik iyi oluş yaklaşımı alt boyutları ile sağlıklı bir insan modeli ortaya koymaktadır. Psikolojik iyi olma araştırmalarının artması ve bu yaklaşımın farklı değişkenlerle geçerlik çalışmalarının olumlu sonuçlar vermesi



neticesinde kuram ruhsal sağlık açısından daha da önemli hale gelmiştir. Psikolojik iyi oluş durumunun depresyon, kronik hastalıklar gibi bedensel, ruhsal rahatsızlıklara karşı etkin bir model olması sonucunda uygulamacılar tarafından iyi oluş terapisi yaklaşımını ortaya çıkarmışlardır (Fava ve Tomba 2009:1903). İyi oluş terapisi (well being therapy) esneklik yaklaşımı ile terapotik bir süreç içinde akılcı – bilişsel bir model ortaya koymaktadır. Ruhsal rahatsızlıkların gelişim dönemi kilitlenmelerinden ve kendi – çevresi hakkındaki yanlış algılardan kaynaklandığı düşünüldüğünde, psikolojik iyi oluş modelinin alt boyutlarının uygun görüş açısını kazandırmada etkili olabileceği düşünülmektedir. İyi oluş terapisi aynı zamanda pozitif ve negatif duygular arasındaki dengenin kurulmasında da önemli rol oynamaktadır.

İyi oluş durumunun haz merkezli ve psikolojik işlevsel merkezli ayrımı psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluş ayrımını oluşturmuştur. Danışmanlık sürecine gelen bireylerin problem alanlarına göre de iyi oluş ayrımı yapılmıştır. Bireyin yaşamdan aldığı hazzın azalması ve problem alanlarının belirginleşmesi, kendi geliştirmek istemesi sonucunda birey öznel iyi oluş bakış açısının eksikliğinden, zayıflığından dolayı danışmaya gelebilmektedir. Öznel iyi oluş konuları genel olarak ilişki problemleri ve haz eksikliği, artmış olumsuz duygular, düşünceler olarak ortaya çıkmaktadır. Birey problem çözme becerilerinde de belirgin bir eksiklik hissetmektedir. Psikolojik iyi oluş alanında yaşam amaçları, yaşam anlamı gibi varoluşsal konular, ile gelişme, ilerleme konularında danışma yapılabilmektedir. Öznel iyi oluş merkezli problemlerin genel olarak psikolojik iyi oluş merkezli, değer, varoluşsal konular içerdiğinden dolayı öznel iyi oluş olarak başlayan danışmanlık süreci psikolojik iyi oluş sürecine doğru geçiş yapabilmektedir. Davranış öncelikli olan öznel iyi oluş, kısa süreli problem azalımı isteyen süreçler için etkili olmaktadır. İyi oluş anlayışının gelişim merkezli olan yönü, gelişim gruplarında, beceri programlarında, kariyer gelişimi, liderlik gibi alanlarda da kullanılmaktadır (Lent, 2004:484).

### **1.4.2.3. Psikolojik İyi Oluş, Fizyolojik Etkileşim ve Hastalık**

Ruhsal ve duygusal sağlıklı olma durumu psikolojik iyi oluşun önemli bir ölçütüdür. Bireylerin ruhsal ve duygusal olarak yüksek seviyede fonksiyon göstermeleri sayesinde kronik stres rahatsızlıkları, duygusal bozukluklar gibi durumlar en aza inebilecektir. Günümüzde sağlık uzmanları ruh, beden, zihin

etkileşimli rahatsızlıkları kabul ederek, iyi oluş durumunu birçok alanda kullanmaya başlamışlardır (Power, 2008:265).

Psikolojik iyi oluş, genel olarak bütün kavramlarıyla birlikte, bireyin kendine ve yaşamına dair olumlu bir bakışa sahip olmasını, kendini sürekli bir gelişme, ilerleme içinde hissederek yaşamının anlamlı olduğuna inanmasını, yaşama amacı doğrultusunda hareket etmesini, bu süreç içinde diğer insanlarla olumlu ve faydalı ilişkiler kurmasını, kendine amaçlarına ve gelişimine uygun özerk kararlar alabilmesini içeren işlevsel bir kavramdır. Freud, iç salgı bezlerinin tarifinde “Ruhsal Salgılar” ifadesini kullanarak, fizyolojik sistemimizin psikolojimizi etkilediği ve ondan da etkilendiğini ifade etmiştir. Ryff ve Singer’in (2008) araştırmalarına göre bireyin yüksek seviyede psikolojik iyi oluşa sahip olmasında, nöroendokrin düzeninin (sinir sistemi ve iç salgı bezleri sistemi), kardiyovasküler sistemin (kalbe ve kan damarlarına ait sistem) ve bağışıklık fonksiyonlarının büyük önemi bulunmaktadır. Psikolojik iyi oluş psikolojik, sosyal ve fizyolojik olarak bireyi etkileyen ve birey merkezli etkileme yaratan çok boyutlu bir kavramdır (Deci ve Ryan 2008a:4).

Kişisel gelişime sahip ve yaşam amacı olan bireylerin iyi oluş durumları ile iyi kolesterol (HDL) oranına sahip olan bireyler arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Hay (2000:57) kolesterol rahatsızlığı olan bireylerin yaşamlarında da mutluluk kanallarının kapanmış olduğunu, bir hedef eksikliğine bağlı olarak kolesterol rahatsızlığının meydana geldiğini ifade etmektedir. Benzer şekilde çevresel hâkimiyet düzeyleri yüksek olan bireylerin REM uyku moduna geçme süreleri çok kısa sürmekte ve REM modunda daha fazla kalmaktadırlar. Beynin temizlenmesi, rahatlaması süreci olarak ta değerlendirilen REM uyku modunda birey daha fazla kalarak uykudan en fazla verimi alabilmektedir. Uzun süreli REM uyku modunda kalmak ile diğerleriyle pozitif ilişkiler kurma boyutu arasında da anlamlı ve pozitif yönde ilişkiler bulunmaktadır (Ryff ve Singer, 2008:31-32).

Matsumoto (2009:410) psikoimmünoloji (psychoimmunology) kavramını, psikolojik durumların bağışıklık sistemi ile olan etkileşimi olarak açıklamıştır. Rhinovirus adlı bir soğuk algınlığı çeşidinin yüksek ölçüde psikolojik durumlardan ve iyi olma durumundan etkilendiğini ifade etmiştir. Ryff ve Singer (2008:31) yaşlı kadınlarla yaptıkları bir çalışmada kişisel gelişim içinde ve yaşam amacına sahip olan kadınların, daha az yaşam hedefine

sahip olan benzer nitelikteki kadınlara göre daha iyi düzeyde nöroendokrin sistemine sahip olduklarını ifade etmişlerdir.

Hazler ve Mellin (2004:20), kız ergenlerin hemcinsleriyle olan arkadaşlık ilişkilerinin psikolojik iyi oluşu olumlu yönde etkilediğini ve stres, kaygı, depresyon arasında anlamlı ve olumsuz yönde bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Kız ergenlerin sosyal gelişimsel açıdan hemcinsleriyle kurduğu ilişkilerin erkek ergenlerle kurduğu iletişime göre daha çok psikolojik iyi oluş sağladığı ifade edilmektedir.

Yukarıda kendine temel olan gelişimsel ve kişilik kuramlarıyla açıklanan boyutları ile psikolojik iyi oluş, pozitif psikolojinin olumlu işlevde bulunan insanın niteliklerini ortaya koyan kuramların bir birleşimidir. Kişilik ve gelişim kuramcılarının çocuk ve ergenlik dönemini en temel dönem olarak görmeleri, psikolojik iyi oluş açısından da bu dönemleri önemli kılmaktadır.

#### **1.4.2.4. Psikososyal ve Sosyodemografik Değişkenler Açısından Psikolojik İyi Oluş**

Psikolojik iyi oluş durumunun demografik faktörlerle olan ilişkisinde, sağlık durumları ile ekonomik durumlar pozitif ve anlamlı olarak yüksek oranda ilişkili bulunmuştur. İyi oluş durumu ile yaş, eğitim durum değişkenleri arasında daha düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Yaş değişkeninin olumlu ilişkiler ve kişisel gelişim alt boyutları ile yüksek oranda ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Benzer şekilde medeni durum değişkeni de kendini kabul ve yaşam amacı boyutlarıyla ilişkili bir yapı sergilemektedir. Cinsiyet ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki incelendiğinde kadınların psikolojik iyi oluş düzeyleri erkeklere göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bu anlamlı farklılığın kişisel gelişim alt boyutundan kaynaklandığı görülmüştür. Erkeklerin pozitif kendini değerlendirme puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür (Ryff, 1989:1076).

Radler ve Ryff (2010), MIDUS (Midlife in the U.S) adlı ulusal araştırmada psikolojik iyi oluşu, sosyodemografik faktörler açısından incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre de beyazların, kadınların ve evli kişilerin diğer gruplara göre daha iyi ruhsal sağlık durumuna sahip oldukları görülmüştür. Evli olan kadınların erkeklere göre ve beyazların beyaz olmayanlara göre kendilerini daha fazla iyi oluş içinde hissettikleri ifade edilmiştir.

Ryff ve Keyes (1995), geliştirilen iyi oluş ölçme aracının psikolojik işlevselliğini farklı zamanlarda 3 temel boyut (mutluluk, yaşam doyumu ve depresyon) ile sınıamışlardır. Psikolojik iyi oluş alt ölçek boyutları ile mutluluk, yaşam doyumu, depresyon ölçeklerinden alınan puanlar arasındaki korelasyon incelenmiştir. Araştırma sonuçlarına göre; pozitif işlevsellik taşıyan ölçek boyutları ile mutluluk, yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı yönde ilişki bulunmuştur. Depresyon ile psikolojik iyi oluş alt ölçekleri arasında da negatif yönde ve anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Dierendonck (2005) Ryff'ın (1989) psikolojik iyi oluş ölçeğine manevi yaşamında eklenmesini önermektedirler. Dierendonck'a (2005) göre maneviyat olumlu tutumlar ve olumlu ilişkiler üreten içsel bir gerçekliktir ve olumlu ruh sağlığının belirleyicisi olmaktadır. Witmer ve Sweeney (1992) de iyilik hali modelini geliştirirken manevi yasama dikkat edilmesinin diğer tüm alanlardaki iyilik halinin kazanılmasının temel işareti olduğunu vurgulamaktadır (Akt.: Gülaçtı 2009:77).

Fava ve Tomba (2009) tarafından aktarılan iyi oluş terapisine, iyi oluş ile geçerliği saptanmış dini, maneviyat boyutunun (Ellison ve Fan, 2008) eklenmesi kurama katkıda bulunan gelişim ve kişilik kuramcılarının arasına Kohlberg, Piaget gibi ahlak kuramcılarını da ekleyebilecektir.

Saha ve Dworkin (2009:94) aile, toplum, sosyal çevre, okul merkezli sosyal kazanımların bireye etkin bir sosyal sermaye sağlayarak bireyin psikolojik iyi oluşunu ve akademik performansını artırdığını belirtmişlerdir.

Psikolojik iyi oluş çalışmaları kapsamında göçmenlik ve geçici misafirlik konuları da ele alınan konulardır. Ward vd. (2001:238) göçmenlerde psikolojik iyi oluşun yordayıcıları üzerine bir yol analizi, modeli (path model) adapte etmişlerdir. Modelde; bireyin eğitim durumunun yeterli olması ile iyi oluş yolunu; yabancı dil seviyesi, sosyal adaptasyon, kendine saygı, sosyal organizasyonlara üyelik ile psikolojik iyi oluş olarak tarif etmişlerdir. Eğitim seviyesi düşük olan bireyin ise, yerleşim süresi ve hemşehrileri gibi destek bireylerine ulaşımının, destek görmesinin psikolojik iyi oluşu yordayan diğer bir yol olduğu görülmektedir. Hasanoğlu (2009:156); ön hazırlıksız ve desteksiz olarak yapılan göçlerin, ruhsal yaşama görünenden daha fazla olumsuz etkide bulunduğunu ifade ederek aile modellerini ve destek unsurlarını vurgulamıştır. Uygun şartlar altında yapılan göçlerin kişisel gelişim ve ilerleme için daha fazla fırsat sunacağı da belirtilmiştir.

Lerner vd. (2003:489) ergenin psikolojik iyi oluş durumunda, arkadaşlık ilişkilerinin aile bireyleriyle olan ilişkilere göre daha önemli olduğu belirtmişlerdir. Aynı şekilde ailesi olmayan ergenlerle zayıf iletişimin olduğu ailelerde olan ergenlerin genel iyi oluş düzeyleri diğer ergenlere göre daha düşük olmaktadır. Cichetti ve Cohen (2006:431), çocukluk çağındaki bireylerin ailedeki, sosyal çevredeki ve gruplarındaki ergenlerin psikolojik iyi oluş durumlarını ve stresle mücadele tarzlarını gözlemleyerek kendi tarzlarını oluşturmaya çalıştıklarını ifade etmiştir. Okul ortamlarında kendilerini ifade etme, kendi tarzlarını ortaya koyma imkânlarının şartlarının olmaması bireyleri sosyal etkilenmeye daha fazla açacaktır. Bunun sonucunda da psikolojik iyi oluş ve stresle mücadele tarzlarını model gözleme yolu ile alabileceklerdir. Kişilik gelişiminin sağlanması, kendi benlik algısını oluşması, yeterlilik algısı gibi faktörlerle bireyin kendi kişiliğini kazanması ile kendine has psikolojik iyi oluş durumunu kazanabilecektir.

Labouvie-Vief vd. (1989) yaşam doyumu ve ego gelişimi ilişkisini incelemişlerdir. Bireylerin farklı ego gelişim dönemlerinde olmalarının iyi oluş düzeylerini ve yaşam doyumunu etkilediği ifade edilmiştir. Benzer sosyodemografik faktörlere rağmen ego gelişim durumlarının farklı olması bireylerin iyi oluş durumlarını da etkilemektedir (Akt.: Cichetti, Cohen 2006:782)

#### **1.4.2.5. Psikolojik İyi Oluşla İlgili Yapılan Araştırmalar**

Psikolojik iyi oluş araştırmalarının genel olarak mutluluk, sağlık, yaşam kalitesi, iyimserlik, evlilik, din, ekonomik ve uyum (ırksal - kültürel) konularında yapıldığı ve kişilik, gelişimle ilgili kavramlarla birlikte ele alındığı görülmektedir. Özellikle iyi oluş düzeyinde mutluluk ve mutsuzluk veren durumlara ait kavramların araştırmacılar tarafından birbirlerinin yerine de kullanılabildiği görülmüştür.

#### **Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

Gürel (2009) bütünsel ve ayrıntısal düşünme stillerinin lisans öğrencilerinin psikolojik iyi olma haline etkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre, bütünsel düşünme puanları düşük olanların, psikolojik iyi olma hali sonuçlarının ayrıntısal düşünme anketinde düşük ve yüksek puan almalarına göre anlamlı farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Psikolojik iyi olma hali yüksek olan bireylerin düşünme stillerinden birini tercih ettikleri ve

bu stilde de yüksek seviyede oldukları görülmüştür. Buna karşın, istatistiksel analizler bütünsel düşünme anketinde yüksek puan alanlar ile düşük puan alanların psikolojik iyi olma puanları arasında anlamlı bir farklılık ortaya koymamıştır. Benzer şekilde ayrıntısal düşünme anketinde yüksek puan alanlar ile düşük puan alanların psikolojik iyi olma puanları arasında da anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Cinsiyet ile ilgili sonuçlar incelendiğinde kadınların erkeklerden daha yüksek psikolojik iyi olma durumu bildirirken erkeklerin kadınlardan daha yüksek bütünsel düşünme seviyesi bildirdikleri gözlenmiştir.

Kapıkıran ve Kapıkıran (2009) sosyal bağlılığın psikolojik iyi olmayı oluşturan değişkenler bakımından yordanmasını incelemiştir. Araştırma 350 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre sosyal bağlılık ile psikolojik iyi olmanın alt boyutları arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca sosyal bağlılığı yordayan psikolojik iyi olma değişkenlerini belirlemek üzere gerçekleştirilen aşamalı regresyon analizi sonucunda, sırasıyla kendini kabul, bireysel gelişim ve diğerleriyle olumlu ilişkilerin yordayıcı değişkenler olduğu bulunmuştur

Gülaçtı (2009) sosyal beceri eğitimine yönelik programın üniversite öğrencilerinin, sosyal beceri, öznel ve psikolojik iyi olma düzeylerine etkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre deney grubundaki öğrencilerin sosyal beceri, psikolojik iyi oluş durumları kontrol grubu öğrencilerine göre artma göstermiştir. Eğitime katılan öğrencilerin psikolojik iyi oluş alt boyutlarından özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, kendini kabul düzeyleri, programa katılmayan öğrencilerin psikolojik iyi oluş alt boyut düzeylerine göre anlamlı bulunmuş ancak diğerleriyle olumlu ilişkiler ve yaşam amacı düzeyleri bakımından anlamlı olmadığı görülmüştür.

Bilgenoğlu (2009) beyaz yakalı çalışanların sosyal problem çözme becerilerinin, iş-aile-özel hayat çatışması ve psikolojik iyi olma durumu üzerine olan etkisini incelemiştir. Araştırma bulgularına göre sosyal problem çözme becerisinin, iş-aile-özel hayat çatışmasını azaltan ve psikolojik iyi oluş durumu üzerinde düzenleyici bir etkiye sahip olduğu görülmüştür.

Timur (2008) boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörler üzerine bir çalışma gerçekleştirmiştir. Araştırma 10 ilden 224 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda yaş, cinsiyet, medeni durum, eş desteği ve evlilik uyumu değişkenlerinden yalnızca medeni durum değişkeninin psikolojik iyi oluşun

anlamli bir yordayıcısı ve evli ve boşanma sürecindeki bireyler arasında eş desteği bakımından anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çeçen ve Cenkseven (2007) üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak psikolojik iyi olmayı incelemişlerdir. Araştırma bulgularına göre üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile psikolojik iyi olma boyutlarının anlamlı ilişki gösterdiği bulunmuştur. Regresyon analizi sonucunda toplam varyansın %49'unu yordadığı görülmüştür. Psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından olan diğerleriyle olumlu ilişkilerin üniversite öğrencilerinin yalnızlığını en fazla yordayan boyut olduğu görülmüştür.

Tanhan (2007) ölüm kaygısıyla baş etme eğitiminin ölüm kaygısı ve psikolojik iyi olma düzeyine etkisini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre ölüm kaygısıyla baş etme eğitime katılan kişilerin psikolojik iyi olma düzeylerinin deney öncesinden sonrasına anlamlı bir farklılık göstermediği, yani farklı işlem gruplarında olma ile farklı zamanlardaki ölçümü gösteren faktörlerin, deneklerin psikolojik iyi olma düzeyleri üzerindeki ortak etkisinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Ölüm kaygısıyla baş etme eğitimini almak, deneklerin ölüm kaygısı puanlarının düşmesinde etkili olurken; psikolojik iyi olma puanları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkide bulunmamıştır.

Kuzucu (2006) duyguları fark etmeye ve ifade etmeye yönelik bir psikoeğitim programının üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık düzeylerine, duyguları ifade etme eğilimlerine, psikolojik ve öznel iyi oluşlarına etkisini inceleyen bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma 34 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören, yapılan değerlendirmeler sonucu duygusal farkındalık düzeyi, duyguları ifade eğilimi, psikolojik iyi oluşu ve öznel iyi oluşu ortalamanın altında olan öğrencilerin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Üniversitenin ikinci ve üçüncü sınıflarında eğitim gören toplam 34 öğrencinin, 11 tanesi deney, 11 tanesi plasebo, 12 tanesi kontrol grubuna tesadüfî yöntemle atanmıştır. Uygulanan deneysel işlemin sonunda elde edilen bulgular “Çifte Çok Değişkenli Varyans Analizi” yöntemiyle incelenmiş ve dört bağımlı değişkenin bileşkesi bakımından deney, plasebo ve kontrol grupları arasında ölçümler boyunca istatistiksel olarak deney grubu lehine bir gelişme gözlenmiştir. Bağımlı değişkenlerin ayrı ayrı incelenmesi sonucunda gruplar arasında sadece duygusal farkındalık puanlarında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Doğan (2004) üniversite öğrencilere yönelik olarak iyilik halini bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma farklı üniversitelere devam eden 936 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre; erkek öğrenciler iyilik hali, serbest zaman alt boyutunda kız öğrencilere göre anlamlı yönde yüksek puan almışlardır. Kız öğrenciler ise iyilik hali ölçeğinin arkadaşlık ve sevgi alt ölçeklerinden erkeklere göre anlamlı yüksek puan almışlardır. Kız ve erkek öğrencilerin kendini yönetme ve maneviyat alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Cenkseven (2004) üniversite öğrencilerinin öznel ve psikolojik iyi olma durumlarını bazı değişkenler açısından incelemiştir. Araştırma 500 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre; üniversite öğrencilerinin sosyo-ekonomik düzeylerine göre “yaşam doyumu” ve “öznel iyi olma”, “diğerleriyle olumlu ilişkiler”, “özerklik”, “çevresel hâkimiyet” “kendini kabul” ve “psikolojik iyi olma” puanlarının yüksek sosyo-ekonomik düzey lehinde farklılaştığı görülmüştür. Cinsiyete göre de öznel ve psikolojik iyi olmanın bazı boyutlarında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir. Bulgulara göre yüksek öğrenilmiş güçlülük ve iç kontrol odağı düzeyine sahip kişilerin daha fazla öznel ve psikolojik iyi olma ifade ettiklerini göstermektedir. Ayrıca, cinsiyet ve öğrenilmiş güçlülük etkileşiminin öznel ve psikolojik iyi olmanın bazı boyutları üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Öğrenilmiş güçlülük, dışadönüklük, nevrozizm, flört ve arkadaşlarla ilişkiden algılanan hoşnutluk durumu, dış kontrol odağı inancı, cinsiyet, ebeveynle ilişkilerinden ve boş zaman etkinliklerinden algılanan hoşnutluk değişkenleri psikolojik iyi olmanın anlamlı yordayıcıları olarak ortaya çıkmıştır. Algılanan sağlık durumu, sosyo-ekonomik durum ve akademik başarıdan algılanan hoşnutluğun psikolojik iyi olmanın anlamlı yordayıcıları olmadığı görülmüştür.

### **Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Kitayama vd. (2010) bağımsızlık (kişisel kontrol, üstünlük) bağımlılık (sosyal uyum) ve iyi oluş durumlarını kültürlerarası bir yaklaşımla Amerikalılar ve Japonlar üzerinde incelemişlerdir. Araştırmaya 482 ergen Japon katılmıştır. Amerika verileri ise MIDUS (Midlife Development in the US) ulusal araştırmasından elde edilmiştir. Araştırma bulgularına göre Amerikalı katılımcıların bağımsızlık puanları Japon katılımcılardan yüksek bulunmuştur.



Japonlar ise sosyal uyum yönünden Amerikalı ergenlerden daha yüksek puan ortalamalarına sahip olmuşlardır. Amerikalı ve Japon ergenlere göre iyi oluşun önemli yordayıcıları; Amerikalılar için kişisel kontrol olarak çıkarken, Japonlar iyi oluşu sosyal uyum ile bütünleştirmişlerdir. Doğu asya kültüründe sosyal uyum gibi, sosyal ilişkilerin iyi oluşun önemli bir göstergesi olduğu belirtilmiştir.

Harris (2010) psik. danışmanlık yüksek lisans öğrencilerinin psikolojik iyi oluş ve algılanan iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma 97 master öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Psikolojik iyi oluş durumları “Psikolojik iyi oluş ölçeği” ile, algılanan iyi oluş düzeyleri de “Algılanan İyilik Durumu Ölçeği” ile ölçülmüştür. Çoklu regresyon analizi sonunda öğrencilerin psikolojik iyi oluş durumları ile algılanan iyi oluş düzeyleri arasında pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunmuştur.

Godin (2010) enneagramın psikolojik iyi oluşa ve ergenlerin şartsız kendini kabul etme durumlarına olan etkisini incelemiştir. Enneagram, belirli kriterler çerçevesinde, insan karakterlerini kategorize eden bir sistemdir. Araştırma üniversite öğrencileri üzerinde koşulsuz kendini kabul ölçeği ve psikolojik iyi oluş ölçeği kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre enneagram kişilik sisteminin psikolojik iyi oluş üzerinde pozitif yönde ve anlamlı bir etkisi bulunmamaktadır.

Ellison ve Fan (2008) Amerikan ergenlerin günlük dini pratikleri ve psikolojik iyi oluşu incelemiştir. Araştırma verileri 1998 ve 2004 tarihli ulusal genel sosyal araştırmalarından ve günlük dini aktiviteler ölçeği sonuçlarından elde edilmiştir. Araştırma bulgularına göre günlük dini aktiviteler ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Teist ve ateist gruplar arasında yapılan çalışmada anlamlı farklılıklar çoğunluklu olarak ateist grup ve psikolojik iyi oluş arasında çıkmıştır.

Ryff ve Heidrich (1997) kişisel deneyimler ile iyi olma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Yaşam tecrübelerinin şimdi ve geçmiş iyi olmayı nasıl etkilediği sorusuna cevap aranmıştır. Araştırma 308 yetişkin üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre yaşam tecrübelerinin şimdiki ve gelecekteki iyi olma durumunun anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür. Genç yetişkinlerde yaşam tecrübeleri psikolojik iyi oluşu daha etkin yordamaktadır. Orta yaş yetişkinlerinde ise psikolojik iyi oluşu arkadaş ve aile alanı daha etkin yordamaktadır. Yaşlı yetişkinlerde ise psikolojik iyi oluşu

yordayan en iyi alanın iş ve eğitim deneyimi olduğu anlaşılmıştır. Yoğun stres içeren olayların sadece genç yetişkinlerde bireysel gelişim açısından pozitif bir etkiye sahip olduğu da araştırma bulgularında belirtilmektedir.

Segrin ve Taylor (2007) olumlu kişilerarası ilişkiler, sosyal beceriler ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma genç, orta yaşlı, yaşlı 703 kişi üzerinde uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre sosyal beceriler, diğerleriyle olumlu ilişkiler ve psikolojik iyi oluşun yaşam memnuniyeti, çevresel idare, kendinden etkililik umut, mutluluk ve yaşamın kalitesini tamamlar şekilde sonuçlar elde edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre sosyal becerilerin, psikolojik iyi oluşun bütün boyutlarıyla pozitif ve anlamlı ilişkiye sahip olduğu görülmüştür (Akt.:Gülaçtı, 2009)

Cooper vd. (1995), sosyal etkileşim ve kişisel kontrol ile psikolojik iyi oluş ilişkisini inceleyen bir araştırma gerçekleştirmiştir. Araştırma 118 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre dışadönük kişilerin psikolojik uyumlarının içedönük tarzda olan kişilerden daha yüksek olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin sosyal onay ihtiyacı, cinsiyetleri ve psikolojik iyi olma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Arkadaş ve aile ile yapılan sosyal etkinliklerden alınan doyumun da psikolojik iyi olma için bir ön gereklilik olduğu tespit edilmiştir.

Mills ve Grasmick (1992), aile doyumunun ve ekonomik zorlukların evli bireylerin psikolojik iyi oluşlarına etkisini incelemiştir. Araştırma 330 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma bulgularına göre aile doyumunun psikolojik iyi oluşla anlamlı ve pozitif yönde ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Aile doyumunu ile ekonomik zorlukların ilişkisi ise doğrudan ve negatif tarzda bulunmuştur. Aile doyumunun psikolojik iyi oluşa etkisi her iki cinsiyet açısından anlamlı bulunmuş etkinin kadınlarda daha fazla olduğu vurgulanmıştır. Ekonomik sıkıntıların erkeklerde ve çalışan kadınlarda psikolojik iyi oluşu azalttığı da tespit edilmiştir.

## 2.YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları ile toplanan verilerin değerlendirilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemler üzerinde durulmuştur.

### 2.1.Araştırma Modeli

Bu araştırma survey modelinde olup araştırmanın bağımsız ve bağımlı değişkenleri arasında ilişkisel tarama yapılmıştır. Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenlere göre farklılaşma durumunu ortaya koymak ve ergenlerin psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inancı ve psikolojik iyi oluş alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek, ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının yetkinlik inançlarını ve psikolojik iyi oluş durumlarını ne düzeyde açıkladığını ortaya koymak amacı ile veriler toplanmıştır.

### 2.2. Araştırma Grubu

Bu araştırma 2009-2010 eğitim öğretim döneminde Kayseri il merkezinde bulunan M.E.B'e (Milli Eğitim Bakanlığı) bağlı farklı türdeki orta öğretim kurumlarına devam eden 13-19 yaş aralığındaki ergenler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu okullar Arif Molu Anadolu Teknik Lisesi, Nuh Mehmet Küçükçalık Anadolu Lisesi ve Fevzi Çakmak Lisesidir. Araştırma grubunu, çalışma grubunu oluşturan okulların 9. 10. 11. ve 12. sınıf ergenleri arasından tesadüfi olarak seçilmiştir. Araştırma grubuna giren ergenlerin cinsiyet, okul türü, sınıf değişkeni ve anne – baba eğitim durumlarına göre dağılımları aşağıda verilmiştir.

**Tablo - 2:** Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Cinsiyetlerine Göre Dağılımları

Cinsiyet	n	%
Kız	510	42,3
Erkek	696	57,7
Toplam	1206	100,0

Araştırma grubuna alınan ergenlerin cinsiyet değişkenine göre dağılımları incelendiğinde ergenlerin 510'unun kız (% 42,3), 696'sının erkek (%57,7) olduğu Tablo 2'de görülmektedir. Araştırma grubuna alınan ergenlerin okul türlerine göre dağılımları Tablo 3'de verilmiştir.

**Tablo - 3:** Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Okul Türlerine Göre Dağılımları

Okul Türü	n	%
Meslek Lisesi	496	41.1
Genel Lise	393	32.6
Anadolu Lisesi	317	26.3
Toplam	1206	100.0

Ergenlerin okul türlerine göre dağılımları incelendiğinde, ergenlerin 496'sının (% 41,1) meslek lisesi öğrencisi, 393'ünün (%32,6) genel lise öğrencisi ve 317'sinin de (%26,3) Anadolu lisesi öğrencisi olduğu Tablo 3'de görülmektedir. Araştırma grubuna alınan ergenlerin sınıf seviyelerine göre dağılımları Tablo 4'de verilmiştir.

**Tablo - 4:** Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Sınıf Seviyelerine Göre Dağılımları

Sınıf	n	%
9. Sınıf	342	28.4
10. Sınıf	317	26.3
11. Sınıf	256	21.2
12. Sınıf	291	24.1
Toplam	1206	100.0

Ergenlerin sınıf seviyelerine göre dağılımlarına bakıldığında, ergenlerin 342'sinin (%28.4) 9. Sınıf öğrencisi, 317'sinin (%26,3) 10. Sınıf öğrencisi, 256'sının (%21,2) 11. Sınıf öğrencisi olduğu görülmektedir. Ergenler içinde 12. sınıfa devam eden öğrencilerin sayısı da 291 (%24,1) olarak tespit edilmiştir. Araştırma grubuna alınan ergenlerin baba eğitim düzeylerine göre dağılımları Tablo 5'de verilmiştir.

**Tablo - 5:** Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları

Sınıf	n	%
İlkokul	365	30.3
Ortaokul	192	15.9
Lise	323	26.8
Üniversite	326	27.0
Toplam	1206	100.0

Ergenlerin baba eğitim düzeylerine göre dağılımlarına bakıldığında, 365'inin (30.3) ilkokul, 192'sinin (15.9) ortaokul, 323'ünün (26.8) lise, 326'sının (27.0) üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Araştırma grubuna alınan ergenlerin anne eğitim düzeylerine göre dağılımları Tablo 6'da verilmiştir.

**Tablo - 6:** Araştırma Grubuna Alınan Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre Dağılımları

Sınıf	n	%
Okur – Yazar Değil	34	2.8
İlkokul	572	47.4
Ortaokul	201	16.7
Lise	251	20.8
Üniversite	148	12.3
Toplam	1206	100.0

Ergenlerin anne eğitim düzeylerine göre dağılımlarına bakıldığında, 34'ünün (2.8) okur-yazar olmadığı, 572'sinin (47.4) ilkokul, 201'inin (16.7) ortaokul, 251'inin (20.8) lise, 148'inin de (12.3) üniversite mezunu olduğu görülmektedir.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarını belirlemek için “Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Değerlendirme Ölçeği”, yetkinlik inanç düzeylerini belirlemek için “Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği”, psikolojik iyi oluş

düzeylerini belirlemek için de, “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği” ergenlere ait kişisel ve eğitsel verileri toplamak amacıyla da araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır.

### **2.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmaya katılan ergenlerin cinsiyet, sınıf, anne-baba eğitim durumu özellikleri hakkında bilgi toplamak amacıyla kapalı uçlu sorulardan oluşturulmuştur.

### **2.3.2. Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Değerlendirme Ölçeği (YPİDÖ)**

Ergenlerin başarı, ilişki, özerklik, ve başatlıkla ilgili psikolojik ihtiyaçlarını belirleyebilmek amacıyla Heckert vd. (2000) tarafından geliştirilen ve Kesici (2008) tarafından Türkçe’ye uyarlaması yapılan, “Yeni İhtiyaç Değerlendirme Ölçeği” (YPİDÖ) kullanılmıştır. Ölçek dört alt boyuttan oluşmaktadır.. Başarı alt boyutu 5, ilişki alt boyutu 5, özerklik alt boyutu 5 ve başatlık alt boyutu ise 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin puanlama, her bir madde için bir ile beş arasında değişmektedir. Ölçeklerin her bir alt boyutundan alınabilecek en yüksek puan 25, en düşük alınabilecek puan ise 5’dir. Ölçek 5’li Likert tipi derecelendirmeyle düzenlenmiş ve araştırmaya katılan öğrencilerden her maddeyi okuyup; cümlede belirtilen ifadeye “Hiç Katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Kararsızım”, “Katılıyorum”, “Tamamen Katılıyorum” seçeneklerinden en uygun olanı işaretlemesi istenmektedir. YPİDÖ’nün özgün formu ile Türkçe formu arasındaki eşdeğerliğinin saptanabilmesi için önce İngilizce daha sonra da Türkçe ölçek, Selçuk üniversitesi eğitim fakültesi yabancı diller bölümü İngilizce öğretmenliği anabilim dalında öğrenim gören 60 kişilik öğrenci grubuna iki hafta arayla uygulanmıştır. Uygulama verilerinin her bir madde için Pearson Korelasyon katsayısına bakılmıştır. YPİDÖ’nün İngilizce formu ile YPİDÖ’nün Türkçe formlarından elde edilen puanlar arasında pozitif ve anlamlı bir korelasyon( $r=.84, p<.01$ ) olduğu görülmüş ve ölçek eşdeğer kabul edilmiştir. Uyarlanan ölçeğin adı “New Needs Assessment Questionnaire” dir. Ölçek öğrencilerin başarı, ilişki, özerklik ve başatlık alanlarındaki psikolojik ihtiyaçlarını ölçtüğü için, ölçeğin adı “Yeni İhtiyaç Değerlendirme Ölçeği” yerine “Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Değerlendirme Ölçeği” olarak değiştirilmiştir.

YPİDÖ'yü oluşturan ölçek maddeleri (8, 14, 18. maddeler hariç) düz cümle yapısındadır. Ölçekte yer alan maddeler öğrencilerin psikolojik ihtiyaçları ile ilgilidir. Örnek olarak “insanlarla konuşmak için çok zaman harcarım” maddesi ile “grup liderliğinde aktif rol almaya çabalarım.” maddesi verilebilir. Başarı alt boyutu beş, ilişki alt boyutu beş, özerklik alt boyutu beş ve başatlık alt boyutu ise beş maddeden oluşmaktadır. Öğrencilerin her boyutla ilgili psikolojik ihtiyaç puanları toplanarak, o psikolojik ihtiyaçla ilgili toplam puanlar elde edilmektedir. Kesici (2008) ölçeğin alt boyutlarını şöyle tanımlamıştır:

- 1. Başarı:** Başarı ihtiyacı, bireyin önceki performansını daha ileriye taşımak için üstün olma ve teşebbüste bulunma arzusu olarak tanımlanmaktadır. Başarı alt boyutu; 1, 5, 9, 13, 17 numaralı maddelerden oluşmaktadır.
- 2. İlişki:** İlişki ihtiyacı, sosyal olarak etkileşimde bulunma arzusu ve diğerleri tarafından kabul edilme olarak tanımlanmaktadır. İlişki alt boyutu; 2, 6, 10, 14, 18 numaralı maddelerden oluşmaktadır. 14. ve 18. Maddeler ters puanlanmaktadır. Diğer maddeler düz cümle şeklindedir.
- 3. Özerklik:** Diğerlerinden ziyade kendisi için bir şeyler yapmayı arzu etme olarak tanımlamışlardır. Özerklik alt boyutu; 3, 7, 11, 15, 19 numaralı maddelerden oluşmaktadır.
- 4. Başatlık:** Başatlık ihtiyacı, bazen güçlü olma ve diğerleri üzerinde etkin olma arzusu şeklinde tanımlanmıştır. Başatlık alt boyutu; 4, 8, 12, 16, 20 numaralı maddelerden oluşmaktadır. 8. madde ters puanlanmaktadır. Diğer maddeler düz cümle şeklindedir.

### 2.3.3. Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (EYBÖ)

Ergenlerin yetkinlik beklenti düzeylerini belirleyebilmek için Muris (2001) tarafından geliştirilen ve Çelikkaleli vd.(2006) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan “Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği” (EYBÖ) kullanılmıştır. EYBÖ 23 maddeden oluşan 5'li Likert tipi bir ölçek olup 1 “Hiçbir zaman”, 2 “Çok nadiren”, 3 “Bazen”, 4 “Sık sık” ve 5 “Her zaman” şeklinde cevaplanılmaktadır. Toplam ölçekten alınabilecek puanlar en düşük 23 ile en yüksek 115 arasında değişmektedir. Ölçeğin geçerlik çalışmaları doğrultusunda yapılan faktör analizi çalışmasında ölçeğin orijinalinde olduğu

gibi üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu görülmüştür. Bu faktörler; Akademik Yetkinlik Beklentisi (AYB), Sosyal Yetkinlik Beklentisi (SYB) ve Duygusal Yetkinlik Beklentisi (DYB)'dir. Bu alt faktörler bağımsız birer ölçek olarak ele alındıklarında AYB maddeleri akademik yetkinlik inancı varyansının % 56'sını; SYB maddeleri sosyal yetkinlik inancı varyansının % 59'unu ve DYB maddeleri ise duygusal yetkinlik inancı varyansın % 57'sini açıkladıkları görülmüştür. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları doğrultusunda ise iç tutarlık ve test tekrar test (puan değişmezliği) güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. EYBÖ iç tutarlık katsayısı .78'dir. AYB, DYB ve SYB alt ölçeklerinin iç tutarlık katsayıları sırasıyla .64, .69 ve .71'dir. Çelikkaleli (2010) ölçeğin alt boyutlarını şöyle tanımlamıştır:

- 1. Akademik Yetkinlik Beklentisi:** Bireylerin önceden planlanmış eğitim hedeflerine ulaşabilmeleri için gerekli olan eylemleri organize edebilme ve bu eylemleri gerçekleştirebilme kapasiteleri hakkındaki yargılar olarak tanımlanmaktadır. Akademik yetkinlik beklentisi alt boyutu 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19 ve 22. maddelerden oluşmakta ve düz puanlanmaktadır.
- 2. Sosyal Yetkinlik Beklentisi:** Sosyal atılganlık, genel ilişkilerde başarılı performanslar sergileme, bir grup ya da faaliyete katılma, dostane tavır gösterme ve insanlardan yardım alıp verme becerileri gösterebilme şeklinde tanımlanmaktadır. Sosyal yetkinlik beklentisi alt boyutu 2, 6, 8, 11, 14, 17, 18 ve 20. maddelerden oluşmakta ve düz puanlanmaktadır.
- 3. Duygusal Yetkinlik Beklentisi:** Kişilerin duygularını içinde bulunulan duruma uygun bir biçimde düzenleyebilme yeteneği hakkındaki yargılar olarak tanımlanmaktadır. Duygusal yetkinlik beklentisi alt boyutu 3, 5, 9, 12, 15, 21 ve 23. maddelerden oluşmakta ve düz puanlanmaktadır.

### 2.3.4. Psikolojik İyi Olma Ölçeği (PİOÖ)

Ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerini belirlemek amacıyla Ryff (1989) tarafından geliştirilen ve Akın (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan olan "Psikolojik İyi Olma Ölçeği" (PİOÖ) kullanılmıştır. 6 alt boyutu olan ölçek likert tipi 6 derecelmeli bir ölçektir. PİOÖ'nün Türkçe ve orijinal form puanları arasındaki korelasyonların;



özerklik alt ölçeği için .94, çevresel hâkimiyet için .97, bireysel gelişim için .97, diğerleriyle olumlu ilişkiler için .96, yaşam amaçları için .96 ve öz-kabul için .95 olduğu görülmüştür. Açımlayıcı faktör analizinde toplam varyansın %68'inin açıklandığı ve tüm maddelerin orijinal forma uygun olarak kendi boyutlarında yer aldığı görülmüştür. Ancak 4 maddenin faktör yükleri .30'dan düşük olduğu için puanlamalara dahil edilmemiştir. Maddelerin faktör yükleri .30 ile .94 arasında sıralanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde ise, ölçeğin orijinal formda olduğu gibi 6 boyutta uyum verdiği görülmüştür. Uyum indeksi değerleri RMSEA=.072, NFI=.97, CFI=.98, IFI=.98, RFI=.97, GFI=.93 ve SRMR=.062 olarak bulunmuştur. Ölçüt bağıntılı geçerlik çalışmasında Öz-duyarlık Ölçeği toplam puanı ile özerklik ( $r=.47$ ), çevresel hâkimiyet ( $r=.39$ ), bireysel gelişim ( $r=.49$ ), diğerleriyle olumlu ilişkiler ( $r=.51$ ), yaşam amaçları ( $r=.36$ ) ve öz-kabul ( $r=.55$ ) boyutları arasında pozitif ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca PİÖÖ alt ölçekleri ile depresyon anksiyete stres arasında negatif ilişkiler olduğu görülmüştür. PİÖÖ'nün iç tutarlılık güvenilirlik katsayılarının özerklik alt ölçeği için .91, çevresel hâkimiyet için .94, bireysel gelişim için .90, diğerleriyle olumlu ilişkiler için .89, yaşam amaçları için .96 ve öz-kabul için .87 olduğu görülmüştür. Ölçeğin alt boyutları ile dört hafta arayla yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının .78 ile .97 arasında değiştiği, madde toplam korelasyonlarının ise .32 ile .90 arasında sıralandığı görülmüştür. Keyes, Shmotkin ve Ryff (2002); ölçeğin alt boyutlarını şu şekilde tanımlamışlardır:

- 1. Öz Kabul:** Kişinin kendini olumlu algılaması, sınırlılıklarının farkında olduğunda bile kendinden memnun olması ve geçmişiyle ilgili olumlu duygular hissetmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Öz Kabul alt boyutundaki 6, 12, 30, 36, 48, 72, ve 78. maddeler düz puanlanmaktadır. Bu boyuttaki 18, 24, 42, 54, 60, 66, ve 84. maddeler ise ters puanlanmaktadır.
- 2. Diğerleriyle Olumlu İlişkiler:** Kişinin diğerleriyle sıcak ilişkiler geliştirmesi ve bunu sürdürmesi, güçlü bir şekilde empati ve yakınlık kurabilmesi ve diğerlerinin mutluluğuyla ilgilenmesi olarak tanımlanmaktadır. Diğerleriyle Olumlu İlişkiler alt boyutundaki 1, 19, 25, 37, 49, 67, 79. maddeler düz

puanlanmaktadır. Bu boyuttaki 7, 13, 31, 43, 55, 61, 73. maddeler ise ters puanlanmaktadır.

- 3. Çevresel Hâkimiyet:** Kişinin kişisel ihtiyaç ve isteklerini karşılayabilecek şekilde çevreyi şekillendirmesi ve çevredeki fırsatları iyi değerlendirmesi olarak tanımlanmıştır. Çevresel Hâkimiyet alt boyutundaki 3, 21, 33, 39, 51, 57, 69, 81. maddeler düz puanlanmaktadır. 9, 15, 27, 45, 63, 75. maddeler ise ters puanlanmaktadır.
- 4. Özerklik:** Kişinin geniş sosyal çevrede bireyselliğini elde etmek için kişisel özerklik araması, sosyal baskıya rağmen düşünce ve davranışlarını kişisel standartlarına göre düzenlemesi olarak tanımlanmıştır. Özerklik alt boyutundaki 8, 14, 26, 38, 50, 68, 80. maddeler düz puanlanmaktadır. Bu boyuttaki 2, 20, 32, 44, 56, 62, ve 74. maddeler ise ters puanlanmaktadır.
- 5. Yaşam Amaçları:** Kişinin yaşam amacının ve yaşamının anlamlı olması şeklinde ifade edilmiştir. Yaşam Amaçları alt boyutundaki 5, 23, 47, 53, 59, 71, ve 77. maddeler düz puanlanmaktadır. Bu boyuttaki 11, 17, 29, 35, 41, 65, ve 83. maddeler ise ters puanlanmaktadır.
- 6. Bireysel Gelişim:** Kişinin kapasitesinin farkında olmasını, yeteneklerini geliştirme çabasını, yaşantılara açık olmasını yansıtmaktadır. Bireysel Gelişim alt boyutundaki 10, 16, 28, 40, 46, 52, 64, 70. maddeler düz puanlanmaktadır. Bu boyuttaki 4, 22, 34, 58, 76, ve 82. maddeler ise ters puanlanmaktadır.

## 2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

### 2.4.1. Verilerin Toplanması

Verileri toplamak amacıyla öncelikli olarak ilgili makamlardan gerekli izin alınarak okullar ziyaret edilmiş ve eğitim-öğretimi aksatmayacak şekilde bir zaman planlaması yapılmıştır. Kararlaştırılan gün ve saatlerde Kişisel Bilgi Formu, Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Değerlendirme Ölçeği, Ergenler İçin Yetkinlik Beklentisi Ölçeği ve Psikolojik İyi Olma Ölçeği birlikte uygulanmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçekler bizzat araştırmacı tarafından uygulanmış, veri toplama işi başlamadan önce ergenlere, ölçeklerle ilgili

yönerge okunmuştur. Uygulama yaklaşık olarak 40 dakika sürmüştür. Uygulama sonunda ölçekler sınıflara ve okul türlerine göre toplanmış ve sıraya göre tasnif edilmiştir.

### **2.4.2.Verilerin Analizi**

İlk aşamada ölçekler ayrı ayrı değerlendirilmiş, ölçeklere eksik ve yanlış cevap veren 44 ergenin bilgi toplama araçları, araştırma kapsamından çıkarılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi; bağımsız değişkenlerin, bağımlı değişkenler üzerindeki etkilerini ortaya koyabilecek bir yapı içinde ele alınmıştır.

Bu araştırmanın bağımsız değişkenleri; cinsiyet, lise türü, sınıf seviyeleri, ve anne-baba eğitim düzeyleri olarak belirlenmiştir. Bağımlı değişkenler ise psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeyleridir. Psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inancı ve psikolojik iyi oluş puan ortalamalarının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inancı ve psikolojik iyi oluş puan ortalamalarının sınıf seviyesi, anne-baba eğitim düzeyi ve okul türü açısından farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmış, farklılaşmanın kaynağını belirlemek için tukey testi uygulanmıştır. Psikolojik ihtiyaçların, yetkinlik inançlarını ve psikolojik iyi oluş durumlarını ne düzeyde açıkladığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır

### 3.BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Öncelikle ergenlerin, psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeyleri puan ortalamalarının cinsiyet, okul türü, sınıf seviyesi, anne - baba eğitim, durumları açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Daha sonra ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Son olarak ta ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının, yetkinlik inançlarını ve psikolojik iyi oluşlarını açıklama gücü incelenmiştir.

#### 3.1.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Özlük Niteliklerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular:

Bu alt problem, ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin özlük niteliklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin 15 alt problem şeklinde ele alınmıştır.

##### 3.1.1.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Yapılan analize ilişkin bulgular Tablo 7’de verilmiştir.

**Tablo - 7:** Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin t Testi Sonuçları

	Cinsiyet		$\bar{X}$	Ss	t	p
<b>Başarı</b>	Kız	10	20.13	3.11	1.401	.162
	Erkek	96	19.88	3.05		
<b>İlişki</b>	Kız	10	15.55	2.74	.534	.593
	Erkek	96	15.47	2.81		
<b>Özerklik</b>	Kız	10	18.48	3.17	2.498*	.013
	Erkek	96	18.94	3.14		
<b>Başatlık</b>	Kız	10	18.49	3.45	2.284*	.023
	Erkek	96	18.95	3.50		

\* p< .05

Tablo 7 incelendiğinde, başarı ihtiyacı boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 20.13, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 19.88 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=1.401$ ,  $p>0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir.

İlişki ihtiyacı boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 15.55, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 15.47 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=.534$ ,  $p>0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir.

Özerklik ihtiyacı boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 18.48, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 18.94 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=2.498$ ,  $p<0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, ergenlik dönemindeki erkeklerin özerklik ihtiyaçlarının aynı yaşam dönemindeki kızlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu ifade etmektedir.

Başatlık ihtiyacı boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 18.49, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 18.95 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=2.284$ ,  $p<0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, erkek ergenlerin başatlık ihtiyaçlarının kız ergenlerin başatlık ihtiyaçlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermektedir.

### **3.1.2.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular**

Ergenlerin yetkinlik inançlarının cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Yapılan analize ilişkin bulgular Tablo 8'de verilmiştir.

**Tablo - 8:** Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	Ss	t	p
<b>Akademik</b>	K <sub>1</sub>	10	27.82	4.75	2.255*	.024
	z					
	Er	96	27.15	5.24		
	kek					
<b>Sosyal</b>	K <sub>1</sub>	10	30.27	4.99	.671	.502
	z					
	Er	96	30.07	5.15		
	kek					
<b>Duygusal</b>	K <sub>1</sub>	10	22.28	4.97	3.286*	.001
	z					
	Er	96	23.23	4.98		
	kek					

\*  $p < .05$

Tablo 8 incelendiğinde akademik yetkinlik boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 27.82, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 27.15 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=2.255$ ,  $p<0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, ergenlik dönemindeki kızların akademik yetkinlik beklentilerinin aynı yaşam dönemindeki erkeklere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermektedir.

Sosyal yetkinlik boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 30.27, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 30.07 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=.671$ ,  $p>0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir.

Duygusal yetkinlik boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 22.28, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 23.23 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=3.286$ ,  $p<0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, erkek

ergenlerin duygusal yetkinlik beklenti düzeylerinin kız ergenlerin duygusal yetkinlik beklentilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermektedir.

### 3.1.3.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi kullanılmıştır. Yapılan analize ilişkin bulgular Tablo 9’da verilmiştir.

**Tablo - 9:** Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına İlişkin t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	Ss	t	p
<b>Özerklik</b>	Kız	510	46.26	6.46	1.52	.119
	Erkek	696	45.68	6.35		
<b>Çevresel Hâkimiyet</b>	Kız	510	46.19	6.04	.212	.832
	Erkek	696	46.27	6.49		
<b>Bireysel Gelişim</b>	Kız	510	47.59	6.35	.761	.447
	Erkek	696	47.31	6.60		
<b>Diğerleriyle Olumlu İlişkiler</b>	Kız	510	45.39	5.44	.272	.786
	Erkek	696	45.31	5.76		
<b>Yaşam Amaçları</b>	Kız	510	56.78	9.82	2.956*	.003
	Erkek	696	55.23	8.38		
<b>Öz kabul</b>	Kız	510	53.42	9.79	2.116*	.035
	Erkek	696	52.30	8.49		

\*  $p < .05$

Tablo 9 incelendiğinde Özerklik iyi oluş boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 46.26, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 45.68 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=1.562$ ,  $p>0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir.

Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 46.19, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 46.27 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla

hesaplanan t değeri ( $t=.212$ ,  $p>0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir.

Bireysel gelişim iyi oluş boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 47.59, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 47.31 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=.761$ ,  $p>0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 45.39, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 45.31 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=.272$ ,  $p>0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını göstermektedir.

Yaşam amaçları alt boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 56.78, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 55.23 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=2.956$ ,  $p<0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, kız ergenlerin yaşam amacı iyi oluş düzeylerinin erkek ergenlerin yaşam amacı iyi oluş düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermektedir.

Öz kabul iyi oluş boyutunda kız ergenlerin puan ortalamasının 53.42, erkek ergenlerin puan ortalamasının ise 52.30 olduğu görülmektedir. İki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan t değeri ( $t=2.116$ ,  $p<0.05$ ) iki grubun puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, kız ergenlerin öz kabul iyi oluş düzeylerinin erkek ergenlerin öz kabul iyi oluş düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermektedir.

### **3.1.4.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Okul Türüne Göre Farklılaşma Durumuna Betimsel Bulgular**

Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeylerinin devam ettikleri okul türüne göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin  $n$ ,  $\bar{X}$  ve  $S_s$  değerleri Tablo 10'da, varyans analizi sonuçları ise Tablo 11'de verilmiştir.



**Tablo - 10:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin  $n$ ,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Okul Türü	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Başarı</b>	Meslek Lisesi	469	20.27	2.98
	Genel Lise	393	20.11	3.07
	Anadolu Lisesi	317	19.38	3.16
<b>İlişki</b>	Meslek Lisesi	496	15.48	2.82
	Genel Lise	393	15.30	2.66
	Anadolu Lisesi	317	15.79	2.84
<b>Özerklik</b>	Meslek Lisesi	496	19.11	3.19
	Genel Lise	393	18.49	3.28
	Anadolu Lisesi	317	18.50	2.87
<b>Başatlık</b>	Meslek Lisesi	496	19.14	3.38
	Genel Lise	393	18.68	3.46
	Anadolu Lisesi	317	18.24	3.62

Tablo 10 da, başarı ihtiyacı alt boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 20.27 ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 20.11 puan ortalaması ile genel liseye devam eden ergenler izlerken 19.38 puan ortalaması ile en düşük ortalamanın Anadolu lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

İlişki ihtiyacı boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde ise en yüksek ortalamanın 15.79 ile Anadolu lisesine devam eden ergenlere ait olduğu, onları 15.48 ortalama ile meslek lisesine devam eden ergenlerin izlediği görülmektedir. İlgili boyutta en düşük ortalamanın ise 15.30 ortalama ile genel liselere devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Özerklik ihtiyacı alt boyutunda, en yüksek puan ortalamasının 19.11 ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu, onları sırasıyla 18.50 puan ortalaması ile Anadolu lisesi ve 18.49 puan ortalaması ile genel liseye devam eden ergenlerin izlediği görülmektedir.

Başatlık ihtiyacı boyutu puan ortalamalarına bakıldığında ise en yüksek puan ortalamasının 19.14 ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 18.68 puan ortalaması ile Anadolu lisesine devam eden ergenler izlerken 18.24 puan ortalaması ile en düşük ortalamanın genel liseye devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin YPİDÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 11’ de verilmiştir.

**Tablo - 11:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Başarı</b>	Gruplar arası	163.575	2	81.788		
	Grup içi	11283.125	1203	9.379	8.720*	.000
	Toplam	11446.701	1205			
<b>İlişki</b>	Gruplar arası	42.408	2	21.204		
	Grup içi	9263.062	1203	7.700	2.754	.064
	Toplam	9305.470	1205			
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	110.202	2	55.101		
	Grup içi	11923.171	1203	9.911	5.559*	.004
	Toplam	12033.373	1205			
<b>Başatlık</b>	Gruplar arası	158.267	2	79.133		
	Grup içi	14522.573	1203	12.072	6.555*	.001
	Toplam	14680.840	1205			

\*  $p < .05$

İlişki ihtiyacı boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F=2.754$ ,  $p>.05$ ) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Başarı ihtiyacı ( $F=8,720$ ,  $p<.05$ ), Özerklik ( $F=8,720$ ,  $p<.05$ ) ve Başatlık ihtiyacı ( $F=6.555$ ,  $p<.05$ ) boyutlarında grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade ettiği görülmektedir. Başarı, özerklik ve başatlık ihtiyaçları boyutlarında ortaya çıkan farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 12’de verilmiştir.

**Tablo - 12:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) okul	(J) okul	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	p
<b>Başarı</b>	Meslek Lisesi	Genel Lise	.16276	.711
		Anadolu Lisesi	.89363*	.000
	Genel Lise	Anadolu Lisesi	.73087*	.005
<b>Özerklik</b>	Meslek Lisesi	Genel Lise	.61672*	.011
		Anadolu Lisesi	.61133*	.019
	Genel Lise	Anadolu Lisesi	-.61672*	.011
<b>Başatlık</b>	Meslek Lisesi	Genel Lise	.45463	.129
		Anadolu Lisesi	.89621*	.001
	Genel Lise	Anadolu Lisesi	-.45463	.129

\*.P<.05

Tablo 12'deki bulgular incelendiğinde başarı ihtiyacı boyutunda meslek lisesi ve genel liseye devam eden ergenlerle Anadolu lisesine devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Diğer taraftan meslek lisesine devam eden ergenler ile genel liseye devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki fark anlamlı bulunmamıştır. Bu bulguya göre Anadolu lisesine devam eden ergenlerin başarı ihtiyacı düzeylerinin meslek lisesi ve genel liseye devam eden ergenlerin başarı ihtiyacından anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır.

Özerklik ihtiyacı boyutundaki farklılaşmayı ortaya koymak amacıyla yapılan ikili karşılaştırmalar incelendiğinde meslek lisesine devam eden ergenlerin puan ortalamalarının genel lise ve Anadolu liselerine devam eden ergenlerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Genel lise ve Anadolu lisesi arasındaki ikili karşılaştırmaya bakıldığında da .05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Bu bulgulara göre özerklik ihtiyacı boyutunda ortaya çıkan farkın kaynağının meslek lisesine devam eden ergenlerden kaynaklandığı anlaşılmaktadır. Meslek lisesine devam eden ergenlerin özerklik ihtiyaç düzeylerinin genel lise ve Anadolu liselerine devam eden ergenlerin özerklik ihtiyaçlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu, bununla birlikte genel liseye devam eden ergenlerin özerklik ihtiyaçlarının Anadolu liselerine devam eden ergenlerin özerklik ihtiyaçlarından anlamlı düzeyde düşük olduğu görülmektedir.

Başatlık ihtiyacı boyutunda meslek lisesine devam eden ergenlerle Anadolu lisesine devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre Anadolu lisesine devam eden ergenlerin başatlık ihtiyacı düzeylerinin meslek lisesine devam eden ergenlerin başarı ihtiyacından anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır. Diğer bir ifade ile meslek lisesine devam eden ergenlerin başatlık ihtiyacı düzeyleri Anadolu liselerine devam eden ergenlerden anlamlı düzeyde yüksektir.

### 3.1.5.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Okul Türüne Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin yetkinlik inançlarının devam ettikleri okul türüne göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin n,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 13’ de, varyans analizi sonuçları ise Tablo 14’de verilmiştir.

**Tablo 13:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin n,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Okul Türü	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Akademik</b>	Meslek Lisesi	496	27.46	5.06
	Genel Lise	393	27.33	4.97
	Anadolu Lisesi	317	27.52	5.11
<b>Sosyal</b>	Meslek Lisesi	496	30.25	4.99
	Genel Lise	393	30.03	5.27
	Anadolu Lisesi	317	30.16	5.00
<b>Duygusal</b>	Meslek Lisesi	496	23.25	5.13
	Genel Lise	393	22.23	5.23
	Anadolu Lisesi	317	22.91	4.38

Tablo 13’de akademik yetkinlik boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 27.52 ile Anadolu lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 27.46 puan ortalaması ile Meslek lisesine devam eden ergenler izlerken 27.33 puan ortalaması ile en düşük ortalamanın Genel liseye devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Sosyal yetkinlik boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde ise en yüksek ortalamanın 30.25 ile Meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu, onları 30.16 ortalama ile Anadolu lisesine devam eden ergenlerin izlediği görülmektedir. İlgili boyutta en düşük puan ortalamasının ise 30.03 ortalama ile Genel liselere devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Duygusal yetkinlik boyutunda en yüksek puan ortalamasının 23.25 ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu, onları sırasıyla 22.91 puan ortalaması ile Anadolu lisesi ve 22.23 puan ortalaması ile de genel liseye devam eden ergenlerin izlediği görülmektedir.

Ergenlerin EYBÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 14’de verilmiştir.

**Tablo - 14:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın Kaynağı		KT	df	KO	F	p
<b>Akademik</b>	Gruplar arası	6.602	2	3.301		
	Grup içi	30664.480	1203	25.490	.129	.879
	Toplam	30671.081	1205			
<b>Sosyal</b>	Gruplar arası	10.862	2	5.431		
	Grup içi	31142.608	1203	25.887	.210	.811
	Toplam	31153.470	1205			
<b>Duygusal</b>	Gruplar arası	232.236	2	116.118		
	Grup içi	29847.234	1203	24.811	4.680*	.009
	Toplam	30079.470	1205			

\*  $p < .05$

Akademik yetkinlik boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F = .129, p > .05$ ), sosyal yetkinlik boyutunda ise hesaplanan F değeri ( $F = .210, p > .05$ ), grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Duygusal yetkinlik boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F = 4.680, p < .05$ ) .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ortaya koyduğu görülmektedir. Duygusal yetkinlik boyutunda ortaya çıkan farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 15’de verilmiştir.

**Tablo - 15:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken (I) okul	(J) okul	Ortalamalar Arası Fark(I-J)	p	
Duygusal	Meslek Lisesi	Genel Lise	1.02301*	.007
	Genel Lise	Anadolu Lisesi	.34350	.603
		Anadolu Lisesi	-.67951	.168

\*.P<.05

Duygusal yetkinlik boyutundaki farklılaşmayı ortaya koymak amacıyla yapılan ikili karşılaştırmalar incelendiğinde meslek lisesine devam eden ergenlerle genel liseye devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre genel liseye devam eden ergenlerin duygusal yetkinlik beklenti düzeylerinin meslek lisesine devam eden ergenlerin duygusal yetkinlik beklenti düzeylerinden anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır. Diğer bir ifade ile meslek lisesine devam eden ergenlerin duygusal yetkinlik beklentisi düzeyleri genel liseye devam eden ergenlerden anlamlı şekilde yüksektir.

### 3.1.6.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Okul Türüne Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin devam ettikleri okul türüne göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin  $n$ ,  $\bar{X}$  ve  $S_s$  değerleri Tablo 16'da, varyans analizi sonuçları ise Tablo 17'de verilmiştir.

**Tablo - 16:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin  $n$ ,  $\bar{X}$ ,  $S_s$  Değerleri

	Okul Türü	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Özerklik</b>	Meslek Lisesi	496	46.25	6.45
	Genel Lise	393	45.88	6.76
	Anadolu Lisesi	317	45.49	5.83
<b>Çevresel Hâkimiyet</b>	Meslek Lisesi	496	46.83	6.08
	Genel Lise	393	46.25	6.23
	Anadolu Lisesi	317	45.31	6.63
<b>Bireysel Gelişim</b>	Meslek Lisesi	496	47.81	6.68
	Genel Lise	393	47.34	6.22
	Anadolu Lisesi	317	46.94	6.51
<b>Diğerleriyle Olumlu İlişkiler</b>	Meslek Lisesi	496	45.35	5.77
	Genel Lise	393	45.97	5.65
	Anadolu Lisesi	317	44.55	5.26
<b>Yaşam Amaçları</b>	Meslek Lisesi	496	55.75	9.15
	Genel Lise	393	56.44	9.37
	Anadolu Lisesi	317	55.41	8.45
<b>Öz Kabul</b>	Meslek Lisesi	496	53.08	9.40
	Genel Lise	393	52.48	8.82
	Anadolu Lisesi	317	52.65	8.88

Özerklik iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 46.25 puan ortalaması ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 45.88 puan ortalaması ile genel liseye devam eden ergenler izlerken 45.49 puan ortalaması ile en düşük ortalamanın Anadolu lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda, en yüksek ortalamanın 46.83 ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu, onları sırasıyla 46.25 puan ortalaması ile genel lise ve 45.31 puan ortalaması ile Anadolu lisesine devam eden ergenlerin izlediği görülmektedir.

Bireysel gelişim iyi oluş boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde ise en yüksek ortalamanın 47.81 puan ortalaması ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu, onları 47.34 puan ortalaması ile genel liseye devam

eden ergenlerin izlediği görülmektedir. İlgili boyutta en düşük ortalamanın ise 46.94 puan ortalaması ile Anadolu lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında ise en yüksek puan ortalamasının 45,97 puan ortalaması ile genel liseye devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 45.35 puan ortalaması ile meslek lisesine devam eden ergenler izlerken 44.55 puan ortalaması ile en düşük ortalamanın Anadolu Lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Yaşam amaçları iyi oluş boyutunda, en yüksek ortalamanın 56.44 puan ortalaması ile genel liseye devam eden ergenlere ait olduğu, onları sırasıyla 55.75 puan ortalaması ile meslek lisesi ve 55.41 puan ortalaması ile Anadolu lisesi ergenlerinin izlediği görülmektedir.

Öz kabul iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında ise en yüksek puan ortalamasının 53.08 puan ortalaması ile meslek lisesine devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 52.65 puan ortalaması ile Anadolu lisesine devam eden ergenler izlerken 52.48 puan ortalaması ile en düşük ortalamanın genel liseye devam eden ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin PİÖÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 17'de verilmiştir



**Tablo - 17:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	110.299	2	55.149		
	Grup içi	49303.851	1203	40.984	1.346	.261
	Toplam	49414.149	1205			
<b>Çevresel Hâkimiyet</b>	Gruplar arası	448.940	2	224.470		
	Grup içi	47456.875	1203	39.449	5.690*	.003
	Toplam	47905.815	1205			
<b>Bireysel Gelişim</b>	Gruplar arası	151.187	2	75.594		
	Grup içi	50722.037	1203	42.163	1.793	.167
	Toplam	50873.224	1205			
<b>Diğerleriyle Olumlu İlişkiler</b>	Gruplar arası	356.388	2	178.194		
	Grup içi	37830.733	1203	31.447	5.666*	.004
	Toplam	38187.121	1205			
<b>Yaşam Amaçları</b>	Gruplar arası	199.622	2	99.811		
	Grup içi	98436.587	1203	81.826	1.220	.296
	Toplam	98636.209	1205			
<b>Öz Kabul</b>	Gruplar arası	87.142	2	43.571		
	Grup içi	99187.512	1203	82.450	.528	.590
	Toplam	99274.653	1205			

\*. $P < .05$ 

Özerklik iyi oluş boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F=1.346$ ,  $p>.05$ ) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın  $.05$  düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Bireysel gelişim ( $F=1.793$ ,  $p>.05$ ), yaşam amaçları ( $F=1.220$ ,  $p>.05$ ) ve öz kabul ( $F=.528$ ,  $p>.05$ ) iyi oluş boyutlarında grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise  $.05$  düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de görülmektedir. Ölçeğin çevresel hâkimiyet ( $F=5.690$ ,  $p<.05$ ), ve diğerleriyle olumlu ilişkiler ( $F=5.666$ ,  $p<.05$ ), iyi oluş boyutlarında grupların puan

ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade ettiği görülmektedir. Çevresel hâkimiyet ve diğerleriyle olumlu ilişkiler alt boyutlarında ortaya çıkan farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 18’de verilmiştir.

**Tablo - 18:** Ergenlerin Devam Ettikleri Okul Türüne Göre PİOÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken (I) okul	(J) okul	Ortalamalar		p
		Arası Fark (I-J)		
Çevresel Hâkimiyet	Meslek	Genel Lise	.58075	.357
	Lisesi	Anadolu Lisesi	1.52351*	.002
	Genel Lise	Anadolu Lisesi	.94276	.116
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	Meslek	Genel Lise	-.62226	.228
	Lisesi	Anadolu Lisesi	.80279	.115
	Genel Lise	Anadolu Lisesi	1.42505*	.002

\*.P<.05

Tablo 18’deki bulgular incelendiğinde çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda meslek lisesine devam eden ergenlerle genel liseye devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığı görülmektedir. Buna karşılık yine çevresel hâkimiyet alt boyutunda meslek lisesine devam eden ergenlerle Anadolu lisesine devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre Anadolu lisesine devam eden ergenlerin çevresel hâkimiyet iyi oluş düzeylerinin meslek lisesine devam eden ergenlerin çevresel hâkimiyet iyi oluş düzeylerinden anlamlı şekilde düşük olduğu saptanmıştır.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutundaki farklılaşmayı ortaya koymak amacıyla yapılan ikili karşılaştırmalar incelendiğinde genel liseye devam eden ergenlerin puan ortalamalarının Anadolu lisesine devam eden ergenlerin puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. Genel lise ve Anadolu lisesi arasındaki ikili karşılaştırmaya bakıldığında da .05 düzeyinde anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Bu bulguya göre genel liseye devam eden ergenlerin diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş düzeylerinin

Anadolu lisesine devam eden ergenlerin diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş düzeylerinden anlamlı şekilde düşük olduğu saptanmıştır.

### 3.1.7. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Sınıf Düzeyine Göre Farklaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeylerinin sınıf düzeylerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin  $n$ ,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 19’da, varyans analizi sonuçları ise Tablo 20’de verilmiştir.

**Tablo - 19:** Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin  $n$ ,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Sınıf	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Başarı</b>	9. Sınıf	342	19.85	3.10
	10. Sınıf	317	20.11	3.05
	11. Sınıf	256	19.82	2.99
	12. Sınıf	291	20.13	3.15
<b>İlişki</b>	9. Sınıf	342	15.59	2.71
	10. Sınıf	317	15.29	2.91
	11. Sınıf	256	15.70	2.82
	12. Sınıf	291	15.45	2.65
<b>Özerklik</b>	9. Sınıf	342	18.58	3.18
	10. Sınıf	317	18.66	3.34
	11. Sınıf	256	18.81	3.01
	12. Sınıf	291	18.98	3.04
<b>Başatlık</b>	9. Sınıf	342	18.68	3.55
	10. Sınıf	317	18.66	3.65
	11. Sınıf	256	18.73	3.46
	12. Sınıf	291	18.96	3.25

Tablo 19’da, başarı ihtiyacı boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 20.13 puan ortalaması ile 12. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 20.11 puan ortalaması ile 10. Sınıf düzeyindeki ergenler izlerken 19.85 puan ortalaması ile 9. Sınıf

düzeyindeki ergenlerin ve en düşük ortalamanın 19.82 ile 11. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

İlişki ihtiyacı boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde ise en yüksek ortalamanın 15.70 ile 11. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu, onları 15.59 ortalama ile 9. Sınıf düzeyinde olan ergenlerin izlediği görülmektedir. İlgili boyutta en düşük ortalamaların ise 15.45 ortalama ile 12. Sınıf düzeyindeki ergenlere ve 15.29 puan ortalaması ile 10. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Özerklik ihtiyacı boyutunda sınıf düzeylerine göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 18.98 ile 12. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. 11. Sınıfa devam eden ergenlerin puan ortalaması 18.81, 10. Sınıf düzeyine devam eden ergenlerin ise puan ortalaması 18.66 olarak tespit edilmiştir. Özerklik ihtiyacı boyutuna ait en düşük ortalamanın 18.58 ile 9. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Başatlık ihtiyacı boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 18.96 ile 12. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. 11. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalaması 18.73 iken, 9. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalamasının ise 18.68 olduğu görülmektedir. Başatlık ihtiyacı boyutunda en düşük puan ortalamasının 18.66 ile 10. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin YPİDÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 20’de verilmiştir.

**Tablo – 20:** Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Başarı</b>	Gruplar arası	24.466	3	8.155		
	Grup içi	11422.234	1202	9.503	.858	.462
	Toplam	11446.701	1205			
<b>İlişki</b>	Gruplar arası	27.824	3	9.275		
	Grup içi	9277.647	1202	7.719	1.202	.308
	Toplam	9305.470	1205			
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	28.035	3	9.345		
	Grup içi	12005.338	1202	9.988	.936	.423
	Toplam	12033.373	1205			
<b>Başatlık</b>	Gruplar arası	17.596	3	5.865		
	Grup içi	14663.244	1202	12.199	.481	.696
	Toplam	14680.840	1205			

\* p&lt; .05

Başarı ihtiyacı boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri (F=.858, p>.05) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. İlişki ihtiyacı (F= 1.202, p>.05) boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin de .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de Tablo 18’de görülmektedir. Ölçeğin özerklik ihtiyacı (F=.936, p>.05), boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği görülmektedir. Ölçeğin başatlık ihtiyacı boyutunda (F= .481 p>.05), grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de görülmektedir.

### 3.1.8.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Sınıf Seviyelerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin yetkinlik inanç düzeylerinin sınıf seviyelerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F

testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin  $n$ ,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 21’de, varyans analizi sonuçları ise Tablo 22’de verilmiştir.

**Tablo - 21:** Ergenlerin Sınıf Seviyelerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin  $n$ ,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Sınıf	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Akademik</b>	9. Sınıf	342	27.10	5.16
	10. Sınıf	317	27.71	4.96
	11. Sınıf	256	27.37	4.80
	12. Sınıf	291	27.58	5.20
<b>Sosyal</b>	9. Sınıf	342	29.83	5.12
	10. Sınıf	317	30.13	4.97
	11. Sınıf	256	30.48	5.09
	12. Sınıf	291	30.28	5.15
<b>Duygusal</b>	9. Sınıf	342	22.83	5.04
	10. Sınıf	317	22.44	5.23
	11. Sınıf	256	22.69	5.17
	12. Sınıf	291	23.36	4.47

Akademik yetkinlik boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 27.71 ile 10.sınıfa eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 27.58 puan ortalaması ile 12.sınıfa devam eden ergenler izlerken 27.37 puan ortalaması ile 11. Sınıfa devam eden ergenlerin geldiği Tablo 19 da görülmektedir. En düşük puan ortalamasının 27.10 ile 9. Sınıf ergenlerine ait olduğu belirlenmiştir.

Sosyal yetkinlik boyutunda sınıf düzeylerine göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 30.48 ile 11. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. 12. Sınıfa devam eden ergenlerin puan ortalaması 30.28, 10. Sınıf düzeyine devam eden ergenlerin ise puan ortalaması 30.13 olarak tespit edilmiştir. Sosyal alt boyutuna ait en düşük ortalamanın 29.83 ile 9. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Duygusal yetkinlik boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 23.36 ile 12. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. 9. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalaması 22.83 iken, 11. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalamasının ise 22.69 olduğu görülmektedir. Duygusal yetkinlik boyutunda en düşük puan ortalamasının 22.44 ile 10. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu belirlenmiştir.

Ergenlerin EYBÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 22’de verilmiştir.

**Tablo - 22:** Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

		<b>Varyansın Kaynağı</b>				
		<b>KT</b>	<b>df</b>	<b>KO</b>	<b>F</b>	<b>p</b>
<b>Akademik</b>	Gruplar arası	70.717	3	23.572	.926	.428
	Grup içi	30600.364	1202	25.458		
	Toplam	30671.081	1205			
<b>Sosyal</b>	Gruplar arası	69.086	3	23.029	.890	.445
	Grup içi	31084.385	1202	25.861		
	Toplam	31153.470	1205			
<b>Duygusal</b>	Gruplar arası	137.642	3	45.881	1.842	.138
	Grup içi	29941.828	1202	24.910		
	Toplam	30079.470	1205			

Akademik yetkinlik boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F=.926$ ,  $p>.05$ ) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Sosyal yetkinlik ( $F=.890$ ,  $p>.05$ ) boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de Tablo 20’de görülmektedir. Duygusal yetkinlik ( $F=1.842$ ,  $p>.05$ ), boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak

amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği görülmektedir.

### 3.1.9.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Sınıf Düzeyine Göre Farklaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin sınıf seviyeleri göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin n,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 23’de, varyans analizi sonuçları ise Tablo 24’de verilmiştir.

**Tablo - 23:** Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin n,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Sınıf	n	$\bar{X}$	Ss
Özerklik	9. Sınıf	342	46.28	6.04
	10. Sınıf	317	45.59	6.09
	11. Sınıf	256	45.82	7.27
	12. Sınıf	291	45.97	6.34
Çevresel Hâkimiyet	9. Sınıf	342	46.03	6.14
	10. Sınıf	317	46.19	6.17
	11. Sınıf	256	46.31	6.57
	12. Sınıf	291	46.54	6.41
Bireysel Gelişim	9. Sınıf	342	47.25	7.19
	10. Sınıf	317	47.03	5.96
	11. Sınıf	256	48.01	6.25
	12. Sınıf	291	47.55	6.39
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	9. Sınıf	342	45.54	5.49
	10. Sınıf	317	45.36	5.89
	11. Sınıf	256	45.19	6.06
	12. Sınıf	291	45.24	5.09
Yaşam Amaçları	9. Sınıf	342	54.57	8.55
	10. Sınıf	317	56.42	9.34
	11. Sınıf	256	56.51	9.33
	12. Sınıf	291	56.29	8.91
Öz Kabul	9. Sınıf	342	52.05	9.04
	10. Sınıf	317	52.79	9.38
	11. Sınıf	256	52.77	8.86
	12. Sınıf	291	53.59	8.94



Özerklik iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 46.28 ile 9.sınıfa eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 45.97 puan ortalaması ile 12.sınıfa devam eden ergenler izlerken 45.82 puan ortalaması ile 11. Sınıfa devam eden ergenlerin geldiği Tablo 21 de görülmektedir. En düşük ortalamanın 45.59 ile 10. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda sınıf düzeylerine göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 46.54 ile 12. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. 11. Sınıfa devam eden ergenlerin puan ortalaması 46.31, 10. Sınıf düzeyine devam eden ergenlerin ise puan ortalaması 46.19 olarak tespit edilmiştir. Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutuna ait en düşük ortalamanın 46.03 ile 9. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Bireysel gelişim iyi oluş boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 48.01 ile 11. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. 12. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalaması 47.55 iken, 9. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalamasının ise 47.25 olduğu görülmektedir. Bireysel gelişim iyi oluş boyutunda en düşük puan ortalamasının 47.03 ile 10. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu belirlenmiştir.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 45.54 ile 9.sınıfa eden ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 45.36 puan ortalaması ile 10.sınıfa devam eden ergenler izlerken 45.24 puan ortalaması ile 12. Sınıfa devam eden ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamanın 45.19 ile 11. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Yaşam amaçları iyi oluş boyutunda sınıf düzeylerine göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 56.51 ile 11. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. 10. Sınıfa devam eden ergenlerin puan ortalaması 56.42, 12. Sınıf düzeyine devam eden ergenlerin ise puan ortalaması 56.29 olarak tespit edilmiştir. Yaşam amaçları iyi oluş boyutuna ait en düşük ortalamanın 54.57 ile 9. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu belirlenmiştir.

Öz kabul iyi oluş boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 53.59 ile 12. Sınıf düzeyinde olan ergenlere ait olduğu

görülmektedir. 10. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalaması 52.79 iken, 11. Sınıf düzeyindeki ergenlerin puan ortalamasının ise 52.77 olduğu görülmektedir. Öz kabul iyi oluş boyutunda en düşük puan ortalamasının 52.05 ile 9. Sınıf düzeyindeki ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin PİÖÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 24’de verilmiştir.

**Tablo - 24:** Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	81.476	3	27.19	.662	.576
	Grup içi	49332.674	1202	41.042		
	Toplam	49414.149	1205			
<b>Çevresel Hâkimiyet</b>	Gruplar arası	47.664	3	15.888	.399	.754
	Grup içi	47858.151	1202	39.815		
	Toplam	47905.815	1205			
<b>Bireysel Gelişim</b>	Gruplar arası	151.366	3	50.455	1.196	.310
	Grup içi	50721.858	1202	42.198		
	Toplam	50873.224	1205			
<b>Diğerleriyle Olumlu İlişkiler</b>	Gruplar arası	23.016	3	7.672	.242	.867
	Grup içi	38164.106	1202	31.751		
	Toplam	38187.121	1205			
<b>Yaşam Amaçları</b>	Gruplar arası	832.749	3	277.53	3.411*	.017
	Grup içi	97803.460	1202	81.367		
	Toplam	98636.209	1205			
<b>Öz Kabul</b>	Gruplar arası	372.577	3	124.12	1.509	.210
	Grup içi	98902.076	1202	82.281		
	Toplam	99274.653	1205			

\*.P<.05

Özerklik iyi oluş boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri (F=.662, p>.05) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Çevresel hâkimiyet (F= .399 p>.05), bireysel gelişim (F=1.196, p>.05), diğerleriyle olumlu ilişkiler (F=242, p>.05) ve öz kabul (F=1.509,

$p > .05$ ) iyi oluş boyutlarında grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin de .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği Tablo 22’de görülmektedir. Ölçeğin yaşam amaçları iyi oluş ( $F=3.411$ ,  $p < .05$ ), boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade ettiği görülmektedir. Yaşam amaçları iyi oluş boyutunda ortaya çıkan farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 25’de verilmiştir.

**Tablo - 25:** Ergenlerin Sınıf Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Sınıf	(J) Sınıf	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	p
Yaşam Amaçları	9. Sınıf	10. Sınıf	-1.85569*	.042
		11. Sınıf	-1.94154*	.046
		12. Sınıf	-1.72192	.079
	10. Sınıf	11. Sınıf	-.08585	.999
		12. Sınıf	.13377	.998
		11. Sınıf	.21962	.992

\*. $P < .05$

Tablo 25’deki bulgular incelendiğinde yaşam amaçları iyi oluş boyutunda 9. Sınıfa devam eden ergenlerle 10. sınıfa devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Aynı şekilde yine yaşam amaçları iyi oluş boyutunda 9. Sınıfa devam eden ergenlerle 11. sınıfa devam eden ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın da .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulgulara göre 9. Sınıfa devam eden ergenlerin yaşam amaçları iyi oluş düzeylerinin 10. ve 11. sınıfa devam eden ergenlerin yaşam amaçları iyi oluş düzeylerinden anlamlı şekilde düşük olduğu saptanmıştır.

### 3.1.10.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin n,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 26’da, varyans analizi sonuçları ise Tablo 27’de verilmiştir.

**Tablo - 26:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin n,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Baba Eğitim	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Başarı</b>	İlkokul	365	20.08	3.16
	Ortaokul	192	20.41	2.90
	Lise	323	20.05	3.11
	Üniversite	326	19.56	3.03
<b>İlişki</b>	İlkokul	365	15.49	2.85
	Ortaokul	192	15.29	2.87
	Lise	323	15.62	2.67
	Üniversite	326	15.59	2.74
<b>Özerklik</b>	İlkokul	365	18.75	3.42
	Ortaokul	192	18.83	3.19
	Lise	323	18.77	3.09
	Üniversite	326	18.67	2.89
<b>Başatlık</b>	İlkokul	365	18.76	3.38
	Ortaokul	192	19.14	3.46
	Lise	323	18.71	3.51
	Üniversite	326	18.56	3.59

Tablo 26’da başarı ihtiyacı alt boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 20.41 ile babası ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 20.08 puan ortalaması ile babası ilkokul mezunu olan ergenler izlerken 20.05 puan ortalaması ile babası lise mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamanın 19.56 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

İlişki ihtiyacı boyutunda baba eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 15.62 ile babası lise mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Babası üniversite mezunu olan ergenlerin

puan ortalaması 15.59, babası ilkököl mezunu olan ergenlerin ise puan ortalaması 15.49 olarak tespit edilmiştir. İlişki alt boyutuna ait en düşük ortalamanın 15.29 ile babası ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu belirlenmiştir.

Özerklik ihtiyacı alt boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 18.83 ile babası ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Babası lise mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 18.77 iken, babası ilkököl mezunu olan ergenlerin puan ortalamasının ise 18.75 olduğu görülmektedir. Özerklik ihtiyacı boyutunda en düşük puan ortalamasının 18.67 ile babası üniversite mezunu ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Başatlık ihtiyacı boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 19.14 ile babası ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 18.76 puan ortalaması ile babası ilkököl mezunu olan ergenler izlerken 18.71 puan ortalaması ile babası lise mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamanın 18.56 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin YPİDÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 27’de verilmiştir.

**Tablo - 27:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Başarı</b>	Gruplar arası	96.403	3	32.134	3.403*	.017
	Grup içi	11350.297	1202	9.443		
	Toplam	11446.701	1205			
<b>İlişki</b>	Gruplar arası	24.116	3	8.039	1.041	.373
	Grup içi	9281.355	1202	7.722		
	Toplam	9305.470	1205			
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	3.414	3	1.138	.114	.952
	Grup içi	12029.959	1202	10.008		
	Toplam	12033.373	1205			
<b>Başatlık</b>	Gruplar arası	41.816	3	13.939	1.144	.330
	Grup içi	14639.024	1202	12.179		
	Toplam	14680.840	1205			

\*  $p < .05$

İlişki ihtiyacı boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F=1.041$ ,  $p>.05$ ) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Özerklik ( $F= .114$   $p>.05$ ), ve başatlık ihtiyacı ( $F=1.144$ ,  $p>.05$ ) boyutlarında grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin de .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği Tablo 25’de görülmektedir. Ölçeğin başarı ihtiyacı ( $F=3.403$ ,  $p<.05$ ), alt boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade ettiği görülmektedir. Başarı ihtiyacı boyutunda ortaya çıkan farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 28’de verilmiştir.

**Tablo - 28:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Baba Eğitim	(J) Baba Eğitim	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	p
Başarı	İlkokul	Ortaokul	-,32406	,638
		Lise	,03575	,999
		Üniversite	,51777	,121
	Ortaokul	Lise	,35981	,573
		Üniversite	,84183*	,014
		Lise	Üniversite	,48202

\*  $p<.05$

Tablo 28’deki bulgular incelendiğinde başarı ihtiyacı alt boyutunda babası ortaokul mezunu olan ergenlerle babası üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Bu bulgulara göre babası ortaokul mezunu olan ergenlerin başarı ihtiyaç düzeylerinin babası üniversite mezunu olan ergenlerin başarı ihtiyaç düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu saptanmıştır.

### 3.1.11.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin yetkinlik inançlarının baba eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin  $n$ ,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 29'da, varyans analizi sonuçları ise Tablo 30'da verilmiştir.

**Tablo - 29:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin  $n$ ,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Baba Eğitim	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Akademik</b>	İlkokul	365	27.43	4.87
	Ortaokul	192	27.44	5.00
	Lise	323	27.47	5.06
	Üniversite	326	27.41	5.26
<b>Sosyal</b>	İlkokul	365	29.78	5.21
	Ortaokul	192	30.31	5.15
	Lise	323	30.21	5.04
	Üniversite	326	30.46	4.93
<b>Duygusal</b>	İlkokul	365	22.68	5.23
	Ortaokul	192	22.82	5.06
	Lise	323	22.84	5.07
	Üniversite	326	23.00	4.61

Tablo 29'da akademik yetkinlik boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 27.47 ile babası lise mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 27.44 puan ortalaması ile babası ortaokul mezunu olan ergenler izlerken 27.43 puan ortalaması ile babası ilkokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamanın 27.41 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Sosyal yetkinlik boyutunda baba eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 30.46 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Babası ortaokul mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 30.31, babası lise mezunu olan ergenlerin ise puan ortalaması 30.21 olarak tespit edilmiştir. Sosyal yetkinlik boyutuna ait en düşük

ortalamanın 29.78 ile babası ilkökul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Duygusal yetkinlik boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 23.00 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Babası lise mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 22.84 iken, babası ortaokul mezunu olan ergenlerin puan ortalamasının ise 22.82 olduğu görülmektedir. Duygusal yetkinlik boyutunda en düşük puan ortalamasının 22.68 ile babası ilkökul mezunu ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin EYBÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 30'da verilmiştir.

**Tablo - 30:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Akademik</b>	Gruplar arası	.709	3	.236	.009	.999
	Grup içi	30670.372	1202	25.516		
	Toplam	30671.081	1205			
<b>Sosyal</b>	Gruplar arası	86.993	3	28.998	1.122	.339
	Grup içi	31066.477	1202	25.846		
	Toplam	31153.470	1205			
<b>Duygusal</b>	Gruplar arası	19.337	3	6.446	.258	.856
	Grup içi	30060.133	1202	25.008		
	Toplam	30079.470	1205			

Akademik yetkinlik boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F=.009$ ,  $p>.05$ ) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Sosyal yetkinlik ( $F= 1.122$   $p>.05$ ), boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği görülmektedir. Ölçeğin duygusal yetkinlik ( $F=.258$ ,  $p>.05$ ), alt boyutunda



grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de görülmektedir.

### 3.1.12.Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Baba Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin n,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 31’de, varyans analizi sonuçları ise Tablo 32’de verilmiştir.

**Tablo - 31:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin n,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Baba Eğitim	n	$\bar{X}$	Ss
Özerklik	İlkokul	365	46.14	7.02
	Ortaokul	192	46.96	5.93
	Lise	323	46.04	6.17
	Üniversite	326	44.97	6.06
Çevresel Hâkimiyet	İlkokul	365	46.59	6.14
	Ortaokul	192	46.47	5.82
	Lise	323	46.36	7.33
	Üniversite	326	45.59	5.61
Bireysel Gelişim	İlkokul	365	48.08	6.62
	Ortaokul	192	47.99	6.27
	Lise	323	46.93	6.69
	Üniversite	326	46.84	6.21
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	İlkokul	365	45.41	6.01
	Ortaokul	192	45.87	5.47
	Lise	323	45.60	5.28
	Üniversite	326	44.71	5.58
Yaşam Amaçları	İlkokul	365	55.91	9.06
	Ortaokul	192	56.17	9.20
	Lise	323	56.23	9.54
	Üniversite	326	55.34	8.44
Öz Kabul	İlkokul	365	52.04	8.79
	Ortaokul	192	53.93	8.69
	Lise	323	53.33	9.43
	Üniversite	326	52.36	9.18

Tablo 31’de özerklik iyi oluş alt boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 46.96 ile babası ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 46.14 puan ortalaması ile babası ilkokul mezunu olan ergenler izlerken 46.04 puan ortalaması ile babası lise mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamanın 44.97 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda baba eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 46.59 ile babası ilkokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Babası ortaokul mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 46.47, babası lise mezunu olan ergenlerin ise puan ortalaması 46.36 olarak tespit edilmiştir. Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutuna ait en düşük ortalamanın 45.59 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Bireysel gelişim iyi oluş boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 48.08 ile babası ilkokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Babası ortaokul mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 47.99 iken, babası lise mezunu olan ergenlerin puan ortalamasının ise 46.93 olduğu görülmektedir. Bireysel gelişim iyi oluş boyutunda en düşük puan ortalamasının 46.84 ile babası üniversite mezunu ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 45.87 ile babası ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 45.60 puan ortalaması ile babası lise mezunu olan ergenler izlerken 45.41 puan ortalaması ile babası ilkokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamanın 44.71 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Yaşam amaçları iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 56.23 ile babası lise mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 56.17 puan ortalaması ile babası ortaokul mezunu olan ergenler izlerken 55.91 puan ortalaması ile babası ilkokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamanın 55.34 ile babası üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Öz kabul iyi oluş boyutunda baba eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 53.93 ile babası ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Babası lise mezunu olan

ergenlerin puan ortalaması 53.33, babası üniversite mezunu olan ergenlerin ise puan ortalaması 52.36 olarak tespit edilmiştir. Öz kabul iyi oluş boyutuna ait en düşük ortalamanın 52.04 ile babası ilköğretim mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin iyi oluş boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 32’de verilmiştir.

**Tablo - 32:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	526.816	3	175.605	4.318*	.005
	Grup içi	48887.333	1202	40.672		
	Toplam	49414.149	1205			
<b>Çevresel Hâkimiyet</b>	Gruplar arası	196.326	3	65.442	1.649	.176
	Grup içi	47709.489	1202	39.692		
	Toplam	47905.815	1205			
<b>Bireysel Gelişim</b>	Gruplar arası	405.608	3	135.203	3.220*	.022
	Grup içi	50467.616	1202	41.986		
	Toplam	50873.224	1205			
<b>Diğerleriyle Olumlu İlişkiler</b>	Gruplar arası	207.774	3	69.258	2.192	.087
	Grup içi	37979.347	1202	31.597		
	Toplam	38187.121	1205			
<b>Yaşam Amaçları</b>	Gruplar arası	151.225	3	50.408	.615	.605
	Grup içi	98484.984	1202	81.934		
	Toplam	98636.209	1205			
<b>Öz Kabul</b>	Gruplar arası	606.733	3	202.244	2.464	.061
	Grup içi	98667.920	1202	82.086		
	Toplam	99274.653	1205			

\*.P<.05

Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri (F=1.649, p>.05) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler (F= 2.192 p>.05), yaşam amaçları (F=.615, p>.05), öz kabul (F=2.464, p>.05) iyi oluş boyutlarında

grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de görülmektedir. Özerklik (F=4.318, p<.05), bireysel gelişim (F=3.220, p<.05) iyi oluş boyutlarında grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade ettiği görülmektedir. Özerklik ve bireysel gelişim iyi oluş boyutlarında ortaya çıkan farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 33'de verilmiştir.

**Tablo - 33:** Ergenlerin Baba Eğitim Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Baba Eğitim	(J) Baba Eğitim	Ortalamalar Arası Fark (I-J)	p
Özerklik	İlkokul	Ortaokul	-.82108	.472
		Lise	.09603	.997
		Üniversite	1.17314	.075
	Ortaokul	Lise	.91710	.392
		Üniversite	1.99422*	.003
		Lise	Üniversite	1.07711
Bireysel Gelişim	İlkokul	Ortaokul	.09535	.998
		Lise	1.14995	.093
		Üniversite	1.23524*	.045
	Ortaokul	Lise	1.05460	.281
		Üniversite	1.13989	.214
		Lise	Üniversite	.08529

Tablo 33'deki bulgular incelendiğinde özerklik iyi oluş boyutunda babası ortaokul mezunu olan ergenlerle babası üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Aynı şekilde bireysel gelişim iyi oluş boyutunda babası ilkokul mezunu olan ergenlerle babası üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasında da .05 düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmektedir. Bu bulgulara göre özerklik iyi oluş boyutunda babası ortaokul mezunu olan ergenlerin özerk iyi olma durumları, babası üniversite mezunu olan ergenlerin özerk iyi olma durumlarından anlamlı şekilde yüksektir. Bireysel gelişim iyi

oluş boyutu incelendiğinde ise babası ilkokul mezunu olan ergenlerin bireysel gelişim iyi olma durumlarının babası üniversite mezunu olan ergenlerin bireysel gelişim iyi olma durumlarından anlamlı şekilde yüksektir.

### 3.1.13. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaç düzeylerinin anne eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin  $n$ ,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 34’de, varyans analizi sonuçları ise Tablo 35’de verilmiştir.

**Tablo - 34:** Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin  $n$ ,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Anne Eğiti	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Başarı</b>	Okur Yazar Değil	34	20.41	2.87
	İlkokul	572	20.08	3.06
	Ortaokul	201	20.38	3.07
	Lise	251	19.64	3.17
	Üniversite	148	19.54	2.97
<b>İlişki</b>	Okur Yazar Değil	34	16.00	2.53
	İlkokul	572	15.38	2.69
	Ortaokul	201	15.31	3.03
	Lise	251	15.63	2.88
	Üniversite	148	15.89	2.60
<b>Özerklik</b>	Okur Yazar Değil	34	18.29	3.68
	İlkokul	572	18.77	3.26
	Ortaokul	201	18.83	2.91
	Lise	251	18.78	3.06
	Üniversite	148	18.57	3.16
<b>Başatlık</b>	Okur Yazar Değil	34	17.94	3.22
	İlkokul	572	18.83	3.35
	Ortaokul	201	18.85	3.81
	Lise	251	18.58	3.58
	Üniversite	148	18.92	3.45

Tablo 34’de başarı ihtiyacı alt boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 20.41 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 20.38 puan ortalaması ile annesi ortaokul mezunu olan ergenler izlerken 20.08 puan ortalaması ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamaların 19.64 ile annesi lise mezunu olan ergenlere ve 19.54 puan ortalaması ile annesi üniversite mezunu ergenlere ait olduğu görülmektedir.

İlişki ihtiyacı boyutunda anne eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 16.00 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Annesi üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 15.89, annesi lise mezunu olan ergenlerin ise puan ortalaması 15.63 olarak tespit edilmiştir. İlişki ihtiyacı boyutuna ait en düşük ortalamaların 15.38 ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlere ve 15.31 puan ortalaması ile annesi ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Özerklik ihtiyacı boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 18.83 ile annesi ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Annesi lise mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 18.78 iken, annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin puan ortalamasının ise 18.77 olduğu görülmektedir. Özerklik ihtiyacı boyutunda en düşük puan ortalamalarının 18.57 ile annesi üniversite mezunu ergenlere ve 18.29 puan ortalaması ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Başatlık ihtiyacı boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 18.92 ile annesi üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 18.85 puan ortalaması ile annesi ortaokul mezunu olan ergenler izlerken 18.83 puan ortalaması ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamaların 18.58 puan ortalaması ile annesi lise mezunu olan ergenlere ve 17.94 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin YPİDÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 35’de verilmiştir.

**Tablo - 35:** Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre YPİDÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Başarı</b>	Gruplar arası	102.505	4	25.626	1.713	.059
	Grup içi	11344.196	1201	9.446		
	Toplam	11446.701	1205			
<b>İlişki</b>	Gruplar arası	50.581	4	12.645	1.641	.162
	Grup içi	9254.889	1201	7.706		
	Toplam	9305.470	1205			
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	13.939	4	3.485	.348	.845
	Grup içi	12019.435	1201	10.008		
	Toplam	12033.373	1205			
<b>Başatlık</b>	Gruplar arası	46.033	4	11.508	.944	.437
	Grup içi	14634.807	1201	12.186		
	Toplam	14680.840	1205			

Başarı ihtiyacı boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri (F=1.713, p>.05) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. İlişki (F= 1.641 p>.05) ve özerklik ihtiyacı (F=.348, p>.05) boyutlarında grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de Tablo 32’de görülmektedir. Ölçeğin başatlık ihtiyacı (F=.944, p>.05), alt boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de görülmektedir.

### 3.1.14.Ergenlerin Yetkinlik İnançlarının Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin yetkinlik inançlarının anne eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin n,  $\bar{X}$  ve Ss değerleri Tablo 36’da, varyans analizi sonuçları ise Tablo 37’de verilmiştir.

**Tablo - 36:** Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin n,  $\bar{X}$ , Ss Değerleri

	Anne Eğitim	n	$\bar{X}$	Ss
<b>Akademik</b>	Okur Yazar Değil	34	29.12	5.24
	İlkokul	572	27.32	4.89
	Ortaokul	201	27.63	5.12
	Lise	251	27.64	5.35
	Üniversite	148	26.92	4.88
<b>Sosyal</b>	Okur Yazar Değil	34	30.29	4.21
	İlkokul	572	29.74	5.16
	Ortaokul	201	30.72	4.98
	Lise	251	30.41	5.03
	Üniversite	148	30.58	5.09
<b>Duygusal</b>	Okur Yazar Değil	34	22.88	4.83
	İlkokul	572	22.79	5.02
	Ortaokul	201	22.87	5.10
	Lise	251	22.75	5.25
	Üniversite	148	23.02	4.38

Tablo 36’da akademik yetkinlik alt boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 29.12 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 27.64 puan ortalaması ile annesi lise mezunu olan ergenler izlerken 27.63 puan ortalaması ile annesi ortaokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamaların ise 27.32 ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlere ve 26.92 puan ortalaması ile de annesi üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Sosyal yetkinlik boyutunda anne eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 30.72 ile annesi ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Annesi üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 30.58, annesi lise mezunu olan ergenlerin ise puan ortalaması 30.41 olarak tespit edilmiştir. Sosyal yetkinlik boyutuna ait en düşük ortalamaların ise 30.29 puan ortalaması ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ve 29.74 ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Duygusal yetkinlik alt boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 23.02 ile annesi üniversite mezunu olan ergenlere ait



olduğu görülmektedir. Annesi okur-yazar olmayan ergenlerin puan ortalaması 22.88 iken, annesi ortaokul mezunu olan ergenlerin puan ortalamasının ise 22.87 olduğu tespit edilmiştir. Duygusal yetkinlik boyutunda en düşük puan ortalamaların ise 22.79 ile annesi ilkokul mezunu ergenlere ve 22.75 puan ortalaması ile annesi lise mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin EYBÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 37’de verilmiştir.

**Tablo - 37:** Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre EYBÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Akademik</b>	Gruplar arası	161.308	4	40.327	1.587	.175
	Grup içi	30509.773	1201	25.404		
	Toplam	30671.081	1205			
<b>Sosyal</b>	Gruplar arası	210.109	4	52.527	2.039	.087
	Grup içi	30943.361	1201	25.765		
	Toplam	31153.470	1205			
<b>Duygusal</b>	Gruplar arası	8.109	4	2.027	.081	.988
	Grup içi	30071.361	1201	25.039		
	Toplam	30079.470	1205			

Akademik yetkinlik boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F=1.587$ ,  $p>.05$ ) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Sosyal yetkinlik ( $F=2.039$   $p>.05$ ), boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de görülmektedir. Ölçeğin duygusal yetkinlik ( $F=.081$ ,  $p>.05$ ), boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin de .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği görülmektedir.

### 3.1.15. Ergenlerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Anne Eğitim Düzeyine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Betimsel Bulgular

Ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin anne eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tek yönlü varyans analizi (F testi) kullanılmıştır. Gruplara ilişkin  $n$ ,  $\bar{X}$  ve  $S_s$  değerleri Tablo 38’de, varyans analizi sonuçları ise Tablo 39’da verilmiştir.

**Tablo - 38:** Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin  $n$ ,  $\bar{X}$ ,  $S_s$  Değerleri

	Anne Eğitim	n	$\bar{X}$	$S_s$
Özerklik	Okur Yazar Değil	34	46.94	5.86
	İlkokul	572	46.11	6.77
	Ortaokul	201	46.44	6.02
	Lise	251	45.60	5.92
	Üniversite	148	44.86	6.25
Çevresel Hâkimiyet	Okur Yazar Değil	34	48.03	5.05
	İlkokul	572	46.47	5.94
	Ortaokul	201	46.21	6.43
	Lise	251	45.84	7.43
	Üniversite	148	45.67	5.61
Bireysel Gelişim	Okur Yazar Değil	34	49.26	5.53
	İlkokul	572	47.56	6.55
	Ortaokul	201	47.84	6.61
	Lise	251	46.92	6.49
	Üniversite	148	46.75	6.25
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	Okur Yazar Değil	34	45.79	6.42
	İlkokul	572	45.51	5.92
	Ortaokul	201	45.79	5.03
	Lise	251	45.54	4.94
	Üniversite	148	43.65	5.92
Yaşam Amaçları	Okur Yazar Değil	34	59.76	9.48
	İlkokul	572	55.47	9.06
	Ortaokul	201	57.16	9.46
	Lise	251	55.06	8.65
	Üniversite	148	56.23	8.67
Öz Kabul	Okur Yazar Değil	34	53.23	8.68
	İlkokul	572	52.11	8.69
	Ortaokul	201	54.19	10.11
	Lise	251	52.36	9.02
	Üniversite	148	54.01	8.99

Tablo 38’de özerklik iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 46.94 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 46.44 puan ortalaması ile annesi ortaokul mezunu olan ergenler izlerken 46.11 puan ortalaması ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamaların ise 45.60 puan ortalaması ile annesi lise mezunu olan ergenlere ve 44.86 ile annesi üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu da görülmektedir.

Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda anne eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 48.03 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 46.47, annesi ortaokul mezunu olan ergenlerin ise puan ortalaması 46.21 olarak tespit edilmiştir. Çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutuna ait en düşük puan ortalamaları 45.84 ile annesi lise mezunu olan ergenlere ve 45.67 ile annesi üniversite mezunu olan ergenlere aittir.

Bireysel gelişim boyutundaki puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 49.26 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Annesi ortaokul mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 47.84 iken, annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin puan ortalamasının ise 47.56 olduğu görülmektedir. Bireysel gelişim iyi oluş boyutunda en düşük puan ortalamalarının ise 46.92 ile annesi lise mezunu ergenlere ve 46.75 ile annesi üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 45.79 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ve yine aynı puan ortalaması ile annesi ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 45.54 puan ortalaması ile annesi lise mezunu olan ergenler izlerken 45.51 puan ortalaması ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamaların 43.65 ile annesi üniversite mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Yaşam amaçları iyi oluş boyutu puan ortalamalarına bakıldığında en yüksek puan ortalamasının 59.76 ile annesi okur-yazar olmayan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Onları sırasıyla 57.16 puan ortalaması ile annesi ortaokul mezunu olan ergenler izlerken 56.23 puan ortalaması ile annesi üniversite mezunu olan ergenlerin geldiği görülmektedir. En düşük ortalamaların ise 55.47 ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlerle, 55.06 puan ortalaması ile annesi lise mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Öz kabul iyi oluş boyutunda anne eğitim durumlarına göre puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek ortalamanın 54.19 ile annesi ortaokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir. Annesi üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalaması 54.01, annesi okur-yazar olmayan ergenlerin ise puan ortalaması 53.23 olarak tespit edilmiştir. Öz kabul iyi oluş boyutuna ait en düşük ortalamalar, 52.36 ile annesi lise mezunu olan ergenlere ve 52.11 puan ortalaması ile annesi ilkokul mezunu olan ergenlere ait olduğu görülmektedir.

Ergenlerin PİÖÖ alt boyutlarına ilişkin aldıkları puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizine ilişkin bulgular Tablo 39'da verilmiştir.

**Tablo - 39:** Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puanlara İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
<b>Özerklik</b>	Gruplar arası	303.656	4	75.914	1.856	.116
	Grup içi	49110.493	1201	40.891		
	Toplam	49414.149	1205			
<b>Çevresel Hâkimiyet</b>	Gruplar arası	228.279	4	57.070	1.438	.219
	Grup içi	47677.536	1201	39.698		
	Toplam	47905.815	1205			
<b>Bireysel Gelişim</b>	Gruplar arası	291.107	4	72.777	1.728	.141
	Grup içi	50582.117	1201	42.117		
	Toplam	50873.224	1205			
<b>Diğerleriyle Olumlu İlişkiler</b>	Gruplar arası	495.744	4	123.936	3.949*	.003
	Grup içi	37691.378	1201	31.383		
	Toplam	38187.121	1205			
<b>Yaşam Amaçları</b>	Gruplar arası	1120.778	4	280.195	3.451*	.008
	Grup içi	97515.431	1201	81.195		
	Toplam	98636.209	1205			
<b>Öz Kabul</b>	Gruplar arası	931.541	4	232.885	2.844*	.023
	Grup içi	98343.112	1201	81.884		
	Toplam	99274.653	1205			

Özerklik iyi oluş boyutunda gruplar arasındaki farkın anlamlılığını test etmek amacıyla hesaplanan F değeri ( $F=1.856$ ,  $p>.05$ ) grupların puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olmadığını ifade etmektedir. Çevresel hâkimiyet ( $F= 1.438$   $p>.05$ ), bireysel gelişim ( $F=1.728$ ,  $p>.05$ ) iyi oluş boyutlarında grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade etmediği de Tablo 37’de görülmektedir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler ( $F=3.949$ ,  $p<.05$ ), iyi oluş boyutunda grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin ise .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade ettiği görülmektedir. Aynı şekilde yaşam amaçları iyi oluş boyutunda ( $F= 3.451$   $p<.05$ ), ve Öz kabul alt boyutunda ( $F= 2.844$   $p<.05$ ), grupların puan ortalamaları arasındaki farkın anlamlılığını ortaya koymak amacıyla hesaplanan F değerlerinin de .05 düzeyinde anlamlı bir farkı ifade ettiği görülmektedir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul iyi oluş boyutlarında ortaya çıkan farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan TUKEY testi sonuçları Tablo 40’da verilmiştir.

**Tablo - 40:** Ergenlerin Anne Eğitim Düzeylerine Göre PİÖÖ Alt Boyutlarından Alınan Puan Ortalamalarına İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	(I) Anne Eğitim	(J) Anne Eğitim	Ortalamalar Arası Fark(I-J)	p
<b>Diğerleriyle Olumlu İlişkiler</b>	Okur Yazar Değil	İlkokul	.27838	.999
		Ortaokul	.00307	1.000
		Lise	.25228	.999
	İlkokul	Üniversite	2.13871	.263
		Ortaokul	-.27531	.975
		Lise	-.02610	1.000
		Üniversite	1.86033*	.003
	Ortaokul	Lise	.24921	.990
		Üniversite	2.13564*	.004
		Üniversite	1.88643*	.010
<b>Yaşam Amaçları</b>	Okur Yazar Değil	İlkokul	4.28743	.055
		Ortaokul	2.60550	.524
		Lise	4.70096*	.035
	İlkokul	Üniversite	3.52822	.239
		Ortaokul	-1.68193	.153
		Lise	.41353	.974
		Üniversite	-.75921	.892
	Ortaokul	Lise	2.09546	.101
		Üniversite	.92272	.879
		Üniversite	-1.17274	.718
<b>Öz Kabul</b>	Okur Yazar Değil	İlkokul	1.12341	.956
		Ortaokul	-.95874	.979
		Lise	.87673	.984
	İlkokul	Üniversite	-.77146	.992
		Ortaokul	-2.08214*	.041
		Lise	-.24668	.996
		Üniversite	-1.89487	.155
	Ortaokul	Lise	1.83546	.203
		Üniversite	.18727	1.000
		Üniversite	-1.64819	.399

Tablo 40'daki bulgular incelendiğinde diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunda annesi ilkokul mezunu olan ergenlerle annesi üniversite mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Aynı şekilde diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunda annesi ortaokul mezunu olan ergenlerle annesi üniversite mezunu

olan ergenlerin puan ortalamaları arasında da .05 düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmektedir.

Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunda .05 düzeyinde diğer bir anlamlı fark ta, annesi lise mezunu olan ergenlerle annesi üniversite mezunu olan ergenler arasında tespit edilmiştir. Bu bulgulara göre diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunda ortaya çıkan farkın kaynağının annesi üniversite mezunu olan ergenlerden kaynaklandığı anlaşılmaktadır. Annesi ilkokul, ortaokul ve lise mezunu olan ergenlerin diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi olma düzeyleri annesi üniversite mezunu olan ergenlerden anlamı şekilde yüksektir.

Yaşam amaçları iyi oluş boyutu incelendiğinde, annesi okur-yazar olmayan ergenler ile annesi lise mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Belirtilen bulgulara göre annesi okur-yazar olmayan ergenlerin yaşam amaçları iyi olma düzeyleri annesi lise mezunu olan ergenlere göre belirgin şekilde yüksektir.

Öz kabul iyi oluş boyutunda annesi ilkokul mezunu olan ergenlerle, annesi ortaokul mezunu olan ergenlerin puan ortalamaları arasındaki farkın .05 düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Bulgulara göre annesi ortaokul mezunu olan ergenlerin öz kabul yönünden psikolojik iyi olma durumlarının annesi ilkokul mezunu olan ergenlere göre anlamlı şekilde yüksek olduğu saptanmıştır.

### 3.2.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlar, Yetkinlik İnancı ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişki Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inancı ve psikolojik iyi oluş alt ölçeklerinden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiyi belirlemek için bu puanlara uygulanan Pearson korelasyon tekniği sonuçları Tablo 41’de sunulmuştur.

**Tablo – 41:** Psikolojik İhtiyaçlar, Yetkinlik İnancı ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeklerinin Alt Ölçeklerine İlişkin Puanlar Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1.Başarı	R	-												
	p													
2.İlişki	r	.016	-											
	p	.580												
3.Özerklik	r	.300**	.131**	-										
	p	.000	.000											
4.Başatlık	r	.313**	-.002	.396**	-									
	p	.000	.955	.000										
5.Akademik	r	.443**	.063*	.050	.099**	-								
	p	.000	.029	.085	.001									
6.Sosyal	r	.349**	.075**	.263**	.306**	.378**	-							
	p	.000	.009	.000	.000	.000								
7.Duygusal	r	.160**	-.013	.080**	.072*	.320**	.357**	-						
	p	.000	.655	.006	.012	.000	.000							
8.Özerklik	r	.223**	.072*	.102**	.163**	.216**	.224**	.138**	-					
	p	.000	.013	.000	.000	.000	.000	.000						
9.Çevresel Hâkimiyet	r	.294**	-.004	.138**	.201**	.247**	.255**	.204**	.330**	-				
	p	.000	.877	.000	.000	.000	.000	.000	.000					
10.Bireysel Gelişim	r	.301**	-.034	.143**	.073*	.277**	.305**	.152**	.358**	.423**	-			
	p	.000	.241	.000	.011	.000	.000	.000	.000	.000				
11.Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	r	.221**	.154**	.093**	.047	.208**	.232**	.104**	.368**	.359**	.450**	-		
	p	.000	.000	.001	.101	.000	.000	.000	.000	.000	.000			
12.Yaşam Amaçları	r	.303**	-.017	.012	.148**	.237**	.276**	.115**	.134**	.266**	.362**	.183**	-	
	p	.000	.561	.678	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		
13.Öz Kabul	r	.185**	-.037	-.016	.173**	.251**	.257**	.249**	.165**	.283**	.300**	.132**	.482**	-
	p	.000	.203	.572	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	

Tablo 41 incelendiğinde psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarından başarı alt boyutu ile psikolojik iyi oluşun tüm alt boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Psikolojik ihtiyaçlar ilişki alt boyutu ile psikolojik iyi oluş alt boyutları arasındaki korelasyon değerleri incelendiğinde ise sadece özerklik ve diğerleriyle olumlu ilişkiler alt boyutları arasında pozitif



yönlü anlamlı bir ilişki olduğu diğer alt boyutlarla ise anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Psikolojik ihtiyaçlar özerklik alt boyutu ile psikolojik iyi oluş alt boyutları arasındaki korelasyon değerlerine bakıldığında ise öz kabul boyutu haricindeki diğer alt boyutlarla psikolojik ihtiyaçlar özerklik alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Psikolojik ihtiyaçlar başatlık alt boyutu ile psikolojik iyi oluş alt boyutları arasındaki korelasyon değerlerine bakıldığında da diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutu haricindeki diğer alt boyutlarla psikolojik ihtiyaçlar başatlık alt boyutu arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir.

Yetkinlik inancının akademik, sosyal ve duygusal boyutları ile psikolojik iyi oluş'un bütün boyutları arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Ergenlerin başarı ihtiyacı ile yetkinlik algısının bütün boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır. İlişki ihtiyacı ile akademik ve sosyal yetkinlik boyutları arasında, özerklik ihtiyacı ile sosyal ve duygusal yetkinlik inancı arasında ayrıca başatlık ihtiyacı ile yetkinlik algısının bütün boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır

### **3.3.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluşu Açıklama Durumuna Ait Bulgular**

Bu alt problem, ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumlarını açıklama gücüne ilişkin 9 alt problem olarak ele alınmıştır.

#### **3.3.1. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının, Akademik Yetkinlik Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular**

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), akademik yetkinlik boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 42'de gösterilmiştir.

**Tablo - 42:** Psikolojik İhtiyaçların, Akademik Yetkinliği Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,454 <sup>a</sup>	,206	77,980	,001 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 42’de psikolojik ihtiyaçların dört boyutunun akademik yetkinlik boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.454 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre akademik yetkinlik boyutunda varyansın (değişkenlik) % 20.6’sı psikolojik ihtiyaçların dört boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=77,980) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak akademik yetkinlik boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların akademik yetkinlik boyutunu açıklama gücü Tablo 43’de gösterilmiştir.

**Tablo - 43:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Akademik Yetkinliği Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,045	,472	<b>17,046**</b>	,001
İlişki	,047	,045	1,726	,085
Özerklik	,046	-,079	<b>-2,726*</b>	,007
Başatlık	,042	-,018	-,610	,542

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 43 incelendiğinde, başarı ve özerklik ihtiyacı boyutları için hesaplanan t değerlerinin akademik yetkinlik boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun akademik yetkinlik boyutu ile 0,472 düzeyinde pozitif yönde, özerklik ihtiyacı boyutunun akademik yetkinlik boyutu puanları ile -

0,079 düzeyinde negatif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

### 3.3.2. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Sosyal Yetkinlik Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), sosyal yetkinlik boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 44’de gösterilmiştir.

**Tablo - 44:** Psikolojik İhtiyaçların, Sosyal Yetkinliği Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,427 <sup>a</sup>	,182	67,020	,001 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 44’de psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutunun, sosyal yetkinlik boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.427 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre sosyal yetkinlik boyutunda varyansın (değişkenlik) % 18.2’si psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=67,020) psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarının bütün olarak sosyal yetkinlik boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların sosyal yetkinlik boyutunu açıklama gücü Tablo 45’de gösterilmiştir.

**Tablo - 45:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Sosyal Yetkinliği Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,046	,254	<b>9,038**</b>	,001
İlişki	,048	,088	<b>3,352**</b>	,001
Özerklik	,047	,129	<b>4,390**</b>	,001
Başatlık	,042	,175	<b>6,009**</b>	,001

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 45 incelendiğinde, psikolojik ihtiyaçlar alt boyutlarının tamamı (başarı, ilişki, özerklik, başatlık) için hesaplanan t değerlerinin sosyal yetkinlik boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun sosyal yetkinlik boyutu ile 0,254 düzeyinde pozitif yönde, İlişki ihtiyacı boyutunun sosyal yetkinlik boyutu puanları ile 0,088 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Özerklik ihtiyacı boyutunun sosyal yetkinlik boyutu ile kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında 0.129 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Başatlık boyutunun sosyal yetkinlik boyutu ile kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında 0.175 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir.

### 3.3.3. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Duygusal Yetkinlik Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), duygusal yetkinlik alt boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regrasyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 46'da gösterilmiştir.

**Tablo - 46:** Psikolojik İhtiyaçların, Duygusal Yetkinliği Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,164 <sup>a</sup>	,027	8,335	,001 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 46'da psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutunun, duygusal yetkinlik boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.164 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre duygusal yetkinlik boyutunda varyansın (değişkenlik) % 2.7'si psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=8,335) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak duygusal yetkinlik boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların duygusal yetkinlik boyutunu açıklama gücü Tablo 47'de gösterilmiştir.

**Tablo - 47:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Duygusal Yetkinliği Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,050	,147	<b>4,804**</b>	,001
İlişki	,052	-,012	-,401	,689
Özerklik	,051	,028	,877	,381
Başatlık	,046	,015	,470	,639

\*p&lt;0,05 \*\*p&lt;0,01

Tablo 47 incelendiğinde, başarı ihtiyacı için hesaplanan t değerlerinin duygusal yetkinliği anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun duygusal yetkinlik boyutu ile 0,147 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

### 3.3.4. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Özerklik İyi Oluş Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), özerklik iyi oluş boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 48’de gösterilmiştir.

**Tablo - 48:** Psikolojik İhtiyaçların, Özerklik İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, İlişki, Başarı, Özerklik	,254 <sup>a</sup>	,064	20,701	,001

\*p&lt;0,01

Tablo 48’de psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutunun, özerklik iyi oluş boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.254 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre özerklik iyi oluş boyutunda varyansın (değişkenlik) %6.4’ü psikolojik ihtiyaçların dört boyutundan

kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=20,701) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak özerklik iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların özerklik iyi oluş boyutunu açıklama gücü Tablo 49' da gösterilmiştir.

**Tablo - 49:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Özerklik İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,062	,187	<b>6,210**</b>	,000
İlişki	,065	,071	2,512	,012
Özerklik	,064	,016	,524	,600
Başatlık	,057	,099	<b>3,158**</b>	,002

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 49 incelendiğinde, başarı ihtiyacı boyutu ile başatlık ihtiyacı boyutları için hesaplanan t değerleri sadece bu iki boyutun özerk iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığı göstermektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun özerk iyi olma boyutu ile 0,187 düzeyinde, başatlık ihtiyacı boyutunun özerk iyi oluş boyutu puanları ile 0,099 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

### 3.3.5. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının, Çevresel Hâkimiyet İyi Oluş Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regrasyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 50'de gösterilmiştir.

**Tablo - 50:** Psikolojik İhtiyaçların, Çevresel Hâkimiyet İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,316 <sup>a</sup>	,100	33,368	,000 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 50’de psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutunun, çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.316 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunda varyansın (değişkenlik) %10’u psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=33,368) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunu açıklama gücü Tablo 51’de gösterilmiştir.

**Tablo - 51:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Çevresel Hâkimiyet İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,060	,254	<b>8,615**</b>	,000
İlişki	,063	-,006	-,224	,823
Özerklik	,061	,016	,526	,599
Başatlık	,055	,115	<b>3,752**</b>	,000

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 51 incelendiğinde, başarı ve başatlık ihtiyacı boyutları için hesaplanan t değerleri sadece bu iki boyutun çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını görülmektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutu ile 0,254 düzeyinde, başatlık ihtiyacı boyutunun çevresel hâkimiyet iyi oluş boyutu ile 0,115 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.

### 3.3.6. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Bireysel Gelişim İyi Oluş Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), bireysel gelişim iyi oluş boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 52’de gösterilmiştir.

**Tablo - 52:** Psikolojik İhtiyaçların, Bireysel Gelişim İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,311 <sup>a</sup>	,097	32,070	,000 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 52’de psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutunun, bireysel gelişim iyi oluş boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.311 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre bireysel gelişim iyi oluş boyutunda varyansın (değişkenlik) % 9.7’si psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=32,070) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak bireysel gelişim iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların bireysel gelişim iyi oluş boyutunu açıklama gücü Tablo 53’de gösterilmiştir.

**Tablo - 53** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Bireysel Gelişim İyi Oluş Boyutunu Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,062	,296	<b>10,018**</b>	,000
İlişki	,065	-,030	-1,064	,287
Özerklik	,063	,069	<b>2,243**</b>	,025
Başatlık	,057	-,047	-1,535	,125

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 53 incelendiğinde, başarı ihtiyacı ile özerklik ihtiyacı boyutları için hesaplanan t değerleri sadece bu iki boyutun bireysel gelişim iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun bireysel gelişim iyi oluş boyutu ile 0,296 düzeyinde, başatlık ihtiyacı boyutunun bireysel gelişim iyi oluş boyutu ile 0,069 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur.



### 3.3.7 Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Diğerleriyle Olumlu İlişkiler İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regrasyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 54’de gösterilmiştir.

**Tablo - 54:** Psikolojik İhtiyaçların, Diğerleriyle Olumlu İlişkiler İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,275 <sup>a</sup>	,076	24,560	,000 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 54’de psikolojik ihtiyaçların dört boyutunun, diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.275 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunda varyansın (değişkenlik) % 7.6’sı psikolojik ihtiyaçların dört boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=24,560) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş alt boyutunu açıklama gücü Tablo 55’ de gösterilmiştir.

**Tablo - 55:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Diğerleriyle Olumlu İlişkiler İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,055	,212	<b>7,098**</b>	,000
İlişki	,057	,160	<b>5,695**</b>	,000
Özerklik	,056	,069	<b>2,202**</b>	,028
Başatlık	,050	-,046	-1,483	,138

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 55 incelendiğinde, başarı ihtiyacı boyutu ile ilişki ihtiyacı boyutları için hesaplanan t değerleri bu iki boyutun diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Aynı şekilde özerklik ihtiyacı boyutu için hesaplanan t değeri de diğerleriyle olumlu ilişkileri anlamlı düzeyde açıklamaktadır. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutu ile 0,212 düzeyinde, ilişki ihtiyacı boyutunun diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutu puanları ile 0,160 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Özerklik ihtiyacı boyutu kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutu ile 0,069 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı ilişkiye sahip olduğu görülmektedir.

### 3.3.8. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Yaşam Amaçları İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), yaşam amaçları iyi oluş boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 56'da gösterilmiştir.

**Tablo - 56:** Psikolojik İhtiyaçların, Yaşam Amaçları İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,329 <sup>a</sup>	,108	36,324	,000 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 56'da psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutunun, yaşam amaçları iyi oluş boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.329 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre yaşam amaçları iyi oluş boyutunda varyansın (değişkenlik) % 10.8'i psikolojik ihtiyaçların dört boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=36,324) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak yaşam amaçları iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların yaşam amaçları iyi oluş alt boyutunu açıklama gücü Tablo 57’de gösterilmiştir.

**Tablo - 57:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Yaşam Amaçları İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	p
Başarı	,086	,310	<b>10,562**</b>	,000
İlişki	,090	-,038	-1,376	,169
Özerklik	,088	-,126	<b>-4,102**</b>	,000
Başatlık	,079	,101	<b>3,309**</b>	,001

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 57 incelendiğinde, başarı ihtiyacı boyutu ile özerklik ihtiyacı boyutları için hesaplanan t değerleri bu iki boyutun yaşam amaçları iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun yaşam amaçları iyi oluş boyutu ile 0,310 düzeyinde pozitif, özerklik ihtiyacı boyutunun yaşam amaçları iyi oluş boyutunun puanları ile -0,126 düzeyinde negatif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Başatlık ihtiyacı boyutunun yaşam amaçları iyi oluş boyutu ile kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında 0.101 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir.

### 3.9. Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Öz Kabul İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Durumuna Ait Bulgular

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının (başarı, ilişki, özerklik, başatlık), öz kabul iyi oluş boyutunu açıklama gücünü ortaya koymak amacıyla çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır. Analize ilişkin bulgular Tablo 58’de gösterilmiştir.

**Tablo - 58:** Psikolojik İhtiyaçların, Öz Kabul İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü

Model	R	R <sup>2</sup>	F	P
Başatlık, ilişki, başarı, özerklik	,260 <sup>a</sup>	,067	21,679	,000 <sup>a</sup>

\*p<0,01

Tablo 58’de psikolojik ihtiyaçların dört alt boyutunun, öz kabul iyi oluş boyutunu açıklama değerleri verilmektedir. Regresyon katsayısı 0.260 olarak bulunmuştur. Hesaplanan bu değere göre öz kabul iyi oluş boyutunda varyansın (değişkenlik) % 6.7si psikolojik ihtiyaçların dört boyutundan kaynaklanmaktadır. Hesaplanan F değeri (F=21,679) psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının bütün olarak öz kabul iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığını göstermektedir.

Psikolojik ihtiyaçların öz kabul iyi oluş alt boyutunu açıklama gücü Tablo 59 de gösterilmiştir.

**Tablo - 59:** Psikolojik İhtiyaçların Alt Boyutlarının Öz Kabul İyi Oluş Alt Boyutunu Açıklama Gücü

Alt Boyutları	Std. Hata	$\beta$	t	P
Başarı	,088	,175	<b>5,827**</b>	,000
İlişki	,092	-,058	<b>-2,068</b>	,039
Özerklik	,090	-,146	<b>-4,660**</b>	,000
Başatlık	,081	,176	<b>5,653**</b>	,000

\*p<0,05 \*\*p<0,01

Tablo 59 incelendiğinde, psikolojik ihtiyaçlar boyutlarının tamamı (başarı, ilişki, özerklik, başatlık) için hesaplanan t değerlerinin öz kabul iyi oluş boyutunu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir. Kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında başarı ihtiyacı boyutunun öz kabul iyi oluş boyutu ile 0,175 düzeyinde pozitif yönde, ilişki ihtiyacı boyutunun öz kabul iyi oluş boyutu puanları ile -0,058 düzeyinde negatif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu bulunmuştur. Özerklik ihtiyacı boyutunun öz kabul iyi oluş boyutu ile kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında -0.146 düzeyinde negatif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Başatlık ihtiyacı boyutunun öz kabul iyi oluş boyutu ile kısmi korelasyon katsayısına ( $\beta$ ) bakıldığında 0.176 düzeyinde pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmektedir.

## **4.TARTIŞMA VE YORUM**

Bu bölümde alt problemlerle ilgili olarak araştırma grubunu oluşturan ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenlere göre farklılaşma gösterip göstermediği ile ilgili elde edilen anlamlı bulgular ve ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumlarını açıklama gücü ile ilgili elde edilen anlamlı bulgular literatür ışığında tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Araştırma ile ilgili bulguların tartışılması ve yorumlanması, alt problemlerin sıralamasına uygun olarak yapılmıştır.

### **4.1.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Durumlarının Özlük Niteliklerine Göre Farklılaşma Durumuna Ait Tartışma ve Yorum**

#### **4.1.1.Cinsiyet, Okul Türü, Sınıf Seviyeleri, Anne – Baba Eğitim Düzeyleri ile Psikolojik İhtiyaçlar**

Özerklik ve başatlık ihtiyaçları boyutlarında erkek ergenler lehine anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Bu sonuca göre erkek ergenlerin kız ergenlere göre özerklik ve başatlık ihtiyaçlarının daha fazla olduğu söylenebilmektedir.

Erkek ergenlerin özerklik ihtiyaçlarının kız ergenlerin özerklik ihtiyacından yüksek olması Şahin (2007), Bayraktar (2007) ve Kuzgun (1984) araştırma bulguları ile benzerlik göstermektedir. Türk toplumunda kız ve erkek ergenlere tanınan imkânlar ve roller farklılık göstermektedir. Kız çocuklarına erkek çocuklarına kıyasla daha az düzeyde özerklik, başatlık olanakları sunulmaktadır. Kız ergenler bu anlayışla yetiştirildikleri için kendilerini özerk ve başat olma yönünden daha az ihtiyaç içinde hissetmektedirler. Kız ergenler lise yaşantılarında özerklik ihtiyacı hissetmezken, üniversiteli kız ergenlerin özerklik ve ilişki ihtiyacı içinde oldukları Çelikkaleli ve Gündoğdu (2005) tarafından ifade edilmektedir.

Ergenlerin devam ettikleri okul türlerine göre başarı, özerklik ve başatlık ihtiyacı boyutlarında anlamlı farklılığın olduğu görülmüştür. Anadolu lisesine devam eden ergenlerin başarı ihtiyacı, meslek liseli ve genel liseli ergenlerden anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Genel liseye giden ergenlerin özerklik ihtiyaçları da Anadolu lisesine giden ergenlerden anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Meslek lisesine devam eden ergenlerin başatlık ihtiyaçları,

Anadolu lisesine devam eden ergenlerden anlamlı düzeyde düşük olduğu tespit edilmiştir.

Ergenlerin psikolojik ihtiyaçları ile okul türleri arasında başarı boyutunda Anadolu lisesi lehine çıkan anlamlı farklılık Çelikkaleli (2004) tarafından yapılan çalışma ile paralellik göstermektedir. Anadolu lisesine devam ergenlerin kendilerini başarılı olarak görmeleri sonucunda bu ihtiyacı diğer okul türlerine göre daha düşük seviyede hissedebileceklerdir. İlköğretim sonrası yapılan merkezi sınav ile Anadolu lisesine yerleşebilmek için ergenin yüksek seviyede başarılı olması gerekmektedir. Anadolu lisesine giden ergenler bu başarı ihtiyacını karşıladıkları için artık bu başarı ihtiyacını daha az düzeyde hissedebilirler. Genel liseye devam eden ergenler ise ilköğretim sonrası yapılan merkezi sınavda gerekli başarıyı elde edemedikleri için normal liseye devam etmişlerdir. Başarı düşüklüğünün bir sonucu olarak genel liseye devam eden ergenler, üst kademe eğitimlerini kazanabilmek için başarılı olma ihtiyacını daha yüksek seviyede hissedebilirler.

Meslek lisesine devam eden ergenlerin başatlık ihtiyacının Anadolu lisesine devam eden ergenlerden daha düşük çıkması da Kaner (1994) ve Çelikkaleli (2004)'nin yaptığı araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Ergenin kendini lider olarak görmesi, ikna ve yönlendirme konularında başat olması için öncelikli olarak kendini başarılı görmesi gerekmektedir. Anadolu lisesine devam eden ergenlerin kendilerini başarılı olarak görmeleri, sosyal grup etkileşimlerinde başatlık ihtiyaçlarını daha rahat karşılamalarını sağlayabilir. Meslek lisesine devam eden ergenler öncelikli olarak başarı ihtiyacına gereksinim duyduklarından, başatlık ihtiyacını ikinci sırada kalan bir durum olarak daha az hissetmektedirler. Ergenlerin geçmişte gösterdikleri başarı durumlarına göre başatlık ihtiyaçları farklılık gösterebilmektedir.

Anadolu lisesine devam eden ergenlerinin özerklik ihtiyaçlarının normal liseye devam eden ergenlerden daha yüksek olması Çelikkaleli (2004)'nin elde ettiği bulgular ile benzeşmektedir. Kendini özerk hisseden ergen, kendi kararlarını kendisi alır, yönlendirmelerden kaçınır ve gelenek, çoğunluk dışına çıkma gibi davranışlar ortaya koyar. Özerklik güçlü bir kendine güven ve başarı duygusunu içeren bir ihtiyaçtır. Anadolu lisesine devam eden ergenlerin başarı ve kendine güven konularında kendilerini normal lise ergenlerinden yüksek seviyede görmeleri, özerklik ihtiyaçlarını da yüksek seviyede algılamalarına neden olmaktadır.

Ergenlerin sınıf düzeyleri ile psikolojik ihtiyaçları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ergenlerin başarı ihtiyacı ile baba eğitim düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu anlamlı ilişkinin babası ortaokul mezunu olan ergenler lehine olduğu görülmüştür. Dolayısı ile babası ortaokul mezunu olan ergenlerin başarı ihtiyaç düzeyleri, babası üniversite mezunu olan ergenlerin başarı ihtiyaç düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Ergenlerin anne eğitim düzeyleri ile psikolojik ihtiyaç boyutları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Eren (1994) tarafından yapılan çalışmada lise ergenlerinin psikolojik ihtiyaçları ile sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu bulgu farklı sınıf seviyelerinde olan ergenlerin yaş aralıklarının birbirine yakın olması ve okula erken - geç başlama gibi nedenlerle bir sınıf seviyesinde 2-3 farklı yaş grubundan ergenlerin olması ile açıklanabilir. Babası ortaokul mezunu olan ergenlerin başarı ihtiyaç düzeyleri babası üniversite mezunu olan ergenlerin başarı ihtiyaçlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bu bulgu babası üniversite mezunu olan ergenlere sağlanan imkânların, babası ortaokul mezunu olan ergenlerden daha iyi olabileceği varsayımından hareket ederek, babası ortaokul mezunu olan ergenlerin başarı ihtiyaçlarının daha yüksek olabileceğini öngörmektedir.

#### **4.1.2. Cinsiyet, Okul Türü, Sınıf Seviyeleri, Anne – Baba Eğitim Seviyeleri ile Yetkinlik İnançları**

Ergenlerin cinsiyetlerine göre, akademik ve duygusal yetkinlik boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Kız ergenlerin akademik yetkinlik düzeylerinin erkek ergenlere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Erkek ergenlerin duygusal yetkinlik beklentilerinin kız ergenlere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ergenlerin devam ettikleri okul türlerine göre duygusal yetkinlik beklentisi boyutunda anlamlı farklılığın olduğu görülmüştür. Bu bulguya göre meslek lisesine devam eden ergenlerin duygusal yetkinlik düzeyleri genel liseye devam eden ergenlerden anlamlı şekilde yüksektir.

Araştırma bulgularına göre kız ergenlerin akademik yetkinlik inançları erkek ergenlerin akademik yetkinlik inançlarından daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu Üredi (2006), Hemmingsen (2001), Stacy (2003), Connolly'nin (1989) kız ergenlerinin mesleki yetkinliklerinin erkek ergenlere oranla daha yüksek olduğu yönündeki araştırma sonuçları tarafından da desteklenmektedir. Bu

araştırma bulgularına göre kız ergenler akademik başarı ve meslek kararı verme konusunda erkek ergenlere oranla kendilerine daha fazla güvenmektedirler. Duygusal yetkinlik boyutunda erkek ergenlerin kız ergenlere kıyasla kendilerini daha yetkin görmeleri Özgün'ün (2007) yapmış olduğu çalışmada erkeklerin kadınlara göre duygusal yönden kararlı, kendine güvenen, az üzülen ve kolaylıkla alınmayan bireyler oldukları sonucu ile paralellik göstermektedir.

Ergenlerin yetkinlik inançlarının sınıf düzeyi, baba eğitim düzeyleri açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucu bulunmuştur. Bu bulgu, Fırıncioğlu (2005) tarafından yapılan bir araştırmada ortaya çıkan, sınıf düzeyi yükseldikçe sosyal yetkinlik inancının yükseleceği bulgusunu desteklememektedir. Ergenlerin okula geç ve erken yazılma durumlarının olması nedeni aynı sınıf içinde aralarında 2-3 yaş fark bireyler olabilmektedir. 4 yılı kapsayan bir lise eğitiminde bu yaş aralıklarının birbirine yakın olması yetkinlik farklılıklarına neden olmayabilir.

Ergenlerin anne – baba eğitim durumları ile yetkinlik beklenti düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bu bulgu Biçer'in (2009) anne – baba çalışıp – çalışmama, meslek durumlarının yetkinlik inancında anlamlı bir farklılığa neden olmadığı bulgusu ile benzerlik göstermektedir. Bireylerin almış oldukları eğitim seviyesi büyük oranda mesleklerini de belirlemektedir. Eğitim durumları ile meslek farklılıklarının eşdeğer kabul edilmesi ile bu bulgu Biçer'in (2009) araştırması ile benzerlik göstermektedir. Eğitim seviyeleri ne olursa olsun ebeveynlerin çocukları üzerindeki etkileri günümüz şartlarından ve ergenlik dönemi özelliklerinden dolayı çok az olabilmektedir.

#### **4.1.3.Cinsiyet, Okul Türü, Sınıf Düzeyleri, Anne – Baba Eğitim Seviyeleri ile Psikolojik İyi Oluş Durumları**

Ergenlerin cinsiyetlerine göre, psikolojik iyi oluş ölçeğinin alt boyutlarından yaşam amaçları ve öz kabul boyutlarında kızlar lehine anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Kız ergenlerin yaşam amacı ve öz kabul iyi oluş düzeylerinin erkek ergenlerin yaşam amacı ve öz kabul iyi oluş düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Ergenlerin devam ettikleri okul türü ile çevresel hâkimiyet ve diğerleriyle olumlu ilişkiler alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur. Meslek lisesine devam eden ergenlerin çevresel hâkimiyet iyi oluş düzeyleri Anadolu lisesine devam eden ergenlerden anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş



boyutunda ise genel liseye devam eden ergenlerin diğerleriyle iyi oluş düzeyleri Anadolu lisesine devam eden ergenlerden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Psikolojik iyi oluşun yaşam amaçları ve öz kabul boyutlarında cinsiyete göre kızlar lehine farklılık göstermesi Ryff (1989), Radler ve Ryff'ın (2010), psikolojik iyi oluş durumlarının kızlar lehine olması sonucu ile benzerlik göstermektedir. Meslek lisesine devam eden ergenlerin çevresel hâkimiyet iyi oluş düzeyleri Anadolu lisesine devam eden ergenlerden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bu bulgu meslek lisesine devam eden ergenlerin sosyal özellikleri ile açıklanabilir. Meslek lisesi ergenlerinde genel olarak akademik yönelimin az olması ve işletme, staj koşulları nedeni ile çevresel etkinlikler ve grup faaliyetlerinde kendilerini daha iyi gösterebilmektedirler. Anadolu lisesine devam eden ergenler öncelikli olarak sınav merkezli bir öğrenim yaşamı sürmekte iken meslek lisesine devam eden ergenlerin usta – çırak modeline dayalı rollerde daha etkin oldukları söylenebilir. Meslek lisesine devam eden ergenler mesleki eğitimin (ustalık, çıraklık vb) hiyerarşik yapısından dolayı çevrelerine yönelik liderlik, sosyal yönlendirme, hâkimiyet kurma ve yöneltme konularında daha etkin davranabilirler. Bu bulgu Erbaş'ın (2009) meslek liseli ergenlerin iç kontrol odağına sahip bireyler olduğu ve kendi yargılarına daha fazla güvendikleri, yönlendirme konularında etkin oldukları şeklindeki bulguları ile de açıklanabilmektedir. Diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutunda ise genel liseye devam eden ergenlerin iyi oluş düzeyleri Anadolu lisesine devam eden ergenlerden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Diğerleriyle olumlu ilişkiler içinde olan bireyler, samimi, doyum verici ve güvenilir ilişkilere sahiptirler. Diğerleriyle olumlu ilişkiler içerisinde olan bireyler insan ilişkilerinin belirli bir denge (alma – verme) üzerine olduğunu bilir ve buna uygun davranır (Ryff ve Singer, 2008). Anadolu lisesine devam eden ergenlerin sınav rekabeti yönünden ve sosyal paylaşımların eksikliği nedeni ile daha az olumlu ilişkiler içinde oldukları söylenebilir. Akademik başarı nedenli rekabet, akran grupları arasında baskıya neden olmakta ve bu durum kontrol odağının dışı kaymasına neden olmaktadır. Anadolu lisesine devam eden ergenlerin dış kontrol odaklı olmaları insan ilişkilerinde problemlere neden olabilmektedir (Erbaş, 2009). Dış kontrolün artması ile narsizm arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmaktadır (Küçükkaragöz 1998:40). Diğer lise türlerine göre daha fazla narsist davranış gösteren Anadolu lisesi ergenleri diğerleriyle olumlu ilişki kurma yönünden düşük puan

ortalamalarına sahiptirler. Meslek lisesine devam eden ergenlerin ise diğer lise türlerine göre daha fazla kuraldışı davranışlar ortaya koymaları diğerleriyle olumlu ilişkiler yönünden düşük seviyede kalmalarına neden olmaktadır (Aras vd., 2007). Normal liseye devam eden ergenlerin diğer lise türlerine göre iç kontrol odaklı olmaları, daha az kuraldışı davranışlar sergilemeleri ve sınav performansına dayalı daha az akran baskısı, rekabetine maruz kalmaları nedeni ile diğerleriyle olumlu ilişkiler puanı daha yüksek olabilmektedir.

Ergenlerin yaşam amaçları iyi oluş boyutu ile sınıf seviyeleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu anlamlı ilişkiye göre 9. sınıfa devam eden ergenlerin yaşam amaçları iyi oluş düzeyleri 10. ve 11. Sınıfa devam eden ergenlerin yaşam amaçları iyi oluş düzeyinden anlamlı şekilde düşüktür. Bu bulgu ergenin henüz Lise 1. Sınıf seviyesinde belirli bir yaşam amacına sahip olamayabileceği, sınıf seviyesi arttıkça yaşam amacı konusunda daha belirgin düşüncelere sahip olabileceği şeklinde yorumlanabilir. Ülkemizde normal lise ve meslek liselerinde 9. Sınıf ortak sınıf olarak değerlendirilmekte ve ergenler 9. Sınıf sonunda başarı ve yönelimlerine göre okul – bölüm seçimi yapabilmektedirler. Bu uygulama da araştırma bulgusunu destekler nitelikte bir çalışmadır. Yaşam süreçleri gelişim teorileri de, farklı gelişim dönemlerinde bireylerin yaşam amaçlarının değişebileceğini ifade etmişlerdir (Ryff ve Singer 2008).

Ergenlerin baba eğitim durumları ile özerklik ve bireysel gelişim iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Babası ortaokul mezunu olan ergenlerin özerklik iyi oluş düzeyleri, babası üniversite mezunu olan ergenlerin özerklik iyi oluş düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Bireysel gelişim boyutunda da babası ilkokul mezunu olan ergenlerin bireysel gelişim iyi oluş düzeylerinin babası üniversite mezunu olan ergenlerin bireysel gelişim iyi oluş düzeylerinden anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmüştür. Ergenlerin anne eğitim durumları ile diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Annesi ilkokul, ortaokul ve lise mezunu olan ergenlerin diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş durumlarının annesi üniversite mezunu olan ergenlere göre daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Yaşam amaçları iyi oluş durumlarına göre annesi okur-yazar olmayan ergenlerin yaşam amaçları iyi oluş düzeyleri annesi lise mezunu olan ergenlere göre belirgin şekilde yüksektir. Babanın eğitim durumu ve çalışma şartları çocuklarına olan

davranışlarını ve bu bağlamda da çocukların psikolojik iyi oluş durumlarını etkileyecektir. Anne – babanın sahip olduğu ebeveynlik stilleri ailenin eğitim durumu, sosyo-ekonomik durumu yaşam şartları gibi birçok değişken tarafından etkilenmekte ve ergenin psikolojik iyi oluş halini etkilemektedir (Evans, 2009; Cripps ve Zyromski, 2009). Ebeveynlerin eğitim düzeyleri; çocukları ile ilgili düşüncelerini, uyguladıkları eğitim yöntemini etkileyen önemli bir unsurdur (Goodnow, 1988). Özdemir (2009) babanın eğitim düzeyinin ergenin özerk – ayrık benlik kurgusunu anlamlı şekilde yordadığını ifade etmektedir. Ebeveynlerinin düşük eğitim düzeyine sahip olmaları, görece olarak daha düşük grupta iş ve meslek sahibi olmaya ve ekonomik başta olmak üzere yaşam alanlarında daha mücadeleci olmalarına neden olabilmektedir. Bu anlayışla yetiştirilen çocukların özerk, diğerleriyle olumlu ilişkiler içinde, bireysel gelişim ve yaşam amacına önem veren bir tavır ortaya koymaları beklenebilmektedir.

Annesi ortaokul mezunu olan ergenlerin öz kabul iyi oluş durumlarının, annesi ilköğretim mezunu olan ergenlere göre anlamlı şekilde yüksek olduğu bulunmuştur. Birey, uzun dönemli bir kendini değerlendirme, farkındalık süreci sonunda kişiliğinin güçlü ve zayıf yönlerini de içeren bir öz kabul durumuna ulaşmaktadır. Bu süreç içinde anne – babanın ergen üzerinde büyük etkisi olmaktadır. Maier ve Lachman (2000) anne-babanın boşanma – ölüm durumlarının ergenin kendini kabul seviyesini düşürdüğünü, buna karşılık olarak düzenli aile yaşantısına sahip olan ergenlerin daha yüksek seviyede kendini kabul durumuna sahip olduğunu ifade etmiştir. Anne-babanın çocuklarına yaklaşımları, gençlerin gelecekteki benlik algılarını, kişilerarası ilişkilerini ve psikolojik iyi olma durumlarını etkilemektedir (Nelsen,1996). Annenin eğitim seviyesinin yüksek olmasının, ergenin daha yüksek seviyede kendini kabule neden olduğu bulgusunun, ebeveynlerin eğitim seviyesi ve buna bağlı olarak çocuk yetiştirme stillerindeki farklılıktan kaynaklandığı söylenebilir.

#### **4.2.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçları, Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Durumları Arasındaki İlişki Durumuna Dair Tartışma ve Yorum**

Araştırmanın bu alt probleminde ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumları arasındaki ilişki durumu

incelenmiştir. Elde edilen bulgulara göre psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Başarı ihtiyacı boyutu ile psikolojik iyi oluşun tüm boyutları (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bireyin günlük yapmış olduğu işler ve ilişkileri göz önüne alındığında psikolojik iyi oluşun bütün boyutlarını kapsayan etkileşimlerin olduğu görülmektedir. Bireyin iyi oluşun temel öğeleriyle tutarlı aktivitelere katılması ve bu aktivitelerde başarılı olması psikolojik iyi oluşu pozitif yönde etkileyecektir (Oishi vd.,1999). Soini vd., (2008) farklı başarı hedeflerine ulaşan ergenlerin öznel iyi oluş durumlarını inceledikleri çalışmalarında, başarı durumların iyi oluş durumlarını pozitif yönde etkilediğini, amaç yönünün ve zamanlamasının bu etkinin oranını değiştirebildiğini ifade etmişlerdir. Tuzgöl – Dost (2004) üniversite öğrencilerinin başarı durumları ile iyi oluş durumları arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki olduğunu belirtmişlerdir.

İlişki ihtiyacı boyutu ile özerklik ve diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş boyutları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bireyin ilişki ihtiyacı, temel ihtiyaçların karşılanmasından sevme – sevilme, güç, özgürlük ve eğlenme ihtiyaçlarına kadar uzanan çok geniş bir alanda bireyin karşılamasının zorunlu olduğu bir ihtiyaçtır. Sheldon ve Bettencourt (2002) öz belirleme kuramına dayalı olarak sosyal gruplarda psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile öznel iyi oluşu karşılaştırdıkları çalışmalarında özerklik, yeterlik ve ilişki ihtiyacı ile motivasyon, yaşam doyumu ve ilişki içinde olma iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişkiler ortaya koymuşlardır. Bireyin içsel – dışsal motivasyon kaynaklarının tatmini için ilişki ihtiyacının karşılanması önem taşımaktadır. Ryan vd. (2010) tarafından hafta içi – hafta sonu çalışmanın psikolojik ihtiyaçları karşılama ve iyi oluş durumuna etkisi incelenmiş ve psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireylerin çalışma günü farklılığına rağmen yüksek iyi oluş durumuna sahip olduklarını belirtmişlerdir.

Özerklik ihtiyacı boyutu ile çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, özerklik iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının iyi oluşa anlamlı etkisi üzerine olan bir çalışmada Baard vd. (2004) iş ortamlarında öz belirleme kuramına göre karşılanan temel ihtiyaçların motivasyona ve iyi oluşa olan olumlu etkisini ortaya koymuşlardır. Kişilere

sağlanan özerklik imkânlarının bu kişilerin, yeterlik, ilişki ve özerklik iyi oluş durumlarını olumlu yönde etkilediği bulgusu araştırma bulgusu ile paralellik göstermektedir. Bireyin kendini ifade etmesine imkân sağlayan özerklik alanı; bireyin kendini geliştirmesine, kendini ifade etmesi ile olumlu çevresel ilişkilere ve kişiliği ile uyumlu yaşama amaçlarını oluşturma ve bu amaçlara ulaşma yönünde çaba harcamasına katkı sağlayabilecektir.

Başatlık ihtiyacı boyutu ile çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, öz kabul, yaşam amaçları, özerklik iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bireyin yaratıcı bir üretkenlik içinde yaşamını sürdürebilmesinde, başarı, dayanıklılık, ilişki ve başatlık ihtiyaçlarının büyük önemi bulunmaktadır (Lopez ve Snyder, 2007). Deveci (2007) bireylerin çevreleri ile iletişim kurarken çevresel hâkimiyet sağladıkları alanlarda başatlık ve ilişki ihtiyaçlarını karşıladıklarını ifade etmektedir. Başatlık sağladıkları alanlarda karşılanan başatlık doyumunu aynı zamanda iyi oluşun temel bileşenlerinden olan çevresel hâkimiyet konusunda da kişiye olumlu iyi oluş sağlamaktadır. Başatlık durumunun ortaya çıkmasında öz kabul, bireysel gelişim, yaşam amaçları ve özerklik durumlarının da önemli katkısı bulunmaktadır. Başatlık ihtiyacı sağlam bir öz kabul ve kişisel gelişimi temel olarak özerklik ve çevresel hâkimiyet alanlarında kendini ortaya koyacaktır.

Yetkinlik beklentisi boyutları ile psikolojik iyi oluş boyutları (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul) arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Güçlü bir yetkinlik inancı, insanların başarılarını ve iyi oluş durumlarını birçok yolla güçlendirmektedir. Sosyal öğrenme kuramına göre yetkinlik inancı, sosyal yapı ile bireyin iyi oluş durumlarını bütünleyen bir kişilik özelliğidir (Bandura, 1997). Bradley ve Corwyn (2001) sosyal yetkinlik inancının aile çevresi ve iyi olma değişkenleri ile olan ilişkisini incelediği araştırmasında, yetkinlik inancının okul ve aile ile ilgili fonksiyonlarda, sosyal davranışlarda arabolucu bir fonksiyonunun olduğuna dair bulgular elde etmişlerdir. Saltzman ve Holahan (2002) lise öğrencilerinin sosyal destek, psikolojik iyi olma ve yetkinlik inancı ve uyum göstermeye yönelik baş etme stratejilerinin ilişkili olup olmadığını inceledikleri çalışmalarında, birbiri ile anlamlı pozitif sonuçlar elde etmişlerdir. Yetkinlik inancı, bireyin iyi oluş durumlarına destek veren ve iyi olma alanlarını genişleten bir olgu olarak psikolojik iyi oluş ile önemli bir yapı ortaya koymaktadır.

### **4.3.Ergenlerin Psikolojik İhtiyaçlarının Yetkinlik İnançları ve Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Açıklaması ile İlgili Tartışma ve Yorum**

Başarı ihtiyacı alt boyutu yetkinlik inancının bütün boyutlarını (akademik, duygusal, sosyal yetkinlik) pozitif yönde ve anlamlı olarak açıklamaktadır. Özerklik ihtiyacı boyutu ise akademik yetkinlik boyutunu negatif yönde ve anlamlı şekilde açıklarken sosyal yetkinlik boyutunu pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. İlişki ve başatlık ihtiyacı boyutları ile sosyal yetkinlik boyutu arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Psikolojik ihtiyaçların psikolojik iyi oluşu açıklama düzeyinde de anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Başarı ihtiyacı boyutu psikolojik iyi oluşun bütün boyutlarını (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul) pozitif yönde ve anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. Özerklik ihtiyacı boyutu bireysel gelişim ve diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş durumunu pozitif ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Özerklik ihtiyacı boyutu, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş boyutlarını negatif ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Başatlık ihtiyacı boyutu ise diğerleriyle olumlu ilişkiler, özerklik, yaşam amacı ve öz kabul iyi oluş durumlarını pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. İlişki ihtiyacı boyutu ise diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutunu pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklarken, öz kabul boyutunu negatif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır.

Bireyler yapmış oldukları bütün davranışları belirli bir amaç doğrultusunda gerçekleştirirler. Bu amaca yönelik davranışların sonuca ulaşması, bireyde başarı duygusunun ortaya çıkmasını sağlayacaktır. Bu başarı duygusu farklı çeşit ve seviyelerde bireyleri etkilemektedir. Bireylerin başarılı olma duygusu, yetkinlik inancını ve iyi oluş durumlarını da doğrudan etkileyen temel değişkenlerdendir. Başarı ihtiyacı bireylerin kendini yetkin gördükleri alanlara yönelmeleri ile başlayıp olumlu şekilde giderilmesiyle iyi oluş durumlarını da etkileyen bir sürece sahiptir. Bireyin başarı ihtiyacı bağlanma, uzmanlık ve güç kazanma güdülerine bağlıdır (Annaberdiyev, 2006). Uzmanlık güdüleri baskın olan bireyin güçlü yetkinlik algılarına sahip olması beklenir. Bu yetkinlik inançları da akademik, sosyal ve duygusal yetkinlik alanları olarak birbirlerini tamamlayıp pozitif yönde birbirlerini etkileyen alanlardan

oluşmaktadır. Bireyin bir alanda kendini yetkin görmesi diğer alanları da olumlu şekilde etkileyecek ve başarı ihtiyacının giderilmesinde davranışı, isteği güçlendirici bir unsur olarak katkı sağlayacaktır. Güç kazanma güdülerini de sosyal yetkinlik durumlarını gerekli kılmaktadır. İnsanların bir arada bulunması ve başarı ihtiyacının rekabet, kıyaslama öne geçme durumları da içermesinden dolayı sosyal bir etkileşim içerisinde bireyin kendini yetkin görmesi, sosyal yetkinliğinin yüksek olması başarı ihtiyacını doğrudan etkileyecektir. Başarı ihtiyacının karşılanacağı hedef alanın seçiminde de yetkinlik inancı büyük önem taşımaktadır. Birey kendini yetkin gördüğü alanda daha başarılı olacağı için o alana yönelik hedef seçiminde bulunabilecektir (Steward, 2009). Bandura (1997) bireyin yetkinlik inancının okul başarısını doğrudan etkilediğini ifade etmektedir. Bireyin geçmişindeki farklı başarı alanlarından yararlanarak yetkinlik algısının güçlendirilebileceğini belirtmiştir. Bireylerin yetenekleri ile yetkinlik inancının başarıyı yordaması yönünden değerlendirilme yapıldığında yetkinlik inançlarının başarının daha yüksek seviyede yordayıcısı olduğu görülmüştür. Farklı alanlardaki başarı ihtiyaçlarının bir önkoşul olarak yetkinlik algısını gerekli kıldığı ve elde edilen başarılar sonrasında sahip olunan yetkinlik inançlarının daha da güçlendiği belirtilmektedir. (Schunk ve Meece, 2005).

Psikolojik ihtiyaçların karşılanması ile bireyin kendini olumlu olarak algılaması ve iyi oluş durumu artacaktır (Ryan ve Deci, 2000b). Başarı, ilişki, özerklik ve başatlık ihtiyaçları bireyin diğer psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanması için gerekli olan temel ihtiyaçlardır. Bireylerin iyi oluş durumları dengeli şekilde belirlenmiş ihtiyaçların karşılanması ile mümkün olabilecektir. Murray'a (1938) göre ihtiyaçlar birincil ve ikincil ihtiyaçlar olarak ayrılmaktadır. Psikolojik ihtiyaçlardan başarı ihtiyacı diğer ihtiyaçlara göre bireyi birçok yönden etkileyen ve doyurulması ile diğer ihtiyaç ve iyi oluş alanlarını olumlu şekilde etkileyen temel psikolojik ihtiyaçlardandır. Psikolojik iyi oluşun kişisel ve sosyal alanları bireylerin öncelikli olarak başarı, yetkinlik gibi temel öncül ihtiyaçlarını karşılamasını gerekli görmektedir (Ryan ve Deci, 2000b; Burger, 2006) .

Bireylerin yapıları ile uyumlu bir öz kabul iyi oluş durumuna sahip olmaları ile gerçekçi başarı ihtiyaçlarının karşılanması mümkün olabilecektir (Godin, 2010). Bireyin dışsal motivasyon kaynaklarını temsil eden öznel iyi oluş, bireyin kendini akademik olarak yetkin görmesine ve kendini hedefe

motive etmesi açısından psikolojik iyi oluş durumlarının öncü bir harekete geçirci durumu olarak görülmektedir (Rey, 2009).

Deveci (2007) başarı, özerklik ve ilişki ihtiyacını karşılayan bireylerin kendilerini rahat ve huzurlu hissettiklerini ifade etmektedir. Bu temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması psikolojik iyi oluş durumları doğrudan etkileyen önemli değişkenlerdir.

Kişinin ihtiyaçları ile ilgili olmayan, yada daha dolaylı amaçlara kavuşması kişisel ihtiyaçlarını karşılamayarak iyi oluş (well-being) durumundan ziyade rahatsız oluş durumunu yaratacaktır (ill-being). Ryan ve Deci (2000a) öz belirleme kuramının önemli kavramı olan motivasyonun içsel ve dışsal kaynaklı oluşu ile iyi oluş durumunu değerlendirmişlerdir. İçsel motivasyon kaynaklarının psikolojik ihtiyaçlara ve iyi oluşa daha çok hitap ettiği ifade edilmiştir. Dışsal motivasyon kaynaklarının ise etkisinin az olduğu vurgulanmıştır. Bu durum psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluş durumları açısından değerlendirildiğinde ise Deci ve Vansteenkiste (2004:34) tarafından ifade edilen temel ihtiyaçların psikolojik iyi oluş durumu ile doğrudan ilgili olduğu söylenebilmektedir. Kişilerin ihtiyaçlarının büyük oranda karşılanması sonucunda bireyler kendilerini daha sağlıklı ve kendilerine olan saygılarını yüksek olarak tarif etmişlerdir. Bununla beraber bu kişiler daha az kaygı ve psikosomatik belirtiler göstermişlerdir. Bu bulgular sadece Amerika gibi bireyselliğin ön planda olduğu kültürlerde değil, çoğulculuğun, ortaklaşıcılığın daha hâkim olduğu kültürlerde de doğrulanmıştır. Temel ihtiyaçlarının günlük karşılanma durumuna göre bireylerin kendilerini nasıl hissettiklerini inceleyen Reis vd. (2000) temel ihtiyaçları karşılanan bireylerin günlerini iyi olarak nitelediklerini, karşılanmayan kişilerin ise kötü bir gün olarak nitelediklerini ifade etmişlerdir. İhtiyaçları karşılanan bireylerin günlük etkinliklerinde kendilerini daha özerk ve yetkin gördükleri, insanlarla olan ilişkileri sonucunda günlük iyi oluş durumlarını yüksek olarak ifade etmişlerdir. Psikolojik ihtiyaçların karşılanıp karşılanmaması durumuna göre bireylerin genel başarılı olma ve iyi oluş durumları doğrudan değişebilmektedir (Ryan ve Deci, 2000b). Birbirinden farklı psikolojik ihtiyaç öncelliğine ve iyi oluş önceliğine sahip olan bireylerin doyum sağlama ve iyi olma durumlarına kavuşmalarında da bireysel ve sosyal ilişkilerinde başarılı olmalarının büyük önemi bulunmaktadır (Massimini ve Fave, 2000). Kişilerin farklı alan ve seviyelerde hissetmeleri gereken başarı ihtiyacı, pozitif psikolojinin bireyler için öngördüğü iyi oluş



durumlarına ulaşabilmelerinde temel bir ölçüttür (Schwartz,2000). Başarı ihtiyacı, yetkinlik inancının oluşmasından psikolojik iyi oluş algılarında ki genel iyilik halini ortaya çıkarmasına kadar bireyi bütün yönleri ile etkileyen en temel psikolojik ihtiyaçtır. Başarı ihtiyacı belirtilen özelliklerinden dolayı yetkinlik ve iyi oluş boyutlarının tamamı ile anlamlı bir ilişki içerisindedir. Başarı ihtiyacı gibi temel psikolojik ihtiyaçların içinde yer alan özerklik ihtiyacı da birey olma yolunda karşılanması gereken önemli bir ihtiyaçtır.

Araştırma bulgularına göre özerklik ihtiyacı sosyal yetkinlik inancını pozitif yönde anlamlı olarak, akademik yetkinlik inancını ise negatif yönde ve anlamlı olarak açıklamaktadır. Özerklik ihtiyacı yetkin olma ve bireyselleşme yolunda önemli bir psikolojik ihtiyaçtır (Cripps ve Zyromsk, 2009). Özerklik ihtiyacı bireyin kendi öz'üne dair erk (güç) durumunu ortaya koymasına dayalı bir ihtiyaç durumudur. Kişinin kendi kişisel değerlerine göre sosyal ortamlarda kendine ifade etmesine dayalı olan özerklik ihtiyacı kendi içinde sağlam bir sosyal yetkinlik algısını gerekli kılmaktadır. Sosyal yetkinlik inancı insan ilişkilerine dayalı kendini ifade etme ve etkin katılımı içerdiğinden dolayı özerklik ihtiyacını karşılamış kişilerin sosyal yetkinlik algısına sahip olması anlamlı görülmektedir. Çelikkaleli (2004) sosyal yetkinlik inancının düzen, sebat ve uyarlık ihtiyaçları ile negatif ilişki içinde olduğunu ifade etmiştir. Bireyin özerk, farklı ve özgün olması kendine özgü kişilik yapısı ile birey olmasının önemli unsurlarıdır.

Özerklik ihtiyacı ile akademik yetkinlik inancı arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Özerklik ihtiyacının kontrol, düzen ve uyma davranışlarının en az yordayan bir ihtiyaç olduğu kabul edildiğinde belirli bir istikrar ve düzeni isteyen akademik yetkinlik inancı ile negatif yönde ilişkiye sahip olması anlamlı görülmektedir. Özerk olma ihtiyacı içinde olan bireyde sosyal yetkinlik inancı baskın durumda olup sosyal ifade ve kişilik gelişimi açısından bir geçiş yaşanmaktadır. Ryan ve Deci (2000b) özerklik ihtiyacının kontrol durumunun neredeyse yok sayıldığı durumlara neden olabileceğini ifade etmişlerdir. Bireylerin özerk olma değişikliğine duydukları ihtiyaç, özerklikle ters ilişki içinde olan uyma, düzen, kontrol, odaklanma gerektiren akademik durumları ihmal etmelerine neden olabilmektedir. Özerklik ihtiyacı içinde olan ergenlerin bu dönemlerde sosyal yetkinlik durumlarını da kapsayan müzik, sportif faaliyetlerde kendilerini yetkin görmeleri sosyal yetkinlik inançlarını artırırken akademik yetkinlik yönünü zayıflatabilecektir. Bireyler

psikolojik ihtiyaçlarının giderilmesinde, yalnızlık durumlarında arkadaşlık ihtiyacı, denetim altındayken özerklik ihtiyacı, etkisizken yetkin olma ihtiyacı duyabilmektedirler. Bireyi davranışa sevk eden dışsal motivasyon kaynakları sosyal çevre ve kültür, özerk olma süreci ile doğrudan ilişkilidir. Bireyin özerk olması ilişkide bulunduğu sosyal çevrede kendine özgü davranışlar sergilemesini ve sosyal yetkinlik yaşamasını sağlayacaktır. Belirgin şekilde öğretmen, ebeveyn kontrol ve takibini gerektiren akademik yetkinlik inancı ise özerklik ihtiyacının karşılanma sürecinde ergen tarafından ihmal edilebilmektedir.

Bireysel gelişim iyi oluş durumu ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahip olan özerklik ihtiyacı özerk ve birey olma anlamında ortak bir yapı ortaya koymaktadır. Özerklik ihtiyacı ve yetkinlik inancı bireyselleşme sürecinin en temel öğelerindedir (Bandura, 1997; Ryan ve Deci, 2000b). Özerklik ihtiyacı içinde olan kişi, bireysel gelişimini tamamlama çabası içerisindedir. Özerk olma yolunda gösterdiği başarılar bireyin kişisel gelişim iyi oluş durumunu da anlamlı şekilde artıracaktır. Gagne (2003) bireylere sağlanan özerklik desteğinin onların psikolojik ihtiyaçların doyumu ve kendini iyi algılama durumları üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğunun ifade etmiştir. Aynı zamanda bireylere sağlanan özerklik desteğinin tüm ihtiyaçlarla olumlu ilişki gösterdiği belirtilmektedir. Bireyselleşme, özerk olma ve kişisel gelişim benlik gelişimi açısından eş olarak ele alınabilecek unsurlardır. Bireyin özerklik ihtiyacının, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş durumları ile negatif yönde anlamlı ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Özerk olma süreci kendi içinde bir ayrılma, kopma süreci yaşadığından dolayı yaşam amaçları konusunda belirsizlikler bulunabilmektedir. Şüphesiz ki bireylerin yaşam amaçları özerk olma durumlarına göre farklılık gösterecektir. Birey ailesinden, akran grubundan, sosyokültürel çevreden özerkliğini alabildiği seviyede yaşam amaçlarını oluşturabilecektir. Benzer şekilde özerk olma yolunda kopmalar, ayrışmalar yaşayan bireyin öz kabul yönünden net olmayan görüşleri bulunabilmektedir. Henüz özerkliğini kazanamayan birey, sağlıklı bir öz kabul iyi oluş durumuna sahip olamayabilir. Özerk olma yönünden dengeli bir duruma erişildiğinde ise kişi, yaşam amaçları ve öz kabul durumlarını elde ettiği özerklik durumuna göre oluşturabilecektir. Lundberg (2007) temel psikolojik ihtiyaçlara doyum sağlama yoluyla motivasyonun artırılmasında özerkliğin önemli rolü olduğu ifade etmektedir. Çevre tarafından desteklenen

bireylerin özerklik kurabilmeleri onların başarılı olarak tanımlanmalarını sağlar. Cihangir – Çankaya (2005) öz belirleme modelinin özerklik ihtiyacının bireyin iyi olma algısını doğrudan etkilediğini ifade etmektedir. Özerklik ihtiyacı da dâhil olmak üzere temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması yaşam doyumunu ve öznel iyi olmayı olumlu yönde etkilemektedir.

Özerklik ihtiyacına yetkinlik inancı ve iyi oluş yönleri açısından genel olarak bakıldığında; özerkleşme sürecinin sosyal yetkinlik ve bireysel gelişim alanlarına yoğun olarak ihtiyaç duyduğu, buna karşılık olarak ta bir düzen, istikrar, odaklanma gerektiren akademik yetkinlik, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş durumlarını ise ters olarak etkilediği görülmektedir. Özerklik ihtiyacı benlik gelişiminin temel ihtiyaçlarından başatlık ihtiyacı ile de anlamlı bir ilişki göstermektedir.

Araştırma bulgularına göre başatlık ihtiyacı, sosyal yetkinlik inancını, özerklik çevresel hâkimiyet, yaşam amacı ve öz kabul iyi oluş durumlarını pozitif yönde anlamlı şekilde açıklamaktadır.

Birey özerklik ihtiyacını gidermesi ile birlikte kişilik yapısına ve yönlendirme durumlarına göre başat, lider yönlendirici tavırlar ortaya koyabilecektir. Kendi öz kontrolünü, gücünü ele geçiren birey için çevresel güç sağlama ihtiyacı ortaya çıkabilecektir. Başatlık ihtiyacı büyük oranda sosyal yetkinlik inancını gerekli kılmaktadır. Bireyin akranları ve toplum içerisinde önder, lider, baskın olabilmesi için insanlar arasında güçlü bir sosyal yetkinlik inancına sahip olması gerekir. Murray (1938) başatlık ihtiyacı yüksek olan bireylerin sosyal işlerde ve yönlendirme faaliyetlerinde etkin olduklarını belirtmektedir. Kuzgun (1984) başatlık ve sebat ihtiyacı yüksek olan bireylerin sosyal yardım ilgilerinin yüksek olduğunu ifade etmiştir. Başatlık ihtiyacı güçlü olma ve diğer bireyler üzerinde etkin olma arzusu olarak tanımlanırken bireyin sosyal yetkinliğine de vurgu yapmaktadır (Murray, 1938). Ryan ve Deci (2000a) özerklik ve başatlığın aynı içeriği sahip olmadığını, başatlığın özerkliği de kapsayan ama diğer bireylerin üzerinde etkin olmayı da içeren yayılma ve güç olgularını içerdiğini belirtmektedir. Başatlık aynı zamanda rekabet, yarışma olgularını da içerdiğinden dolayı özerklikten ayrılmaktadır. Başatlık ihtiyacı liderlik, işletme gibi alanlarda sıkça kullanılan bir kavram olarak sosyal yetkinlik ve sosyal becerilere sıkça vurgu yapmaktadır. İşletme, girişimcilik, yönetim alanlarında da konu edinilen başatlık ihtiyacı, liderliğin önemli bir özelliği olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin başat olmalarının yanında başarılı

bir sosyal yetkinliğe sahip olmaları gerekmektedir (Hogan, 2009). Bireylerin başatlık durumlarının sağlıklı bir yapı ve ilerleme ortaya koyabilmesi için psikolojik iyi oluş yapılarını da tamamlaması gerekmektedir. Murray (1938) başatlık durumlarının patolojisi boyutuna Hitler'i örnek vererek bireyin kişilik gelişimini, özerkliğini tamamlamasının ardından sağlıklı bir başatlık duygusunun oluşabileceğini belirtmiştir. Bireylerin başatlık ihtiyacı sosyal yetkinlik inançlarının yanı sıra, özerk iyi oluş, çevresel hâkimiyet, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş boyutlarını da anlamlı şekilde açıklamaktadır.

Kişinin sağlıklı bir başatlık ortaya koyabilmesi için öncelikli olarak dengeli bir kişilik ve ruh yapısına sahip olması gerekmektedir. Psikolojik iyi oluş öğeleri birbirlerini tamamlayan öğelerden oluşup, kişilik gelişiminden başlayarak toplumsal üretkenliğe doğru giden bir iyi oluş modeli oluştururlar. Ryff ve Singer (2008) psikolojik iyi oluşun kuramsal temellerini ortaya koyarken belirli alanlarda iyi oluş durumlarının önceliklerinin gerekli olduğunu, zamanında karşılanmayan bu önceliklerin kişilik gelişimi ve iyi oluş açısından sağlıksız yapılara neden olabileceğini belirtmişlerdir. Bireyin başatlık ihtiyacını karşılayabilmesi için öncelikli olarak öz yapısına ait değerleri içeren öz kabul ve özerklik iyi oluş durumlarını karşılaması gerekmektedir.

İlişki ihtiyacı diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş durumunu pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklarken öz kabul iyi oluş durumunu ise negatif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. İlişki ihtiyacı bireyin sosyalleşme, benlik gelişimi ve yaşam sürecine katılmasında bağlantı unsurlarını içeren önemli psikolojik ihtiyaçlardandır. Bireyler, çevreleri ile kurdukları ilişkiler sayesinde var olurlar ve varlıkları devam ettirirler. Bireyler ilişki kurarak diğer bireylerden ve toplumdan aldıkları bilgiler ve geribildirimler ile kişiliklerini oluştururlar. İlişki ihtiyacının sağlıklı bir şekilde karşılanması sayesinde birey, diğer psikolojik, sosyal ihtiyaçlarını da giderebilecek ve kendini rahat huzurlu hissedebilecektir (Ryan ve Deci, 2000a; Kesici vd., 2003). Ergenin kendini toplum içinde ifade etmesi ve sağlıklı ilişkiler kurabilmesi özerklik ihtiyacını da içeren gelişimsel bir görevdir. Birey çevresiyle kurduğu ilişkiler çerçevesinde kendini ve duygularını açmayı öğrenecek ve bu sayede sosyal yetkinlik inancını da kazanabilecektir ( Öksüz, 1997; Çelikkaleli, 2010). Bireyin sosyal yetkinlik inancının ilişki ihtiyacı içinde artırılması sayesinde,

içedönük, bağımlılık durumları ve bunlara bağlı ruhsal rahatsızlıklar (depresyon gibi) daha az görülebilecektir (Bandura 1990-1997).

İlişki ihtiyacı diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş durumu ile doğrudan ilgilidir. Bireyin gelişim süreci içinde model alma, kıyaslama durumları için insanlarla ilişki içinde olması gerekmektedir. Ergen ilişki ihtiyacını karşılama sürecinde, aile üyelerinden duygusal, davranışsal ve değer özerkliğini kazanabilecektir (Yılmaz, 2007). Ergenin çevresinde nitelikli insanların olması ve bunlarla kurulacak olan ilişkiler benlik gelişimi ve iyi oluş durumlarına katkı sağlayacaktır. Ergenin kişiliği bu dönemde henüz tam olarak yerleşmediğinden dolayı öz kabul iyi oluş durumu yönünden yetersizlik yaşayabilecektir. Ergen, ilişki ihtiyacı içinde kendine uygun değerleri, ilgileri oluşturma çabası içerisindeyken kendisi hakkında kabul edebileceği belirgin kişilik özellikleri eksik olabilecektir. Bu da öz kabul boyutu ile ters yönde bir ilişki ortaya koymaktadır. Ergenin ilişki ihtiyacı arttıkça bu ilişkilerden aldığı bilgiler, yorumlar kişilik gelişiminde değişimlere neden olmaya devam edecek ve öz kabul iyi oluş durumu da düşük seviyede olabilecektir. Bu ilişkilerin ergenlik döneminin sonlarına doğru belirgin değerlere vurgu yapması ve ergen tarafından bunların denenerek benimsenmesi sonucunda sağlıklı, geçerli bir kimlik algısı ve öz kabul iyi oluş durumu oluşabilecektir.

## 5.SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak ulaşılan genel sonuç ve önerilere yer verilmiştir. Ulaşılan genel sonuçlar ilk olarak araştırmanın bağımlı değişkenleri olan ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş düzeyleri ile bağımsız değişkenleri olan cinsiyet, okul türü, sınıf seviyesi, anne – baba eğitim durumuna göre farklılaşmanın olup olmadığına göre sunulmuştur. Daha sonra ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişki durumu ve ergenlerin psikolojik ihtiyaçlarının yetkinlik inançlarını ve psikolojik iyi oluş durumlarını açıklama gücü ele alınmıştır.

Öneriler ebeveynler, idareci ve öğretmenler, eğitim programcıları ve araştırmacılara yönelik olarak sunulmuştur.

### 5.1.Sonuçlar

Araştırma bulgularına göre cinsiyet değişkeni açısından özerklik ve başatlık ihtiyaçları boyutları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Okul türü açısından da başarı, başatlık ve özerklik ihtiyaçları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Ergenlerin baba eğitim durumları ile başarı ihtiyaçları arasında da anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Ergenlerin cinsiyetleri ile akademik ve duygusal yetkinlik inançları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Ergenlerin devam ettikleri okul türleri ile duygusal yetkinlik inançları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Ergenlerin cinsiyetleri ile yaşam amacı ve öz kabul iyi oluş durumları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Ergenlerin devam ettikleri okul türleri ile çevresel hâkimiyet ve diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş durumları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Ergenlerin sınıf seviyeleri ile yaşam amaçları iyi oluş durumları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Baba eğitim durumları ile özerklik ve bireysel gelişim iyi oluş durumları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Anne eğitim durumları ile diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş durumları arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır.

Ergenlerin başarı ihtiyacı ile psikolojik iyi oluşun bütün boyutları (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul) arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır. Ergenlerin ilişki ihtiyacı ile özerklik, diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş durumları arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır. Ergenlerin özerklik ihtiyacı ile çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve özerklik iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır. Ergenlerin başatlık ihtiyacı ile öz kabul, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, yaşam amaçları ve özerklik iyi oluş durumları arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır. Ergenlerin başarı ihtiyacı ile yetkinlik algısının bütün boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır. İlişki ihtiyacı ile akademik ve sosyal yetkinlik boyutları arasında, özerklik ihtiyacı ile sosyal ve duygusal yetkinlik inancı arasında ayrıca başatlık ihtiyacı ile yetkinlik algısının bütün boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır. Ergenlerin akademik, duygusal ve sosyal yetkinlik inançları ile psikolojik iyi oluşun bütün boyutları (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul) arasında anlamlı ilişki bulunmaktadır.

Psikolojik ihtiyaçların başarı ihtiyacı alt boyutu yetkinlik inancının bütün alt boyutlarını (akademik, duygusal, sosyal) pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Psikolojik ihtiyaçların başarı ihtiyacı alt boyutu psikolojik iyi oluşun bütün alt boyutlarını (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları, öz kabul) pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Psikolojik ihtiyaçların özerklik ihtiyacı alt boyutu sosyal yetkinlik inancını pozitif yönde ve anlamlı şekilde, akademik yetkinlik inancını ise negatif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Psikolojik ihtiyaçların özerklik ihtiyacı alt boyutu diğerleriyle olumlu ilişkiler ve özerklik iyi oluş boyutlarını pozitif yönde ve anlamlı şekilde, yaşam amaçları ve öz kabul iyi oluş durumlarını ise negatif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır.

Psikolojik ihtiyaçların başatlık ihtiyacı alt boyutu sosyal yetkinlik inancını pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Psikolojik ihtiyaçların başatlık ihtiyacı alt boyutu öz kabul, özerklik, çevresel hâkimiyet ve yaşam amacı iyi oluş durumlarını pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Psikolojik ihtiyaçların ilişki ihtiyacı alt boyutu sosyal yetkinlik inancını pozitif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır. Psikolojik ihtiyaçların ilişki ihtiyacı alt boyutu diğerleriyle olumlu ilişkiler iyi oluş durumunu pozitif yönde ve anlamlı şekilde, öz kabul iyi oluş durumunu ise negatif yönde ve anlamlı şekilde açıklamaktadır.

## 5.2.Öneriler

Araştırmada ele alınan psikolojik ihtiyaçlar, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumlarının sağlıklı bir şekilde oluşturulması ve geliştirilmesi, bireyin gelişim sürecinde yanında olan ve onu etkileme gücüne sahip kişiler sayesinde mümkün olabilecektir. Bu nedenle araştırma önerileri ebeveynler, idareci ve öğretmenler, eğitim programcıları ve araştırmacılara yönelik olarak sunulmuştur.

### 5.2.1.Ebeveynlere Yönelik Öneriler:

1. Bebeklik ve ilk çocukluk dönemi gelişim ihtiyaçlarının sadece fizyolojik kökenli olmadığı bilinerek psikolojik ihtiyaçların karşılanmasına yönelik ilgi ve ortamların sunulmasına özen gösterilmelidir.

2. Ebeveynler çocuklarının psikolojik ihtiyaçlarını gidermelerine yardımcı olarak sosyal ortamlara, ilişkilere girmeleri yönünde çocuklarını yönlendirmelidirler.
3. Ebeveynler ergenlik döneminin özelliklerini göz önüne alarak çocuklarının yetkinlik inançlarının oluşmasında onlara gerekli imkân ve desteği sunmalıdırlar.
4. Ebeveynler çocuklarının yetkinlik inançlarını dengeli şekilde geliştirmeli, belirli yetkinlik alanlarına (akademik yetkinlik inancı) daha fazla önem vererek diğer alanları ihmal etmemelidirler.
5. Ebeveynlerin çocuklarının gelişim özelliklerini takip ederek gelişimsel açıdan geri kalınan yetkinlik inançları için uzmanlardan yardım almaları faydalı olabilecektir.

### **5.2.2.İdareci ve Öğretmenlere Yönelik Öneriler**

1. Okul ortamında uyumsuz davranışlar sergileyen ergenlerin bu davranışlarının nedenlerinin psikolojik ihtiyaçları olabileceği düşünülerek uygun yaklaşım ve imkânlar sağlanmalıdır.
2. Okulda uyumsuz davranışlar ortaya koyan, başarısızlık problemi olan çocuklarına psikolojik ihtiyaçlar ve yetkinlik inançları yönünden değerlendirilip gerekli destek imkânlarının kullanılması sağlanmalıdır.
3. Çoğunlukla akademik yetkinliği güçlendirmeye yönelik okul faaliyetlerinin yapılmasının, öğrencilerin gelişimlerini olumsuz etkileyebileceği ve bunun sonucunda akademik başarısı düşük olan öğrencilerin uyum, davranış problemleri gösterebileceği kurullarda ve etkinliklerde hatırlatılmalıdır.
4. Akademik yetkinliği düşük olan öğrencilerin başarı ihtiyaçlarını uygun şekilde karşılamalarına imkân sağlayacak sosyo – kültürel faaliyetlere önem verilmelidir.
5. Ergenlerin içinde bulunduğu aile ve sosyal çevre özellikleri dikkate alınarak, iyi olma durumunu hissedebilecekleri uygun gelişim alanlarına yönlendirmelerinin yapılması fayda sağlayabilecektir.



### 5.2.3.Eğitim Programcıları ve Araştırmacılar

1. Farklı okul türlerine ve sınıf seviyelerine uygun psikolojik ihtiyaçların geliştirilmesine dayalı etkinliklerin yanı sıra sosyal kulüp ve okul dışı kurum imkânlarının kullanılmasına yönelik programların hazırlanması faydalı olabilecektir.
2. Yurtdışı örneklerinde olduğu gibi, ülke genelinde yapılacak bir tarama ile, ergenlerin psikolojik ihtiyaçları ve yetkinlik beklentilerine karşılık gelen daha kapsamlı ve verimli eğitim – öğretim programları düzenlenebilecektir.
3. Ergenlik dönemi özellikleri ile psikolojik ihtiyaçların, yetkinlik inançlarının yapıları incelenerek bu yapıları ergenlere kazandırma yolları üzerine farklı eğitim öğretim metodları geliştirilmelidir (drama etkinliklikleri gibi).
4. Ülkemiz için geçerli olabilecek bir iyi oluş modeli için araştırmaların yapılması, sağlık ve eğitim açısından büyük katkılar sağlayabilecektir.
5. Yetkinlik inançlarının ve psikolojik iyi oluşun kaynakları ve algılanışı üzerine nitel çalışmaların yapılması, ülkemiz adına geliştirilebilecek iyi oluş modeline katkı sağlayabilir.
6. Okullarda görev yapan okul rehber öğretmenlerinin, öğrencilerin yetkinlik inançları geliştirmelerine yardımcı olacak teknikler üzerinde lisans eğitimlerinde ve hizmet öncesi - içi dönemde eğitilmeleri önemli fayda sağlayabilir.

## 6.KAYNAKÇA

- Adams, J.F. (1995). *Ergenliği Anlamak*. (Çev. A. Dönmez) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi
- Akın, A. (2008). Scales of Psychological Well-Being: A Study of Validity and Reliability. *Educational Science: Theory & Practice*, 8(3), 721-750.
- Akkapulu, E. (2005). *Ergenin Sosyal Yetkinlik Beklentisini Yordayan Bazı Değişkenler*, Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Andonian, L. (2010). *Emotional Intelligence, Perceived Clinical Self-Efficacy, and Occupational Therapy Interns' Clinical Competence*, Degree of Doctor of Philosophy, Saybrook University, California.
- Annaberdiyev, D. (2006). *Türkiye'de Eğitim Gören Türk Cumhuriyetleri ve Türk Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Yardım Arama Tutumları, Psikolojik İhtiyaçları ve Psikolojik Uyumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ege Üniversitesi. İzmir.
- Aras, Ş. Günay, T. Özan, S. Orçin. E. (2007). İzmir İlinde Öğrencilerin Riskli Davranışları. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. Sayı:8 (3) s.186-196.
- Arnone, M.P & Reynolds, R. & Marshall, T. (2009). The Effect of Early Adolescents' Psychological Needs Satisfaction upon Their Perceived Competence in Information Skills and Intrinsic Motivation for Research *School Libraries Worldwide*. Edmonton: Jul 2009. Vol. 15, Iss. 2; pg. 115, 20 pgs
- Atalay, F. (1994). *Yuva Öğretmenlerinin Psikolojik İhtiyaç Örüntüleri*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Atkinson, R.L, Atkinson, R.C, Hilgard, E.R (1995) *Psikolojiye Giriş*. İstanbul: Sosyal Yayınları.
- Aytaç, S. (1997). *Çalışma Yaşamında Kariyer Planlaması Geliştirilmesi Sorunları*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Baard, P. P., Deci, E. L., Ryan, R. M. (2004). Intrinsic Need Satisfaction: A Motivational Basis of Performance and Well-Being in Two Work Settings, *Journal of Applied Social Psychology*. 34. 2045-2068.
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*, 84, 191–215.

- Bandura, A. (1986). *Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (1990). *Reflection on Nobility Determinants of Competence*. In R. J. Stenberg & J. Kolligian, Jr. (Eds), *Competence Considered* (pp. 315–362). New Haven, CT: Yale University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A., Pastorelli, C., Barbaranelli C. ve Caprara, G. V. (1999). Self – Efficacy Pathways to Childhood Depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (2), 258–269.
- Bandura, A. (2006). *Adolescent Development From an Agentic Perspective*. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *Self - Efficacy Beliefs of Adolescence* (pp. 1–43). Information Age Publishing, Greenwich, CT.
- Bayraktar, G. (2007). *Güreşçilerin Psikolojik İhtiyaçları ile Atılganlık Düzeylerinin Bireysel Başarılarına Etkisi*, Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Bell, G.N (2010). *Self Determination Theory and Therapeutic Recreation: The Relevance of Autonomy, Competence and Relatedness to Participant Intrinsic Motivation*, Degree of Philosophy, Clemson University.
- Betton, A.C. (2004). *Psychological Well-Being and Spirituality Among African American and European American College Students*, Degree Doctorate of Philosophy, The Ohio State University.
- Betz, N. E., Hackett, G. (1986). Applications of Self-Efficacy Theory to Career Development. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 4, 279-289.
- Bıkmaz, H. F. (2004) Sınıf Öğretmenlerinin Fen Öğretiminde Öz Yeterlik İnancı Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *Milli Eğitim Dergisi*, 31(161), 172-180.
- Biçer, E. (2009). *Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Atılganlık ve Sosyal Yetkinlik Beklenti Düzeylerinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Bilgenoğlu, A.A. (2009). *The Moderating Role of Social Problem Solving Skills on Work-Family-Personal Life Conflict and Psychological Well-Being Relationship*. Master of Arts in Psychology. Koç University. İstanbul.

- Borgatta, E.F. Montgomery, R.J.V. (2000). *Encyclopedia of Sociology*. Volume 4. USA: Macmillan Reference
- Bowman, A.N (2010). The Development of Psychological Well-Being Among First Year College Students. *Journal of College Student Development*. Mar / April 2010 51,2.
- Bozgeyikli, H. (2005). *Mesleki Grup Rehberliğinin İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Meslek Kararı Vermede Kendilerini Yetkin Görme Düzeylerine Etkisi*. Doktora Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Selçuk Üniversitesi. Konya.
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Bradley, R. H. ve Corwyn, R. F. (2001). Home Environment and Behavioral Development During Early Adolescence. *Journal of Developmental Psychology Merrill-Palmer Quarterly*, c.47 (2), ss.165-187.
- Briand, M. (2009). *The Relationship Between Authentic Leadership, Psychological Need Satisfaction and Motivation*. Concordia University Press.
- Burger, J.M. (2006) *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları
- Casas, F. (2010) Subjective Social Indicators and Child and Adolescent Well-Being. *Child Indicators Research*. November 2010.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite Öğrencilerinde Öznel ve Psikolojik İyi Olmanın Yordayıcılarının İncelenmesi*, Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Chiang Y.T., Sunny S.S.J.L (2010). Early Adolescent Players' Playfulness and Psychological Needs in Online Games. *Social Behavior and Personality*. 2010 38(5) 627 – 636
- Christopher, J.C. (1999). Situating Psychological Well-Being: Exploring The Cultural Roots of Its Theory and Research. *Journal of Counseling Development* Spring 1999. Volume 77.
- Cicchetti, D., Cohen, D.J. (2006). *Developmental Psychopathology. Theory and Method*. Volume 1.. John Wiley Sons, Inc.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2005). *Öz-Belirleme Modeli: Özerklik Desteği, İhtiyaç Doyumu ve İyi Olma*. Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Collins J.W., O'Brien, N.P (2003). *The Greenwood Dictionary of Education*. Greenwood Press. Westport USA.
- Connolly, J. (1989). Social Self-efficacy in Adolescence: Relations with Self-Concept, Social - Adjustment and Mental Health. *Canadian Journal of Behavior Science Review*. 21 (3), 258-269.
- Cooper, H., Okamura, L., McNeil, P. (1995). Situation and Personality Correlates of Psychological Well-Being: Social Activity and Personal Control. *Journal of Research in Personality*. 29, p. 395-417.
- Cripps, K., Zyromski, B. (2009). Adolescents' Psychological Well-Being and Parental Involvement: Implications for Parental Involvement in Middle Schools. *Research in Middle Level Education*. Volume 33. Number 4.
- Cüceloğlu, D. (1992). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çankaya, Z.C. (2009a). Öğretmen Adaylarında Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve İyi Olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*. Yaz 2009. 7 (3) 691-711
- Çankaya, Z.C. (Mart, 2009b) Özerklik Desteği, Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve Öznel İyi Olma: Öz Belirleme Kuramı. *Türk PDR Dergisi*. Yıl: 2009 Sayı:31 Mart s.23-31
- Çeçen, A.R., Cenkseven, F. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Psikolojik İyi Olma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. Cilt 16. Sayı 2. S.109-118.
- Çelikkaleli, Ö. (2004). *Lise Öğrencilerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeyleri ve Psikolojik İhtiyaçları*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Çelikkaleli, Ö. ve Gündoğdu, M. (2005). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (5), 43-53.
- Çelikkaleli, Ö., Gökçakan, N. ve Çapri, B. (2005). Lise Öğrencilerinin Bazı Psikolojik İhtiyaçlarının Cinsiyet, Okul Türü, Anne ve Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18 (2), ss. 245- 268.
- Çelikkaleli, Ö., Gündoğdu, M. ve Kıran-Esen, B. (2006). Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği: Türkçe Uyarlamasının Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Eğitim Araştırmaları Dergisi* 25, 62-72.

- Çelikkaleli, Ö. (2010). *Ergenlerin Yetkinlik İnançları İle Depresyon, Benlik Saygısı İç-Dış Kontrol Odağı, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin Üniversitesi, Mersin
- Deci, E.L., Vansteenkiste, M. (2004). Self-Determination Theory and Basic Need Satisfaction: Understanding Human Development in Positive Psychology *Ricerche di Psicologia* n.1 vol 27 2004 p.23-40
- Deci, E.L., Ryan, R.M. (2008a). Hedonia, Eudaimonia, and Well-Being: An Introduction. *Journal of Happiness Studies* (2008) 9:1-11
- Deci, E.L., Ryan, R.M. (2008b). Self Determination Theory: A Macrotheory of Human Motivation, Development, and Health. *Canadian Psychology*. 2008 Vol. 49 no:3 182-185.
- Deniz-Kan, Ü. (2008). Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Benlik Saygıları İle Öz Yetkinlik İnançları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Çağdaş Eğitim Dergisi*, 33 (352), 23–29.
- Deveci, H. (2007). *Öğretmenlerin Psikolojik İhtiyaçlarına İlişkin Görüşleri*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95, 3, p. 542-575.
- Diener, E., Suh, E.M, Lucas, R.E., Smith, H.L (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*. Vol.125. No:2 276-302
- Dierendonck, D. V. (2005). “The Construct Validity of Ryff’s Scales of Psychological Well- Being and Its Extension with Spiritual Well-Being”, *Personality and Individual Differences*, 36, p. 629–643
- Dilekmen, M. (1986). *Lise Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçları*, Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi. Ankara
- Doğan, T. (2004), *Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dwairy, M. (2006) *Counseling and Psychotherapy With Arabs and Muslims. A Culturally Sensitive Approach*. Teachers College Press. Columbia University New York and London.

- Ellison, G.C., Fan, D. (2008). Daily Spiritual Experiences and Psychological Well-Being Among US Adults. *Social Indicators Research*. (2008) 88:247–271
- Erbaş, N. (2009). *Lise Son Sınıf Öğrencilerinde Denetim (Kontrol) Odağı İnancının Risk Alma Davranışına Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Eren, A. (1994). *Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi*.Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Evans, P.A. (2009). *Psychological Needs and Social Cognitive Influences on Participation in Music Activities*. Doctor of Philosophy in Music Education. University of Illionis, Illionis.
- Eysenck, H., J., Arnold, W., Meili R., (1972). *Encyclopedia of Psychology*. Fontana Collins.
- Fava, G.A., Tomba, E. (2009). Increasing Psychological Well-Being and Resilience by Psychotherapeutic Methods. *Journal of Personality*. Volume77, Issue 6, p.1903-1934
- Flanagan, J.S., Flanagan, R.S. (2004) *Counseling and Psychotherapy Theories in Context and Practice. Skills, Strategies and Techniques*. John Wiley Sons, Inc.
- Fletcher – Wilmes, M.A. (2006). *Adolescent Social Self-Efficacy, Depressive Symptoms and Exposure to Family Violence as Predictors of Adolescent Violent Dating Relationships*. Doctor of Psilosophy in Nursing. University of Missouri St. Louis
- Frasier, J.C. (2008). *The Impact of Telemonitoring on Self Efficacy, Emotional Well-Being, and Clinical Outcomes in Patients With Chronic Obstructive Pulmonary Disease or Heart Failure*. Degree of Doctor of Philosophy Interdisciplinary Health Studies. Western Michigan University. Michigan.
- Gagne, M. (2003). The Role of Autonomy Support and Autonomy Orientation in Prosocial Behavior Engagement. *Motivation and Emotion*, 27(3), s.199-223.
- Glasser, W. (1999). *Kişisel Özgürlüğün Psikolojisi*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Gülaçtı, F. (2009). *Sosyal Beceri Eğitime Yönelik Programın Üniversite Öğrencilerinin, Sosyal Beceri, Öznel ve Psikolojik İyi Olma*

- Düzeylerine Etkisi*. Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Güleç, C. (2009). *Pozitif Ruh Sağlığı*. Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Gürel, N.A. (2009). *Düşünme Stilleri ve Cinsiyetin Psikolojik İyi Olma Hali Üzerine Etkileri*. Yüksek Lisans Tezi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Godin, J.(2010). *The Effect of the Enneagram on Psychological Well-Being and Unconditional Self – Acceptance of Young Adults*. Doctor of Philosophy. Family and Consumer Sciences Education. Iowa State University. Iowa
- Goodnow, J. J. (1988). Parents' Ideas, Actions, and Feelings: Models and Methods From Developmental and Social Psychology. *Child Development*, 59, 286- 320.
- Hall, G. Stanley. (1906). *Youth: Its Education, Regiment, and Hygiene*. New York: Appleton.
- Harris, D.Y.F., Schuerger, J.M., Harris III, J.H. (1991). Meeting the Psychological Needs of Gifted Black Students: A Cultural Perspective. *Journal of Counselling and Development*. JCD. Jul 1991; 69; 6 p.577-580
- Harris, R.M. (2010). *The Relationship Between Psychological Well-Being and Perceived Wellness in Graduate – Level Counseling Students*. Degree of Doctor of Phisophy Psychology. Walden University.
- Hasanoğlu, A. (2009) *Bir Terapistin Arka Bahçesi*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Havighurst, R.J. (1953). *Human Development*. New York: Longmans Pub.
- Hay, L.L (2000). *Tüm Hastalıkların Zihinsel Nedenleri*. İstanbul: Akaş Yayıncılık.
- Hazler, R.J., Mellin, E.A. (2004). The Developmental Origins and Treatment Needs of Female Adolescents With Depression. *Journal of Counseling Development*. Winter 2004 Volume 82. P.18-24
- Heckert, T.M., Cuneio, G., Hannah, A:P., Adams, P.J., Droste, H.E., Mueller, M.A. ve diğerleri. (2000). Creation of a New Needs Assessment Questionnaire. *Journal of Social Behavior Personality*,15(1), 121-136.
- Hemmingsen, S. D. (2001). *The Career Connection: A study of Career Self-Efficacy, Academic Achievement, and Educational Development in Eleventh Grade Students.*, Doctoral Thesis, University of Missouri-Kansas City.



- Hermann, K. S. ve Betz, N. E. (2004). Path Models of the Relationships of Instrumentality and Expressiveness to Social Self-Efficacy, Shyness, and Depressive Symptoms. *Sex Roles: A Journal of Research*, 51 (1/2), 55–66.
- Hersen, M. Sledge W.(2002). *Encyclopedia of Psychotherapy*. USA: Elsevier Science
- Hogan, R. (2009). *Kişilik ve Kurumların Kaderi*. (Çev: Selen Y. Kölay) İstanbul: Remzi Kitapevi
- House, D.J. (2002). *An Investigation of the Effects of Gender and Academic Self-Efficacy on Academic Risk Taking for Adolescent Students*. Degree of Doctor of Philosophy. Oklahoma State University, Oklahoma.
- Howell, T.R., Chenot, D., Hill, G., Howell, J.C (2009). Momentary Happiness: The Role of Psychological Need Satisfaction. *Journal of Happiness Studies*.October 2009. Online Edition
- İlhan, T., Özbay, Y. (2010). Yaşam Amaçlarının ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü. *Türk PDR Dergisi*. Sayı:33 s:109 – 119
- Jonsson, J.O. (2010). Child Well-Being and Intergenerational Inequality. Child Indicators Research. *The Official Journal of the International Society for Child Indicators*. Volume 3. Number 1. P. 1-10
- Kaner, S. (1994). Polis Akademisi ve Eğitim Bilimleri Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinin Gereksinim Örüntüleri. II. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları*. 36-42 Ankara
- Kapıkıran, Ş., Kapıkıran N.A. (2009). Sosyal Bağlılığın Psikolojik İyi Olmayı Oluşturan Değişkenler Bakımından Yordanması. *XVIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*. 1-3 Ekim 2009. Ege Üniversitesi. Sözlü Bildiri.
- Kapudere, A. (1998), *Meslek Liseleri Son Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçları İle Genel Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Karahan, T. F., Sardoğan, M. E., Özkamalı, E. ve Menteş, Ö. (2006). Lise Öğrencilerinde Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Otomatik Düşüncelerin, Yaşanılan Sosyal Birim ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (26), 35- 45.
- Kaşık D.Z. (2009). *Ergenlerde Karar Verme Stilleri ve Algılanan Sosyal Destek Düzeylerinin Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Bazı Değişkenler Açısından*

- İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya
- Kavanagh, D. J. ve Bower, G. H. (1985). Mood and self-efficacy: Impact of Joy and Sedness on Perceived Capabilities. *Cognitive Therapy and Research*, 9, 507– 525
- Kesici, Ş. (2002). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejilerinin Psikolojik İhtiyaç Örüntüleri ve Özlük Niteliklerine Göre Karsılaştirmalı Olarak İncelenmesi*. Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Kesici, S., Üre, Ö., Bozgeyikli, H. ve Sünbül, A. M. (2003). Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenirliğı. VII. *Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*. Sözlü Bildiri. İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Kesici, Ş. (2008). Yeni Psikolojik İhtiyaç Değerlendirme Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması: Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* Sayı:20 Sayfa: 493-501
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., Ryff, C. D., (2002). “Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions”, *Journal of Personality & Social Psychology*, 82, 6, p. 1007-1023
- Kirk, B.A., Schutte, N.S & Hine, W.D. (2011) The Effect of an Expressive Writing Intervention for Employees on Emotional Self-Efficacy, Emotional Intelligence, Affect and Workplace Incivility. *Journal of Applied Social Psychology*. Volume 41, Issue 1, pages 179-195. January 2011
- Kitayama, S., Ryff, C.D., Karasawa M., Curhan, K.B., Markus, H.R. (2010). Independence, Interdependence, and Well-Being: Divergent Patterns in The United States and Japan. *Frontiers in Cultural Psychology* 1:163 Advance Online Publication.
- Kulaksızoğlu, A (2002). *Ergenlik Psikolojisi*. 5. Basım. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kuzgun, Y. (1984). Edwards Kişisel Tercih Envanterinin Türkiye’de Güvenirliğı ve Geçerliğı. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 17 (1-2), ss. 69-84.
- Kuzucu, Y. (2006). *Duyguları Fark Etmeye ve İfade Etmeye Yönelik Bir Psikoeğitim Programının, Üniversite Öğrencilerinin Duygusal*

- Farkındalık Düzeylerine, Duyguları İfade Etme Eğilimlerine, Psikolojik ve Öznel İyi Oluşlarına Etkisi*, Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Küçükkaragöz, H.S. (1998). *İlkokul Öğretmenlerinde Kontrol Odağı ve Öğrencilerinin Kontrol Odağının Oluşumuna Etkileri*. Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Labouvie-Vief, G., DeVoe, M., Bulka, D. (1989). Speaking about feelings: Conceptions of emotion across the life span. *Psychology and Aging*, 4, 425-437
- Lawton, M. P. (1983). Environment and Other Determinants of Wellbeing in Older People. *Gerontologist*, 23, 349–357.
- Lent, R., (2004). Toward a Unifying Theoretical and Practical Perspective on Well-Being and Psychosocial Adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 4, p. 482-509
- Lerner, R.M., Easterbrooks, M.A., Mistry, J. Weiner I.B (2003). *Handbook of Psychology Volume 6 Developmental Psychology*. John Wiley & Sons, Inc.
- Lopez, S.J., Snyder, C.R. (2007). *Positive Psychological Assessment. A Handbook of Models and Measures*. Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Lundberg, Neil R., Parks. (2007). *Creating Motivational Climates*, Jan 2007, Vol. 42, Issue 1,ISSN:00312215. Parks & Recreation.
- Maier, E. H., Lachman, M.E. (2000). Consequences of Early Parental Loss and Separation for Health and Well-Being in Midlife. *International Journal of Behavioral Development*, 24, 2, 183-189.
- Manderscheid RW, Ryff CD, Freeman EJ, McKnight-Eily LR, Dhingra S, Strine TW (2010). *Evolving Definitions of Mental Illness and Wellness*. Prev. Chronic. Dis. 2010 Jan;7(1):A19. Epub: 2010 Jan 15 2010;7(1). [http://www.cdc.gov/pcd/issues/2010/jan/09\\_0124.htm](http://www.cdc.gov/pcd/issues/2010/jan/09_0124.htm). Erişim Tarihi: 11.11.2010
- Marini, I. & Stebnicki, M.A. (2009). *The Professional Counselor's Desk Reference* New York: Springer Publishing Company.
- Maslow, A. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper
- Maslow, A. (1970). A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396

- Massimini, F., Fave, A.D. (2000). Individual Development in a Bio-Cultural Perspective. *American Psychologist. Journal of the American Psychological Association*. January 2000.
- Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge Dictionary of Psychology*. UK: Cambridge University Press
- Mavrovelli, S., Petrides, K.V., Shove, C., Whitehead, A. (2008). Investigation of the Construct of Trait Emotional Intelligence in Children. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2008 Dec;17(8):516-26. Epub 2008 Jun 18
- Maynard-Reid, N.A (2005). *The Relations Among Acculturation, Acculturative Stress, and Social Self – Efficacy*. Degree Doctor of Philosophy. Arizona State University.
- Mills, R. J., Grasmick. H. G., (1992). The Effects of Gender, Family Satisfaction and Economic Strain on Psychological Well-Being. *Family Relations*, 41, 4, p. 440-446
- Morgan, C. (1984). *Psikolojiye Giriş*. Ankara: Meteksan Yay.
- Murat, G. (2003). *Lise Öğrencilerinin Mesleki Değer ve Tercihleri ile Psikolojik İhtiyaçları Arasındaki İlişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Muolla, A.D (2005). *International Dictionary of Psychoanalysis*. USA: Macmillan Reference
- Muris, P. (2001). A Brief Questionnaire for Measuring Self-Efficacy in Youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, Vol. 23, No:3.
- Murray, H.A. (1938). *Explorations in Personality*. New York: Oxford University Press.
- Murray, H.A. (1943). *Analysis of The Personality of Adolph Hitler*. USA: OSS Confidential
- Nelsen, L. (1996). *Adolescence, A Contemporary View*. (üçüncü baskı), Harcourt Brace Collage Publishers, New-York. ss:8-12, 124-132, 179-185.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R.E., ve Suh, E.M., (1999). Cross-Cultural Variations in Predictors of Life Satisfaction: Perspectives from Nedds and Values *Personality and Social Bulletin*, 25, 8, p. 980-990
- Onur, B. (1997). *Gelişim Psikolojisi*. Ankara: İmge Yayınları.

- Öksüz, Y. (1997). *Duyguların Açılması Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Özerklik Düzeyine Etkisi*. Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Özdemir, Y. (2009). *Ergenlik Döneminde Benlik Kurgusu Gelişiminin Anababanın Çocuk Yetiştirme Stilleri Açısından İncelenmesi*. Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Özgün, M.S. (2007) *Okul Psikolojik Danışmanlarının Kişilik Özellikleri İle Meslek Yetkinlik Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Parman, T. (2010) *Ergenliğin Yüzleri*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık
- Petrides, K. V., Furnham, A. (2003). Trait Emotional Intelligence: Behavioural Validation in Two Studies of Emotion Recognition and Reactivity to Mood Induction. *European Journal of Personality*, 17, 39-57
- Petrides, K. V., Furnham, A. Mavroveli, S. (2007). Trait emotional intelligence: Moving forward in the field of EI. In G. Matthews, M. Zeidner, & R. Roberts, R. (Eds.). *Emotional intelligence: Knowns and Unknowns* (Series in Affective Science). Oxford: Oxford University Press
- Petrides, K. V., Pérez-González, J. C., Furnham, A. (2007). On the Criterion and Incremental Validity of Trait Emotional Intelligence. *Cognition and Emotion*, 21, 26-55
- Pfaffenberger, A. (2007) Different Conceptualizations of Optimum Development *Journal of Humanistic Psychology* 2007 47: 501 August 2007
- Power, F.C. (2008). *Moral Education*. London: Praeger Publishing.
- Radler, T.B., Ryff, C.D (2010). Who Participates? Accounting for Longitudinal Retention in the MIDUS National Study of Health and Well-Being. *Journal of Aging and Health*. 22 (3) 307-331
- Reis, H., Sheldon, K., Gable, S., Roscoe, J., Ryan, R. (2000). Daily Well-Being: The Role of Autonomy, Competence and Relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 419-435.
- Rey, D. (2009). *The Relationship of Gratitude and Subjective Well-Being to Self-Efficacy and Control of Learning Beliefs Among College Students*. Doctor of Education. Faculty of The Rossier School of Education University of Southern California.

- Ryan, R.M, Bernstein, J.H, Brown K.W. (2010). Weekends, Work, and Well-Being: Psychological Need Satisfactions and Day of the Week Effects on Mood, Vitality, and Physical Symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*. Vol. 29. No:1 2010. Pp. 95-122
- Ryan, R. M., E. L., Deci (2000a). "Self-Determination Theory and The Facilitation Of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being". *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, R. M.; E. L., Deci (2000b). The Darker and Brighter Sides of Human Existence: Basic Psychological Needs as a Unifying Concept. *Psychological Inquiry*. 2000, Vol 11, No:4 319-338
- Ryan, R. M., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., & Deci, E. L. (2011). Motivation and Autonomy in Counseling, Psychotherapy, and Behavior Change: A look at Theory and Practice. *The Counseling Psychologist* February 2011 39: 193-260
- Ryff, C.D., Keyes C.L.M (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology* 1995. Vol.69 No.4 719-727
- Ryff, C. D., (1989). Happiness is Everything, or is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 6, p. 1069-1081
- Ryff, C. D., Heidrich, S. M., (1997). Experience and Well-Being: Explorations on Domains of Life and How They Matter. *International Journal of Behavioral Development*, 20, 2, p. 193-206
- Ryff, C. D. (2005). *Scales of Psychological Well-Being*. <http://www.unc.edu/peplab/documents/PWB.doc> Erişim Tarihi: 21.05.2010
- Ryff, C.D., Singer, B.H (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*. (2008) 9:13-39
- Saha, L.J., Dworkin, A.G. (2009). *International Handbook of Research on Teachers and Teaching*. New York: Springer Publishing.
- Saltzman, K. M. ve Holahan, C. J. (2002). Social Support, Self-Efficacy, and Depressive Symptoms: And Integrative Model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21 (3), 309-322.

- Schunk, D.H., Meece, J.I. (2005). *Self Efficacy Beliefs of Adolescents*. Age Publishing.
- Schwartz, B. (2000). Self Determination The Tyranny of Freedom. *Journal of The American Psychological Association*. January 2000.
- Segrin, C., Taylor, M., (2007). Positive Interpersonal Relationships Mediate The Association Between Social Skills and Psychological Well-Being. *Personality and Individual Differences*, 43, p. 637–646
- Sheldon, K.M., Bettencourt, B.A. (2002). Psychological Need Satisfaction and Subjective Well-Being within Social Groups. *British Journal of Social Psychology* (2002) 41, 25-38
- Skeen, J.W. (2002). Choice Theory, Virtue Ethics and the Sixth Need. *International Journal of Reality Therapy* . Fall 2002 Vol.XXII, Number 1. p:14 – 19
- Soini, H.T., Aro, K.S., Niemivirta, M., (2008). Achievement Goal Orientations and Subjective Well-Being: A Person-Centred Analysis. *Learning and Instruction*, 18, p. 251-266
- Stacy, M. E. W., (2003). *Influences of Selected Demographic Variables on the Career Decision-Making Self-Efficacy of Collage Seniors*. Doctoral Thesis, Lousiana State University. Lousiana
- Steward, J.C. (2009). *Motivating The 21st Century Worker: A Case Study of Maslow's Hierarchy of Needs As It Applies to the Current Generationally Diverse Workforce*. A Dissertation Doctor of Philosophy Capella University.
- Strecker, V.J., B. M. De Vellis, M. H. Becker, I. M., Rosentock (1986). The Role of Self Efficacy in Achieving Health Behavior Change. *Health Education Quarterly*. **13** (1), 73-91.
- Şahin, E.S. (2007). *Psikolojik İhtiyaçları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara
- Şahin, E.S., Owen, F.K. (2009). Psikolojik İhtiyaçları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri. *Türk PDR Dergisi*. Sayı: 32 s:64-74
- Şencan, B. (2009). *Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Sosyal Destek Düzeyi ile Sosyal Yetkinlik Beklentisi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre*

- İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Tanhan, F. (2007). *Ölüm Kaygısıyla Baş Etme Eğitiminin Ölüm Kaygısı ve Psikolojik İyi Olma Düzeyine Etkisi*. Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi. Ankara
- TDK (2010). Büyük Türkçe Sözlük. [www.tdk.gov.tr](http://www.tdk.gov.tr) adresinden 11.12.2010 tarihinde erişilmiştir.
- Timur, M.S. (2008). *Boşanma Sürecinde Olan ve Olmayan Evli Bireylerin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara
- Tuzgöl - Dost, M. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri*. Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Unicef (2006). Adolescent Development in East Asia and the Pacific: Realizing Their Potential. *United Nations Children's Fund*. New York: UNICEF Publishing
- Üredi, I., Üredi, L. (2006). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Cinsiyetlerine, Buldukları Sınıflara ve Başarı Düzeylerine Göre Fen Öğretimine İlişkin Öz-Yeterlik İnançlarının Karşılaştırılması. *Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt:1 Sayı:2
- Ward, C., Bochner, S., Furnham, A. (2001). *The Psychology of Culture Shock*. Routledge Publishing.
- Waterman, A.S., S.J. Schwartz and R. Conti. (2006). The Implications of Two Conceptions of Happiness (Hedonic Enjoyment and Eudaimonia) For The Understanding of Intrinsic Motivation', *Journal of Happiness Studies*, DOI 10.1007/s10902-006-9020-7.
- Witmer, J.M., Sweeney, T. J., (1992). A Holistic Model for Wellness and Prevention Over Life Span. *Journal Of Counseling & Development*, 71, 2, p. 140-148
- Wuebbels, L.A. (2006). *The Development of a Social Emotional and Academic Self – Efficacy Curriculum for Sixth Grade Adolescent Students*. Degree of Doctor of Education. Saint Louis University.
- Yılmaz, Y. (2007). *Anne-Baba Tutumları ile İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Okul Başarısı ve Özerkliklerinin Gelişimi Arasındaki*



- İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yörükoğlu, A. (2000). *Çocuk Ruh Sağlığı*: Özgür Yayın-Dağıtım, 20. Baskı, İstanbul
- Yücel, H.A.(1995). *Ankara Üniversitesi Sağlık Kültür ve Spor Dairesi Psikolojik Danışma Servisine Başvuran Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçları*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Zhang, P. (2008). Toward a Positive Design Theory: Principles for Designing Motivating Information and Communication Technology, in M. Avital, R. Bolland, and D. Cooperrider (eds.), *Designing Information and Organizations with a Positive Lens, a volume of the Advances in Appreciative Inquiry series*, Elsevier

## 7.EKLER

**Ek 1: Kişisel Bilgi Formu**

**Ek 2: Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Değerlendirme Ölçeği (YPİDÖ)**

**Ek 3: Ergenlerde Yetkinlik Beklentisi Ölçeği (EYBÖ)**

**Ek 4: Psikolojik İyi Olma Ölçeği (PİOÖ)**

**Ek 1.**

### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

#### Açıklama:

Sevgili öğrenci arkadaşlarım, bu araştırmada ergenlerin psikolojik ihtiyaçları, yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluş durumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Lütfen her ifadeyi dikkatlice okuyunuz ve bu ifadelerden kendi durumunuza en uygun olanın yanındaki kutucuğa (x) işareti koyunuz. Lütfen şu andaki durumunuza göre cevap veriniz. Araştırma sonuçlarının güvenilir olabilmesi, vereceğiniz cevapların yansız ve samimi olmasına bağlıdır. Araştırma bilimsel bir nitelik taşıdığından dolayı sizden isim istenmemektedir ve verdiğiniz cevaplar tamamen gizli kalacaktır.

Lütfen cevapsız ifade bırakmayınız. Yardımlarınız için teşekkür ederim.

Habib HAMURCU

Uzm. Psikolojik Danışman

**1. Cinsiyetiniz:**

1. ( ) Kız

2. ( ) Erkek

**2. Sınıfınız:**

1. ( ) 9. Sınıf

2. ( ) 10. Sınıf

3. ( ) 11. Sınıf

4. ( ) 12. Sınıf

**3. Babanızın Eğitim Durumu:**

1. ( ) Okur Yazar Değil 2. ( ) İlkokul

3. ( ) Ortaokul 4. ( ) Lise

5. ( ) Üniversite 6. ( ) Diğer

**4. Annenizin Eğitim Durumu:**

1. ( ) Okur Yazar Değil 2. ( ) İlkokul

3. ( ) Ortaokul 4. ( ) Lise

5. ( ) Üniversite 6. ( ) Diğer

## Ek 2.

## YENİ PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (YPİDÖ)

Lütfen aşağıdaki cümlelerin her birinin kendi yaşamınızla ne kadar ilgili olduğunu düşünerek dikkatlice okuyunuz ve sizin için ne kadar doğru (gerçek) olduğunu belirtiniz. Cevap vermek için yandaki sütunları kullanınız.	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Verilen işte, elimden gelen en iyisini yapmaya çalışırım.					
2. İnsanlarla konuşmak için çok zaman harcarım.					
3. Denetimin çok az olduğu bir meslekte çalışmak isterim.					
4. Bir projede yetkili olmaktan zevk alırım.					
5. Ben çalışkan bir kişiyim.					
6. Ben hümanist(insanları düşünen)bir kişiyim.					
7. Kendi kendime çalışma planı yapabileceğim bir iş isterim.					
8. Emir vermektense almayı tercih ederim.					
9. Benim için mümkün olan en iyi işi yapmak önemlidir.					
10. Seçme imkânım varsa, yalnız olmaksızın grup halinde çalışmayı tercih ederim.					

11. Kendi işimin patronu olmaktan hoşlanırım.					
12. Grup liderliğinde aktif rol almaya çabalarım.					
13. Kendimi olabileceğimin en iyisi olmaya zorlarım.					
14. Kendi işimi yapmayı tercih ederim ve diğerlerinin kendi işlerini yapmasına izin veririm.					
15. Görev dağılımında kendi stratejimi kendim belirleyerek çalışmak isterim.					
16. Ben kendimi, diğerlerinin işlerini organize eden ve yöneten olarak buluyorum.					
17. İşteki geçmiş performansımı geliştirmek için çok sıkı çalışıyorum					
18. Verilen bir işte yalnız çalışmak için, elimden gelenin en iyisini yaparım.					
19. Bir projede çalıştığımda, kendi patronum olmaya çabalarım.					
20. Ben bir grup içerisinde çalıştığım zaman “grubu kontrol altında tutmaya” çabalarım.					

## Ek 3.

## ERGENLERDE YETKİNLİK BEKLENTİSİ ÖLÇEĞİ (EYBÖ)

Açıklama:					
<p>Aşağıda günlük hayatınızda karşılaşılabileceğiniz durumlarla ilgili ifadeler vardır. Sizlerden bu durumlarda kendinize olan güveninizi derecelendirmeniz istenmektedir. Lütfen şu andaki durumunuza göre cevap veriniz. Hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.</p> <p>Katkılarınız için teşekkür ederim.</p>	Hiçbir zaman	Çok nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
1. Bir ödevimi yapmakta zorlandığımda öğretmenlerimden yardım alabilirim.					
2. Arkadaşlarım fikirlerimi paylaşmasa bile düşüncelerimi rahatça ifade edebilirim.					
3. Hoş olmayan bir olay olduğunda kendi kendimi tekrar neşelendirebilirim.					
4. Yapacak başka ilgi çekici şeyler olsa bile ders çalışabilirim.					
5. Çok korktuğum bir durumda yeniden neşelenebilirim.					
6. Başkalarıyla kolayca arkadaş olabilirim.					
7. Sınavlara yeterince hazırlanabilirim.					
8. Tanımadığım biriyle kolayca sohbet edebilirim.					
9. Öfkelendiğimde kendimi kontrol edebilirim.					
10. Bütün ödevlerimi zamanında (günü gününe) yapabilirim.					
11. Sınıf arkadaşlarımla uyum içinde çalışabilirim.					

175 | ERGENLİKTE ÜÇ TEMEL PSİKOLOJİK UNSUR:  
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR, YETKİNLİK ALGILARI VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ

12. Duygularımı (örn: öfke, stres, neşe vb.) kontrol edebilirim.					
13. Hoşlanmadığım dersleri bile dikkatle dinleyebilirim.					
14. Başkaları hoşlanmadığım bir şeyler yaptığında bunu onlara söyleyebilirim.					
15. Kendimi kötü hissettiğimde moralimi düzelterek bir şeyler bulabilirim.					
16. Bütün konuları eksiksiz bir biçimde (başarıyla) öğrenebilirim.					
17. Bir arkadaş grubuna eğlenceli, komik (fıkra, anı vb. ) anlatabilirim.					
18. Kendimi iyi hissettiğimi herhangi bir arkadaşına söyleyebilirim.					
19. Okuldaki başarımla ailemi hoşnut/mutlu eder.					
20. Uzun süreli arkadaşlıklar kurabilirim.					
21. Hoş olmayan düşüncelerimi (korku, kaygı, endişe vb. ) kontrol edebilirim.					
22. Hazırladığım bütün sınavlarda başarılı olabilirim.					
23. Diğer çocuklar sataşsa bile kavga çıkmasını engelleyebilirim.					

### Ek 3. Psikolojik İyi Olma Ölçeği

#### PSİKOLOJİK İYİ OLMA ÖLÇEĞİ (PIOÖ)

Aşağıda kendiniz ve yaşamınız hakkında hissettiklerinizle ilgili bir dizi ifade yer almaktadır. Lütfen doğru veya yanlış cevap olmadığını unutmayınız. Her bir cümleye katılma ya da katılmama durumunuzu en iyi şekilde gösteren numarayı işaretleyiniz.	Hiç katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	Çok az katılmıyorum	Çok az katılıyorum	Biraz katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1. Çoğu insan beni sevecen ve şefkatli biri olarak görür.						
2. Bazen çevremdeki insanlara daha fazla benzemek için davranış ve düşünce tarzımı değiştiririm.						
3. Genellikle yaşamımdaki olaylardan sorumlu olduğumu hissedirim.						
4. Ufkumu genişletecek aktivitelerle ilgilenmem.						
5. Geçmişte yaptıklarımı ve gelecekte yapmak istediklerimi düşündüğümde kendimi iyi hissedirim.						
6. Yaşamımı gözden geçirdiğimde, yaşamımdaki olayların sonuçlarından memnuniyet duyarım.						
7. Yakın ilişkilerimi sürdürmek benim için zordur.						
8. Çoğu insanın görüşlerine ters düşse bile düşüncelerimi dile getirmekten korkmam.						
9. Günlük yaşam gereksinimleri sıklıkla tüm enerjimi bitirir.						
10. Genellikle her geçen gün kendime ilişkin daha fazla şey öğrendiğimi hissediyorum.						
11. İçinde bulunduğum günü yaşarım ve geleceğe yönelik gerçekten hiçbir şey düşünmem.						
12. Genellikle kendimi güvenli ve iyi hissedirim.						
13. Problemlerimi paylaşabileceğim yakın arkadaşım az olduğu için kendimi çoğunlukla yalnız hissedirim.						
14. Verdiğim kararlar çoğunlukla diğer insanların davranışlarından etkilenmez.						
15. Çevremdeki insanlar ve toplumla pek uyumlu değilimdir.						
16. Yeni şeyler denemekten hoşlanan biriyim.						
17. Şimdiye odaklanmayı tercih ederim, çünkü gelecek daima sorunları da beraberinde getirir.						

177 | ERGENLİKTE ÜÇ TEMEL PSİKOLOJİK UNSUR:  
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR, YETKİNLİK ALGILARI VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ

18. Tanıdığım insanlardan çoğunun yaşamlarında benden daha fazla şey elde ettiklerini düşünürüm.						
19. Ailem ve arkadaşlarımla sohbet etmekten hoşlanırım.						
20. Diğer insanların benim hakkımdaki düşünceleri beni kaygılandırır.						
21. Günlük yaşamımdaki çoğu sorumluluklarımı yerine getirmede gayet iyiyim.						
22. Hayatım şu anda oldukça iyi gidiyor, bir şeyleri yapmak için yeni yollar denemek istemiyorum.						
23. Yaşamımın bir yönü ve amacı olduğu hissine sahibim.						
24. Fırsatım olursa kendimle ilgili değiştirmek istediğim çok şey var.						
25. Arkadaşlarım problemlerini anlatırken onları dikkatle dinlemek benim için önemlidir.						
26. Benim için kendimden memnun olmak diğerlerinin onayımı almaktan daha önemlidir.						
27. Çoğunlukla sorumluluklarımın altında ezildiğimi hissediyorum.						
28. Kendime ve dünyaya yönelik bakış açımı değiştirecek yeni deneyimleri önemserim.						
29. Günlük yaşam olayları çoğunlukla bana saçma ve önemsiz gelir.						
30. Kişiliğimin pek çok yönünü beğenirim.						
31. Konuşma ihtiyacı hissettiğimde beni dinlemeye istekli çok fazla insan yok.						
32. Güçlü fikirleri olan insanlardan etkilenme eğilimine sahibim.						
33. Yaşamımdan mutsuz olursam onu değiştirmek için etkili önlemler alırım.						
34. Bir birey olarak gerçekten yıllardır kendimi çok fazla geliştirmedeğimi düşünüyorum.						
35. Yaşamda ne elde etmeye çalıştığıma yönelik sağlıklı bir hisse sahip değilim.						
36. Geçmişte bazı hatalar yaptım, ancak yine de her şeyin en iyi şekilde sonuçlandığını düşünüyorum.						
37. Dostluklarımın bana çok şey kattığını düşünüyorum.						
38. İnsanlar yapmak istemediğim şeyleri yaptırabilmek için nadiren beni ikna edebilirler.						
39. Kişisel ve mali işlerimi yönetmede genellikle başarılıyım.						
40. Bana göre her yaşta insan kendini geliştirme ve yetiştirmeye devam edebilir.						
41. Eskiden kendime amaçlar belirlerdim, fakat şimdi bu tür şeyler zaman kaybı gibi görünüyor.						
42. Birçok yönden yaşamdan elde ettiklerime ilişkin hayal kırıklığı yaşadığımı hissediyorum.						
43. Birçok kişinin benden daha fazla arkadaşı olduğunu düşünüyorum.						

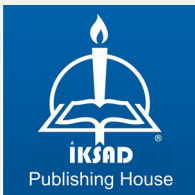


44.	Benim için diğer insanlarla uyumlu olmak ilkelerimle yalnız başıma yaşamaktan daha önemlidir.							
45.	Her gün yapmak zorunda olduğum şeyleri yetiştirememek bende stres oluşturuyor.							
46.	Zamanla beni daha güçlü ve yetenekli bir birey haline getiren bir anlayış kazandım.							
47.	Geleceğe yönelik planlar yapmaktan ve onları gerçekleştirmek için çalışmaktan zevk alırım.							
48.	Çoğunlukla kendimle ve yaşam tarzımla gurur duyarım.							
49.	İnsanlar beni özverili ve zamanını diğerleriyle paylaşmaya istekli birisi olarak tanımlarlar.							
50.	Genel kaniya ters düşse de görüşlerime güvenirim.							
51.	Yapılması gereken şeyleri yetiştirebilmek için zamanımı planlamada oldukça iyiyimdir.							
52.	Bir birey olarak zamanla kendimi çok geliştirdiğim kanısına sahibim.							
53.	Kendim için belirlediğim planlarımı yerine getirmede aktif bir kişiyim.							
54.	Birçok insanın yaşamına imrenirim.							
55.	Diğer insanlarla çok samimi ve güvenilir ilişkiler yaşamadım.							
56.	Tartışmalı konularla ilgili görüşlerimi dile getirmek benim için zordur.							
57.	Günlük yaşamım çok yoğun ancak her şeye yetişmekten doyum alıyorum.							
58.	Eski alışkanlıklarımı değiştirmemi gerektiren yeni ortamlarda bulunmaktan hoşlanmıyorum.							
59.	Bazı insanlar yaşamını amaçsızca geçirir ancak ben onlardan biri değilim.							
60.	Kendime yönelik tutumlarım muhtemelen, diğer insanların kendilerine yönelik tutumları kadar olumlu değildir.							
61.	Arkadaşlık ilişkilerinde kendimi genellikle dışarıdan bakan birisiymiş gibi hissederim.							
62.	Arkadaşlarım veya ailem onaylamazsa çoğunlukla kararlarımı değiştiririm.							
63.	Günlük yaşam aktivitelerimi planlamaya çalıştığımda hayal kırıklığı yaşarım, çünkü yapmayı tasarladığım şeyleri asla tamamlayamam.							
64.	Benim için yaşam sürekli bir öğrenme, değişim ve gelişim sürecidir.							
65.	Bazen kendimi yapılması gereken her şeyi yapmış gibi hissederim.							
66.	Yaşadığım hayatla ilgili olarak çoğunlukla sabahları yılm b biçimde uyanırım.							
67.	Arkadaşlarıma güvenebileceğimi bilirim, onlar da bana güvenebileceklerini bilirler.							
68.	Belirli bir biçimde düşünmem veya davranmam için yapılan sosyal baskılara boyun eğecek biri değilim.							

179 | ERGENLİKTE ÜÇ TEMEL PSİKOLOJİK UNSUR:  
PSİKOLOJİK İHTİYAÇLAR, YETKİNLİK ALGILARI VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ

69.	Benim için gerekli olan aktivite ve ilişkileri bulmada oldukça başarılıyım.								
70.	Görüşlerimin zamanla nasıl değiştiğini ve olgunlaştığını görmekten hoşlanırım.								
71.	Yaşam amaçlarım benim için bir hayal kırıklığı değil doyum kaynağı olmuştur.								
72.	Geçmiş yaşamımda iniş çıkışlarım olmuştur ancak genellikle geçmişimi değiştirmek istemezdim.								
73.	Diğerleriyle konuşurken kendimi açmak benim için zordur.								
74.	Yaşamımdaki seçimlerimi diğer insanların nasıl değerlendirdiğine ilişkin endişe duyarım.								
75.	Yaşamımı doyum sağlayacak şekilde düzenlemede zorlanırım.								
76.	Yaşamımda büyük yenilikler veya değişiklikler yapmayı denemekten uzun zaman önce vazgeçtim.								
77.	Yaşamdan neler kazandığımı düşünmek benim için doyum vericidir.								
78.	Kendimi arkadaşlarım ve tanıdıklarımla karşılaştırdığımda kim olduğuma ilişkin kendimi iyi hissedirim.								
79.	Ben ve arkadaşlarım birbirimizin problemlerine karşı duyarlı davranırız.								
80.	Kendimi değerlendirirken başkalarının önemseydiği değerleri değil kendi değerlerimi dikkate alırım.								
81.	Zevklerime uygun bir ev ve yaşam tarzı kurabildim.								
82.	Bence “yaşlı bir köpeğe yeni numaralar öğretilemez” sözü doğrudur.								
83.	Genel bir değerlendirme yaptığımda yaşamdan elde ettiklerimin çok fazla olduğundan emin değilim.								
84.	Herkesin yetersizlikleri vardır ancak benimkiler daha fazla gibi görünüyor.								





**ISBN: 978-625-367-246-1**