T.C.
YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YETİŞKİNLERİN ÇOCUKLUK ÇAĞI YAŞANTILARINA VE MADDİ KAYGILARINA GÖRE ÇALIŞMA İRADESİNİN VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

MUHAMMED ENSAR ATALAY
23736089

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. FULYA YÜKSEL ŞAHİN

2025

T.C.
YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YETİŞKİNLERİN ÇOCUKLUK ÇAĞI YAŞANTILARINA VE MADDİ KAYGILARINA GÖRE ÇALIŞMA İRADESİNİN VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

MUHAMMED ENSAR ATALAY
23736089
ORCID NO: 0009-0002-8102-9487

TEZ DANIŞMANI
PROF. DR. FULYA YÜKSEL ŞAHİN

KASIM, 2025

Muhammed Ensar ATALAY tarafından hazırlanan "Yetişkinlerin Çocukluk Çağı Yaşantılarına ve Maddi Kaygılarına Göre Çalışma İradesinin ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı çalışma, **20.11.2025** tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oybirliği ile başarılı bulunmuş ve jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programında **YÜKSEK LİSANS** tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman	**İmza**
Prof. Dr. Fulya YÜKSEL ŞAHİN	……

Jüri Üyeleri	**İmza**
Prof. Dr. Ali ERYILMAZ	……
Dr. Öğr. Üyesi Cengiz POYRAZ	……

ÖZET

YETİŞKİNLERİN ÇOCUKLUK ÇAĞI YAŞANTILARINA VE MADDİ KAYGILARINA GÖRE ÇALIŞMA İRADESİNİN VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Muhammed Ensar ATALAY

Haziran, 2025

Bu araştırmada, yetişkin bireylerin çalışma iradesinin ve mutluluk düzeylerinin çocukluk çağı yaşantılarına, maddi kaygılarına, cinsiyetine, yaşına ve eğitim düzeyine göre anlamlı bir düzeyde farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'nin çeşitli şehirlerinde yaşayan yaşları 22 ile 65 arasında değişen 400 kişi oluşturmuştur. Katılımcı grubuna ulaşmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Araştırmada gerekli verileri elde etmek için "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği", "Maddi Kaygı Ölçeği", "Çalışma İradesi Ölçeği", "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, MANOVA-Wilks Lambda(λ) Testinden ve MANOVA Pillai's Trace (V) Testinden yararlanılmıştır. Ayrıca, betimsel analizler yapılmıştır.

Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz aile yaşantısı yüksek ya da düşük düzeyde olan yetişkin bireylerin çalışma iradesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak, çocukluk döneminde olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi düzeyleri düşük çıkmıştır. Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz aile yaşantıları, olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır.

Araştırmanın sonucunda, maddi kaygıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır. Yaşa göre yetişkinlerin çalışma iradesi değişmezken; yaş düzeyi arttıkça mutluluğun da arttığı bulunmuştur. Cinsiyete ve eğitim düzeyine göre yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Araştırma sonuçları alanyazın doğrultusunda tartışılarak, öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çalışma İradesi, Mutluluk, Çocukluk Yaşantıları, Maddi Kaygı, Yetişkin

ABSTRACT

EXAMINATION OF ADULTS' WORK VOLITION AND HAPPINESS LEVELS ACCORDING TO THEIR CHILDHOOD EXPERIENCES AND FINANCIAL ANXIETY

The present study examined whether the work volition and happiness levels of adult individuals differ significantly according to their childhood experiences, financial concerns, gender, age and education level. The study sample consisted of 400 individuals aged between 22 and 65, residing in various cities across Turkey. An convenience sampling method was used to reach the participant group.

The following instruments were utilized to collect the study data: "The Childhood Experiences Scale", "The Financial Anxiety Scale", "The Work Volition Scale", "The Oxford Happiness Questionnaire – Short Form" and "Personal Information Form". The MANOVA – Wilks' Lambda (λ) Test and the MANOVA – Pillai's Trace Test were employed for data analysis. Descriptive analyses were also conducted.

The findings of the study indicated that there was no significant difference in the level of work volition between adult individuals who reported high versus low levels of adverse family experiences during childhood. However, individuals with high levels of negative school experiences and adverse personal-social experiences during childhood were found to have low levels of work volition. Furthermore, individuals with high levels of adverse family, school, and personal-social experiences during childhood reported lower levels of happiness.

The study results also indicated that individuals with high levels of financial anxiety exhibited lower levels of work volition and happiness. Despite the absence of any differences in work volition according to age, it was observed that levels of happiness increased with increasing age. The study results also indicate that there were no significant differences in work motivation and happiness levels among adults based on gender and education level.

Keywords: Work Volition, Happiness, Childhood Experiences, Financial Anxiety, Adult

ÖN SÖZ

Okul hayatımın ilk yıllarından beri içimde taşıdığım sosyal bilimler sevgisinin üretim alanında somut bir karşılığını alıyor olmak benim için mutluluk verici. Bu alanın her bir köşesinde keyifli keşifler yapıyor olmayı diliyorum.

Bu araştırmanın başından sonuna kadar her evresinde desteğini gördüğüm; özeni, bilgisi, çalışma disiplini ve profesyonelliği ile bu çalışmanın yanında olan, kendisinin öğrencisi olmaktan büyük onur ve mutluluk duyduğum değerli hocam, danışmanım Sn. Prof. Dr. Fulya YÜKSEL ŞAHİN'e;

Lisans eğitimim ve YTÜ'de ki değerli hocalarıma, Ayrıca tez savunma sınavındaki değerli önerileri, geri bildirimleri ve katkıları için Sn. Dr. Öğrt. Üyesi Cengiz POYRAZ ve Sn. Prof. Dr. Ali ERYILMAZ hocalarıma;

Yaşantımın her adımında yanımda olduklarını bildiğim değerli aileme, bu yaşıma kadar ilk günden beridir öğrencisi olduğum tüm öğretmenlerime, kendilerinden öğrenme ve destek anlamında istifade ettiğim çalışma hayatı arkadaşlarıma, bu araştırmanın oluşumunda veri toplama sürecine katkı sunan her bir kişiye;

Kıymetli dostlarıma ve son olarak sevgili eşime çok teşekkür ederim.

Muhammed Ensar ATALAY

Kasım, 2025; İstanbul

İÇİNDEKİLER

ÖZET iii
ABSTRACT iv
ÖN SÖZ v
İÇİNDEKİLER vi
TABLOLAR LİSTESİ x
ŞEKİLLER LİSTESİ xii
KISALTMALAR LİSTESİ xiii
1. GİRİŞ 1
1.1. Problem 9
1.2. Alt problemler 9
1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi 9
1.4. Sayıltılar 11
1.5. Sınırlılıklar 11
1.6. Tanımlar 11
2. KURAMSAL ÇERÇEVE 13
2.1. Meslek, Kariyer, Çalışma ve İş-Temel Kavramlar 13
2.2. Çalışma Psikolojisi ve Çalışma İradesi 14
2.2.1. Çalışma Psikolojisi 14
2.2.2. Çalışma İradesi 16
2.2.2.1. Çalışma İradesi ile İlgili Yapılan Araştırmalar 20
2.1.2.2. Çalışma İradesi ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar 22
2.3. Mutluluk (Öznel İyi Oluş) 25
2.3.1.Mutluluğun Tanımı ve Tarihsel Gelişimi 25
2.3.2. Mutluluk Kuramları 29
2.3.2.1. Hedonik Yaklaşım 29
2.3.2.2.Ödomanik (Eudaimonik) Yaklaşım 30

2.3.2.3. Pozitif Psikolojiye Göre Mutluluk 31
2.3.3. Yaşam Doyumu 33
2.3.4. Olumlu ve Olumsuz Duygular 34
2.3.4.1. Gurur 35
2.3.4.2. Haz 35
2.3.4.3. Heyecan 35
2.3.4.4. Hoşnutluk ve Neşe 36
2.3.5. Mutluluk ile İlgili Dünyada ve Türkiye'de Yapılan Araştırmalar 36
2.3.5.1. Mutluluk ile İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar 36
2.3.5.2. Mutluluk ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar 40
2.4. Çocukluk Çağı Yaşantıları 45
2.4.1. Çocuklukta Aile Yaşantısı 48
2.4.2. Çocuklukta Kişisel – Sosyal Yaşantı 51
2.4.3. Çocuklukta Okul Yaşantısı 52
2.4.4. Olumlu Çocukluk Çağı Yaşantıları 53
2.4.5. Olumsuz Çocukluk Çağı Yaşantıları 54
2.4.6. Çocukluk Çağı Yaşantıları ile İlgili Yapılan Araştırmalar 55
2.4.6.1. Çocukluk Çağı Yaşantıları ile İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar 55
2.4.6.2. Çocukluk Çağı Yaşantıları ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar 58
2.5. Maddi Kaygı 62
2.5.1. Ekonomik Kısıtlılık (Maddi Yoksunluk) 64
2.5.2. Maddi Kaygı ile Türkiye'de ve Dünyada Yapılan Araştırmalar 65
2.5.2.1. Maddi Kaygılar ile İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar 65
2.5.2.2. Maddi Kaygılar ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar 67
3. YÖNTEM 71
3.1. Araştırma Modeli 71

3.2. Çalışma Grubu 71
3.3. Veri Toplama Araçları 72
3.3.1. Çocukluk Yaşantıları Ölçeği 73
3.3.2. Maddi Kaygı Ölçeği 74
3.3.3. Çalışma İradesi Ölçeği (Yetişkin Formu) 76
3.3.4. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K) 77
3.3.5. Kişisel Bilgi Formu 80
3.4. Verilerin Toplanması 80
3.5. Verilerin Analizi 81
4. BULGULAR 82
4.1. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocukluk Çağı Yaşantılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular 84
4.2. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Maddi Kaygılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular 89
4.3. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular 90
4.4. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Yaşa Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular 92
4.5. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Eğitim Düzeylerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular 93
5. TARTIŞMA ve YORUM 96
5.1. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeylerinin Çocukluk Çağı Yaşantılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu 96
5.1.1. Çocukluk Yaşantıları ve Çalışma İradesi 96
5.1.2. Çocukluk Yaşantıları ve Mutluluk 102
5.2. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Maddi Kaygılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu 104
5.2.1. Maddi Kaygılar ve Çalışma İradesi 104

5.2.2. Maddi Kaygılar ve Mutluluk 106

5.3.Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu 107

5.4.Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Yaşlarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu 109

5.5. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Eğitim Düzeylerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu 111

6. SONUÇ VE ÖNERİLER 113

6.1. Sonuçlar 113

6.2. Öneriler 113

6.2.1. Araştırmanın Sonuçlarına İlişkin Öneriler 114

6.2.2. Yeni Yapılacak Araştırmalara İlişkin Öneriler 114

KAYNAKÇA 116

EKLER 154

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. EUROSTAT'a Göre Hane Beklentileri 64

Tablo 2. Çalışma Grubuna Ait Demografik Özellikler 72

Tablo 3. Çocukluk Yaşantıları Ölçeği , Maddi Kaygılar Ölçeği Çalışma İradesi Ölçeği, Oxford ve Mutluluk Ölçeği Kısa Formu, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri İle Cronbach Alfa Değerleri 82

Tablo 4. Çalışma İradesi Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu Ölçeği Box's M Testi 83

Tablo 5. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocuklukta Aile Yaşantısına Göre MANOVA Wilks-Lambda (Λ) Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri 85

Tablo 6. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocuklukta Okul Yaşantısına Göre MANOVA Wilks-Lambda (Λ) Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri 86

Tablo 7. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocuklukta Kişisel Sosyal Yaşantıya Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri 87

Tablo 8. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Maddi Kaygılara Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri 89

Tablo 9. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının, Cinsiyetlerine Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri 91

Tablo 10. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Yaşa Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri 92

Tablo 11. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının, Eğitim Düzeyine Göre MANOVA Pillai's Trace Testi Sonuçları, Puan Ortalamaları ve Standart Sapmaları 94

Tablo 12. Çalışma İradesi İçin Risk Faktörleri ve Destekleyici Faktörler..... 101

Tablo 13. Mutluluk İçin Risk Faktörleri ve Destekleyici Faktörler..... 103

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Mutluluk Modeli 26

Şekil 2. Perma Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli 32

Şekil 3. Uyarılma Evreleri..... 63

KISALTMALAR LİSTESİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
EUROSTAT	: Avrupa İstatistik Ofisi
KKVBT	: Kariyer Kararı Verme Belirsizliğine Tolerans
KKVÖY	: Kariyer Kararı Verme Öz Yetkinliği
OMÖ-K	: Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu
PERMA	: Beşli İyi Oluş Modeli
SMMM	: Serbest Muhasebeci ve Mali Müşavir
SÖK	: Sosyal Öğrenme Kuramı
TDK	: Türk Dil Kurumu
TSSB	: Travma Sonrası Stres Bozukluğu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
YTÜ	: Yıldız Teknik Üniversitesi

1. GİRİŞ

Meslek, kişinin bir uzmanlık alanında kısa veya uzun süreli eyleme geçme hali olarak ifade edilebilir. Sanayileşme ile birlikte gelişme düzeyi de hızlanan dünya düzeninde profesyonelleşme ve meslek seçimi alanı da önemli hale gelmiştir. Artan seçenekler ve ihtiyaçlar meslek sayısını da çeşitlendirmiştir (Kuzgun, 2000). Çağların başlangıcında ilkel denilebilecek temel yaşamı düzenleyen meslekler varken değişen ihtiyaçlar ve sosyal beklentiler uzmanlaşma alanı olan yeni meslekleri de beraberinde getirmiştir (Gökçe, 2001; Eryetiş, 2016). Örneğin ilk çağlarda avcılık ve tarım ile daha fazla haşir neşir olan insanın bugün avcılık alanı ile daha sınırlı bir ilişkisi vardır. Öğretmenlik, bilgisayar yazılımcılığı, moda danışmanlığı vb. meslek grupları ise daha yeni ve değişen taleplere odaklı doğan meslek alanlarıdır. Dinamik toplum yapısında mesleki yönelim ve seçim kaliteli, insana yakışır işi ortaya çıkarmak için önemli hale gelmiştir (Giddens, 2008; Tatlılıoğlu, 2023).

Yetişkin bir bireyin bu denli meslek çeşitliliğinde kendisine uygun, kendisini mutlu ve başarılı hissedebileceği bir alanda değer üretmesi insan verimliliği ve toplum refahı için hatırı sayılır bir öneme sahiptir. Bu sebepten mesleki tercihler yapmak önemli bir beceri haline gelmiş, kariyer rehberliği ve danışmanlığı alanı da önem kazanmıştır (Razon, 1983).

Mesleki rehberlik ve kariyer danışmanlığı alanında öncü yaklaşımlar geleneksel bir model sunarak bireyin kendi özellikleri ile mesleğin gerektirdiği özelliklerin eşleştirilmesi ve uyuşan bu eşliğin anlam derecesine göre mesleki tercih yapmayı vurgulamıştır. Daha çağdaş kuramlara gelindiğinde kariyer gelişimi modeli, meslek seçiminin bir son değil, bir süreç halinde ilerleyebileceğini vurgulamaktadır (Super, 1980; Kordon ve Güngör, 2005). Süreç içinde mesleğini seçen birey, çalışma yaşamına geçişini yapar. Çalışmanın verimli ve mutlu sürdürülmesi için kişinin kendi doğasına uygun, herhangi bir etki ve tesir altında kalmadan özgürce mesleki tercihini yapması önemlidir. Bu önem bireyin çalışma aracılığıyla ortaya koyacağı ürünü ve kendi bireysel yaşam doyumunu belirleyebilir (Gökdeniz ve Merdan, 2011). Sağlıklı

mesleki beceri kazanmak ve bunu sürdürmenin önemi bireyde özgürce mesleki seçimler yapma ihtiyacını da gerekli kılar. Çalışma iradesi, bireyde bu özgürlüğün, bu kararlılığının bir yansıması olarak karşımıza çıkar (Büyükgöze, 2018).

Çalışma iradesi (Duffy vd., 2012; Jadidian ve Duffy, 2012), bireyin çevresinde yer alan kısıtlamalardan etkilenmeyerek sadece isteği, ilgisi ve yeteneği ile uyumlu mesleki tercih yapmayı, buna özgürce karar vermeyi ve bireyin kendi beklentisine göre kariyer akışı sağlamasını ifade eder (Duffy vd., 2015; Autin vd., 2017; Büyükgöze-Kavas ve Ünal, 2019; Kwon, 2019; Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021; Hai vd., 2022; Yumuk Mercan ve Yumuk-Günay, 2023; Taylor vd., 2023; Çeven vd., 2024; Rossier ve Ouedraogo, 2024). Günümüzde meslek seçimi yapmak her birey için ciddi bir gereksinimdir. Çalışma iradesi kavramı bireylerin öz farkındalığını keşfetmesi için önemlidir. Bireylerin mesleki tercih yaparken öncelikli dikkat ettikleri kavramlar istihdam kolaylığı, maddi kazanç ve statü olarak ifade edilebilir (Lent vd., 2002). Birey kendi ilgisi ve yeteneğine uygun olmasa bile istihdamı kolay olduğu, daha az finansal zorluk yaşaması ihtimaline karşı kendisine uygun olmayan bir mesleği seçmiş olabilir (Seçer ve Çınar, 2011). Bu durum bireyin çalışma iradesinin düşmesine neden olup mutluluk düzeyini azaltabilir. Birey, iş dışı yaşamında ve iş yaşamında amaçlarına ulaşırsa yaşam doyumu yüksek olur ve mutlu olur. Bu bütünlük içinde bakıldığında, bireyin mutlu olmasını sağlayan önemli etmenlerden birisi de kariyer sahibi olması ve çalışma yaşamının içinde bulunmasıdır. Birey çalışarak, sahip olduğu bilgilerini ve yeteneklerini üretken bir yapıya dönüştürür. Çalışma yaşamı, bireylerin zihinsel ve bedensel faaliyetlerini gerçekleştirdikleri (Özaydın & Özdemir, 2014); kültürel, sosyal, ekonomik ve psikolojik yönden doyum sağladıkları (Turan, 2018) ve mutluluğuna katkı getiren ortamlardır (Yüksel Şahin &Taşkın, 2019). Bireyin kendi yeteneklerini kullanması ve amaçlarına ulaşması mutlu olmasına katkı sağlar. Mutlu olan kişilerin olumlu duygulanımları fazla, olumsuz duygulanımları az; ve yaşam doyumları yüksek olur (Diener, 1984; Diener vd., 1991; Eryılmaz, 2010; Yüksel Şahin &Taşkın, 2019).

İnsanın olumlu duygularını, olumsuz duygularından daha fazla hissetmesi (Diener vd., 1991) durumu olarak ifade edilen mutluluğa dair merak edilenler, yeni veya bir döneme has olmaktan ziyade zamansız ve evrensel bir konudur. Günümüzde de gerek psikoloji alanında gerekse diğer insan merkezli disiplinlerde bireysel ve toplumsal bir denge unsuru olan mutluluğun çok boyutlu farklı değişkenlerin

etkisinde olduğu söylenebilir (Sapmaz ve Doğan, 2012). Mutluluğa etki eden genetik ve çevresel koşullar bireyden bireye farklılıklar gösterir. Özellikle yetişkin bireylerdeki değişkenler: ekonomik gelir-maddi durum (Diener ve Biswas-Diener, 2002), iş tatmini (Judge ve Watanabe, 1993), sağlık durumu (Veenhoven, 2008), sosyal ilişkiler ve aile bağları (Myers, 2000) şeklinde sıralanabilir. Görüldüğü gibi yaşantıdan doyum alma ve olumlu duyguların olumsuz duygulara nazaran daha fazla hissedilmesi durumu olarak açıklanan mutluluk, bireyin yaşantısında sağlık, ekonomik, sosyal ve pskikolojik olarak çok boyutlu bir şekilde gelişir (Diener, 1984).

Mutluluk, alanyazında hem bilişsel hem de duygusal yönleri içeren çok boyutlu bir yapı olarak incelenmektedir (Diener, 1984; Telef, 2013). Bilişsel boyut, bireyin yaşamından duyduğu genel tatmin seviyesini ifade ederken, duygusal boyut ise hissedilen olumlu ve olumsuz duyguların sıklığını yansıtır. Sevinç, güven, umut ve iyimserlik gibi duygular olumlu kategoride değerlendirilirken; öfke, kaygı ve umutsuzluk gibi duygular olumsuz duygular arasında yer alır (Fredrickson, 2001; Telef, 2013).

İş doyumu (Locke, 1969), yaşam doyumu (Diener, 1984) için önemli yordayıcılardan kabul edilebilir. İkisi arasında birbiri içine geçmiş, birbirini tamamlayan ortak yönler mevcuttur. İş yaşantısındaki verim, çalışma sosyalliği, bireyin yaşamdaki doyum seviyesine de katkı sunarak iş dışında geçirilen zamanı etkileyebilir (Dikmen, 1995; Kahreman, 2024). Çalışma yaşantısında bireyin sosyal ilişkileri, hedefe ulaşmanın verdiği haz, içsel tatmin gibi unsurlar stres etrafında gelişen kimi olumsuz duyguların önüne geçmekte ve mutluluğa pozitif etki göstererek katkı sunmaktadır. Kariyer tatminini sağlamış bir birey mutluluk seviyesini de arttırmaktadır (Denizli ve Dündar, 2020).

Yaşam doyumu, bireyin kendi hayatını bilinçli bir şekilde değerlendirmesi sonucunda ortaya çıkan memnuniyet seviyesidir. Mutluluğun hem anlık yaşanan olumlu hislere hem de uzun vadeli yaşam tatminine bağlı olduğu görülmektedir (Kahneman, 1999; Diener vd., 1999). Bu bağlamda, öznel refah ve iyi oluş kavramları da mutluluğun temel unsurları arasında kabul edilmekte ve bireyin psikolojik işlevselliğiyle doğrudan ilişkilendirilmektedir (Ryan ve Deci, 2001; Ryff, 1989).

Mutluluk, bireyin sağlığı, bağışıklık sistemi ve yaşam süresiyle iç içe bir ilişki içinde olduğu söylenebilir (Fredrickson, 2001; Regan vd., 2022). Ek olarak, olumlu duygular bireylerin sosyal yeteneklerini geliştirmelerine, sağlam sosyal ilişkiler kurmalarına ve çevreleriyle daha uyumlu etkileşimler oluşturmalarına olanak tanımaktadır (Sapmaz ve Doğan, 2012; Veenhoven, 1996). Bu açıdan mutluluk, bireyin hem kişisel hem de sosyal işlevselliğini artıran önemli bir psikolojik kaynak olarak değerlendirilebilir.

Mutluluğun refah kavramıyla yakın bir ilişkisi olduğu ve refahın ise sağlık, gelir, sosyal ilişkiler ve toplumsal katkı gibi dört temel yaşam alanındaki başarıyla bağlantılı olduğu vurgulanmaktadır (Diener ve Ryan, 2009). Bu çerçevede mutluluk, yalnızca bireysel hazlarla sınırlı kalmayıp, aynı zamanda sürdürülebilir yaşam tatmini ve yaşam kalitesiyle bütünleşik bir şekilde ele alınmalıdır (Robinson, 2016).

Türkiye İstatistik Kurumu'nun (TÜİK) 2023 yılına ait "Yaşam Memnuniyeti Araştırması" verilerine göre, kendini mutlu olarak ifade eden bireylerin oranı %52.7 olarak saptanmıştır. Araştırma, bireylerin mutsuzluk nedenlerinin temelinde ekonomik problemlerin yer aldığını; mutluluk seviyelerini en çok etkileyen faktörlerin başında da sağlık durumlarının ve aile ilişkileri ve geldiğini ortaya koymaktadır (TÜİK, 2024).

Bu araştırmada incelenen olumsuz çocukluk yaşantılarının ve maddi kaygıların bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeylerini etkileyebileceği düşünülmektedir. Çocukluk dönemi genel olarak 3 ila 12 yaş arasını kapsamakta ve bebeklik ile ergenlik dönemleri arasındaki dönem olarak ayrılmaktadır (Papalia ve Martorell, 2021). Bu dönem, "İlk Çocukluk" (3-5 yaş) ve "Okul-Son Çocukluk" (6-12 yaş) olmak üzere iki alt bölümden oluşur. İlk çocuklukta fiziksel, bilişsel ve dilsel gelişim ön plandayken, son çocuklukta sosyal, mantıksal ve ahlaki gelişim daha belirgin hale gelmektedir (Shonkoff ve Philips, 2000; İnanç vd., 2015). Birçok kuramcı, çocuklukta edinilen deneyimlerin bireyin tüm yaşamı boyunca yansımaları ve kalıcı etkileri olduğunu vurgulamaktadır. Psikanalitik Kuram yaşamın ilk altı yılı kişilik gelişimi ve değerlerin oluşumu için kritik bir dönem olduğunu ifade eder (Elliott, 2017). Freud'un psikoseksüel gelişim dönemlerinin önemli bir bölümünü oral, anal, fallik ve latent olmak üzere çocukluk dönemine ayırmıştır. Freud, bu dönemdeki deneyimlerin bireyde yaşam boyu kalıcı davranışlara yol açtığı tezini savunmuştur (Corey, 2000).

Bir diğer gelişim temelli kuram, aynı zamanda kariyer ve mesleki psikoloji alanını da kapsayan Gereksinim Kuramıdır (Roe, 1957). Bu kurama göre erken çocukluk yaşantılarının, yetişilen ortamın, ilişkilerin ve çocukluktaki ebeveyn tutumlarının bireyin gelecekteki kariyer ve meslek tercihini (Brown, 2002) etkilediği ileri sürülmektedir. Temel güdüler olan "duygusal yoğunlaşma, kaçınma ve kabul" ün meslek seçimleriyle ilişkisi olduğu ifade edilmiştir (Adıgüzel ve Erdoğan, 2014). Bireylerin çocukluk travmalarını telafi etmek amacıyla bilinçdışı olarak belirli mesleki rolleri tercih edebildikleri belirtilmektedir. Sosyal girişimcilik örneği üzerinden, geçmişteki olumsuz deneyimlerin başkalarına yardım etme yoluyla anlamlandırılması ve iyileştirilmesi süreci vurgulanmaktadır (Pines, 2000; Driver, 2017; Cohen vd., 2024; Laine ve Kibler, 2018). Yaşam Boyu-Yaşam Alanı Kuramı (Super, 1980) meslek seçiminin yaşam boyu süren bir süreç olduğu ve çocukluk dönemini kapsayan "Büyüme Basamağı"nın (Hayal, İlgi, Yetenek) kariyer yönelimi için temel oluşturduğu ifade edilmektedir (Super, 1990; Eryılmaz ve Mutlu, 2017; Işık, 2014).

Olumsuz çocukluk yaşantıları (Boullier ve Blair, 2018; Lacey vd., 2020; Daines vd., 2021; Geng vd. 2021), çocuğun fiziksel ve psikolojik gelişimini tehdit eden, travmatik nitelik taşıyan deneyimler olarak tanımlanır. Bu yaşantılar, bireyin temel ihtiyaçlarının karşılanmaması (ihmal) ya da fiziksel, duygusal ve cinsel istismara maruz kalması gibi doğrudan zarar verici durumları içerir. Ayrıca, çocuğun gelişimini destekleyici çevresel koşullardan yoksun kalması ve travma yaratabilecek olaylarla karşılaşması da bu kapsamda değerlendirilir (Boullier ve Blair, 2018).

Fiziksel istismar, çocuğun kasten fiziksel olarak zarar görmesine; duygusal istismar, küçük düşürme, aşağılama gibi psikolojik baskılara; cinsel istismar ise çocuğun (Whitfield vd. 2005; Lacey vd. 2020) cinsel anlamda sömürüldüğü durumlara işaret eder. Bu tür istismarlar bireyin sosyal ilişkilerinde bozulmalar, duygusal dengesizlikler, suçluluk ve utanç gibi olumsuz duygular geliştirmesine neden olabilir. Duygusal istismar diğerlerine göre daha az görünür olmakla birlikte uzun vadede benlik saygısında düşüş ve içe kapanma gibi sonuçlar doğurabilir. İhmal ise çocuğun temel bakım, beslenme, barınma, sağlık ve eğitim gibi yaşamsal ihtiyaçlarının yeterli düzeyde karşılanmaması durumudur (Kara ve Yüksel-Şahin, 2021; Hunt vd., 2017).

Çocukluk döneminde yaşanan bir diğer yaygın olumsuzluk, genellikle okul ortamında karşılaşılan akran zorbalığıdır. Akran zorbalığı, bir bireyin ya da grubun,

daha zayıf konumda olan bireye karşı sistematik olarak uyguladığı fiziksel, sözel, sosyal veya dijital yolla gerçekleştirilen saldırgan davranışlardır (Salmivalli, 2010; Çankaya, 2011). Bu tür zorbalık mağdur bireylerde özgüven kaybı, akademik başarısızlık ve anksiyete gibi sorunlara yol açarken, zorbalık uygulayan bireylerde antisosyal eğilimler ve uyum problemleri gözlenebilir (Olweus, 1994). Araştırmalar, erkek çocuklarında fiziksel, kız çocuklarında ise daha çok sözel ve ilişkisel zorbalık türlerinin yaygın olduğunu ortaya koymaktadır (Menesini ve Salmivalli, 2016).

Ebeveynlerin boşanması da çocuk üzerinde çok yönlü etkiler bırakabilir (Eyo, 2018). Boşanma sürecinde çocuk, "Duygusal öfke, suçluluk, kaygı" gibi davranışsal alanda, "uyum güçlüğü, dikkat dağınıklığı" gibi akademik alanda meydana gelebilecek durumları yaşayabilir. Ancak bu etkilerin düzeyi; çocuğun mizacı, genetik yatkınlıkları ve boşanmanın nasıl yönetildiği gibi faktörlere bağlı olarak değişkenlik gösterebilir (Jeynes, 2000; Wallerstein ve Lewis, 2004; Öngider, 2013). Bu tür olumsuz çocukluk yaşantılarının, bireyi çok boyutlu olarak etkileyebileceği, yetişkinlikte ruhsal (Finlay vd., 2022), bedensel (Felitti vd., 1998), bilişsel (Hawkins vd. 2021) ve sosyal işlevselliği (Hunt vd., 2017) üzerinde belirleyici rol oynayacağı öngörülmektedir.

Olumsuz çocuklukluk yaşantılarının etkileyebileceği değişkenlerden birisinin "çalışma iradesi" olduğu düşünülmektedir. Çalışma iradesi (Duffy vd., 2012) bilişsel karşılığı olan bir kavramdır. Bireyin olumsuz çocukluk deneyimlerine maruz kalmasının yaşantısında kalıcı izli davranışlara neden olmaktadır. Bu davranışlardan bir tanesi de bilişsel karar verme ürünü olan "meslek seçimi" davranışı olabilir (Hartung vd., 2005; Yuan ve Li, 2019; Bryce vd., 2023). Çocukluğunda olumsuz deneyimi olan bireyin özgüvenli davranma ve karar verme becerisini tam karşılayamayabileceği görülmektedir (Klumpp, 2024). Özgür kariyer kararı verme becerisinin karşılığı olan çalışma iradesinin de, olumsuz çocukluk deneyimleri nedeniyle işlevselliğinin etkilenebileceği (Koçak vd., 2022; Reiland, 2023) ve bireyin mutluluk düzeyini azaltabileceği düşünülmektedir.

Olumsuz çocuk deneyimlerinin ruh sağlığı üzerinde kalıcı etkiler bırakabileceği ve bireyde intihar düşünceleri, kendine zarar verme (Anda vd., 2006), travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), bağışıklık sistemi rahatsızlıkları (Miller ve Chen, 2010) ve cinsel işlev bozuklukları (Saadedine vd., 2023) gibi ciddi sonuçlara yol açabileceği ileri sürülmektedir. Bu denli etkileri olduğu kanıtlanan olumsuz çocukluk

yaşantılarının mutluluk üzerinde de yaralayıcı etkilerinin olduğu yadsınmamış ve pek çok araştırma ile de kanıtlanmıştır (Erus vd., 2024; Whitfield vd., 2005; Daines vd., 2021; Potter vd., 2024; Gündüz ve Gündoğmuş, 2019).

Bireyin yaşamış olduğu maddi-ekonomik kaygıların da çalışma iradesini ve mutluluk düzeylerini etkileyebileceği düşünülmektedir. Ekonomik yetersizlikler, bireyde psikolojik baskı yaratabilir; bu da kaygı belirtileri, motivasyon düşüklüğü ve yaşamdan alınan verimin azalması gibi sonuçlara yol açarak maddi kaygıya neden olabilir (Archuleta et al., 2013; Arpacı ve Özek, 2019;). Maddi kaygı (Zaoming vd., 2021; Gignac vd., 2023; Hamididin ve Keshky, 2023; Lee vd. 2023; Xiao ve Meg, 2024), ekonomik krizlerin birey üzerinde duygusal ve davranışsal tepkilere yol açmasıyla ortaya çıkan bir durumdur (Shapiro ve Burchell, 2012). Bu kaygı; geçim sıkıntısı, yaşam koşullarının kötüleşmesi ya da geleceğe dair güven hissinin azalması gibi nedenlerle şekillenebilir (Ryu ve Fan, 2022).

Maddi kaygı (Ahamed vd., 2024) da bir kaygı türü olduğu, kaygınında negatif yaşantılara örnek ve hatta patolojiye varabilecek sonuçları doğurabilme kapasitesi olduğu için maddi kaygılar ile çalışma iradesi ve mutluluk kavramları arasında negatif yönlü ilişkilerin olabileceği tahmin edilmektedir (Dwyer vd, 2011). Maddi yoksunluk ve ekonomik kısıtlılık yaşamak bireylerin kariyer kararlarında seçim yapma özgürlüğünü daraltmakta ve doğal bir sonuç olarak çalışma iradesi üzerinde azaltıcı etkilere yol açmaktadır (Duffy vd.; 2012). Çalışma iradesinin belirttiği engellerden biri de finansal kısıtlamalar olarak karşımıza çıkar (Çeven vd., 2024; Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021). Finansal engellere maruz kalmak bireyde maddi-finansal kaygılara yol açabilir (Lee vd., 2023). Çalışma iradesi ile ilişkili araştırmalarda, eğitim düzeyi ve maddi gücün belirleyici olduğu ileri sürülmektedir (Duffy vd., 2016). Ekonomik kısıtlama ve zorlukların etkili bir çalışma iradesi ortaya koymayı zorlaştırdığı görülmektedir (Ergin vd., 2023).

Finansal sıkıntıların bireylerde yüksek düzeyde kaygı, depresyon (Nabakooza, 2024) düşük yaşam doyumu ve genel mutluluk düzeyinde azalmaya neden olduğu, borçlu olmak ve finansal olarak zorluk yaşamanın ruh sağlığı üzerinde etkilerinin olduğu (Richardson vd., 2013) yapılan çalışmalarla açığa çıkarılmıştır (Archuleta vd., 2013). Finansal refah ile öznel iyi oluş arasında doğrusal ve pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Iannello vd., 2021). Finansal kaygıların (Adam vd., 2024) bireylerin mutluluk düzeylerini düşürdüğünü, yaşam doyumu, öz yeterlilik ve psikolojik

dayanıklılık üzerinde olumsuz etkilerinin olabileceği görülmektedir (Ayvaz ve Şahin, 2024). Buradan hareketle, maddi kaygılar ile mutluluk arasındaki ilişkiyi Türkiye'de yaşayan yetişkinler bağlamında açığa çıkarmak da önemli olacaktır. Diğer yandan cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyinin bireylerin çalışma iradesi ile mutlulukları arasında da ilişkilerin olabileceği düşünülmektedir. Cinsiyet, erkek ve dişi olarak ayırt etme olanağı veren, anatomik ve fizyolojik özellikleri barındıran bedensel özelliklerin tümüdür (Yağan Güder& Güler Yıldız, 2016). Toplumsal cinsiyet ise doğumla birlikte gelmez doğumdan itibaren inşa edilir. Toplumsal cinsiyetin oluşmasında aile, akranlar, kitle iletişim araçları, din vb faktörler etkilidir (Moore, 2002). Cinsiyet açısından olumsuz çeşitli engellemeler bireyde adalet duygusunun sarsılmasına ve toplumsal cinsiyet eşitsizliğine neden olabilir. Bu eşitsizlikler bireyin yaşantısında, eğitim, hukuk, üretim, istihdam, aile, kamusal alan vb. toplumun çok yönlü dinamiklerini etkiler. Buna göre bireyin özgürce mesleki seçimler yapma iradesinin olumsuz etkilenmesine (Göregenli vd.; Herek, 2009, Kara ve Sarsıkoğlu, 2024) ve mutluluk düzeyinin düşmesine neden olabilir. Ayrıca cinsiyetini, ikili cinsiyet sistemi ile ifade edilmesine karşı olan (non-binary) bireyler de vardır (Yüksel Şahin ve Başar Genç, 2023). Yaş açısından yaş, gelişimsel bir özelliktir (Jadidian ve Duffy, 2012). Ülkemizde özellikle genç yaştaki bireylerin karşılaştığı istihdam yetersizliği, kariyer engellemeleri, gelecek kaygısı, maddi kaygılar vb. durumların çalışma iradesini ve mutluluk düzeyini etkileyecebileceğini düşündürmektedir. Eğitim düzeyi açısından ise eğitim düzeyi yüksek olan bireyler özgür ve kararlı olarak kariyer tercihi yaparken, daha az eğitimli bireyler kararlı ve özgür seçimleri yapamayabilmektedir. Burada içsel kontrol, algılanan sosyal ve örgütsel desteğin etkisi düşünülebilir (Heckhausen vd.,2010 ve Duffy vd., 2012). Bu durum bireylerin çalışma iradesini ve mutlulukları etkileyebilir.

Yukarıdaki bilgilerin ışığında araştırmanın amacı yetişkin bireylerin çalışma iradesinin ve mutluluk düzeylerinin çocukluk çağı yaşantılarına, maddi kaygılarına, cinsiyetine, yaşına ve eğitim düzeyine göre anlamlı bir düzeyde farklılık gösterip göstermediğini incelemektir.

1.1. Problem

Yetişkin bireylerin çalışma iradesinin ve mutluluk düzeyleri çocukluk çağı yaşantılarına, maddi kaygılarına, cinsiyetine, yaşına ve eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

1.2. Alt problemler

Araştırma ile birlikte ele alınan alt problemleri şu şekildedir:

1. Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri çocukluk çağı yaşantılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?
   1.a.) Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri çocuklukta aile yaşantılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?
   1.b.) Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri çocuklukta okul yaşantılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?
   1.c.) Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri çocuklukta kişisel sosyal yaşantılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?
2. Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri maddi kaygılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?
3. Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?
4. Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri yaşlarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?
5. Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmanın temel amacı, yetişkin bireylerin çocukluk çağı yaşantıları ile maddi kaygı (Archuleta vd., 2013) düzeylerinin, onların çalışma iradesi (Duffy vd., 2012) ve mutluluk (Diener, 1984) düzeyleri üzerindeki etkilerini incelemektir. Özellikle bireylerin erken yaşantılarında (Super, 1990) maruz kaldıkları olumsuz deneyimlerin, yetişkinlikte sergiledikleri mesleki tutumlar (Kuzgun, 2000) üzerinde nasıl bir rol oynadığına ve ekonomik belirsizlik sonucu oluşabilen kaygıların (Ahamed vd., 2024)

bu süreci nasıl etkilediğine odaklanılmaktadır. Bu bağlamda araştırma, bireylerin olumsuz çocukluk çağı yaşantıları ile maddi kaygılarının çalışma iradelerini ve mutluluk düzeylerini ne ölçüde yordadığını açıklamayı hedeflemektedir.

Bireylerin mesleki seçimleri yaşantılarındaki temel belirleyicilerdendir. Bu seçim sürecinin temel belirleyicileri, yetenek, ilgi ve beceri gibi kişisel faktörler (Kuzgun, 2000), cinsiyet, toplumsal yapı, ekonomik koşullar olarak sıralanabilir (Lamsa vd., 2000). Bu belirleyiciler bireyin isteği ve beklentisi dışında geliştiğinde bir engel teşkil edebilir. Bu araştırma bahsedilen engellere rağmen bireylerin ne düzeyde kendi isteklerine göre özgürce seçim yaptıklarını ortaya çıkarmayı amaçlamaktadır (Büyükgöze-Kavas ve Ünal, 2019). Buna neden olabilecek, olumsuz çocukluk yaşantıları ve maddi kaygılar bu araştırmada bağımsız değişken olarak ele alınmıştır.

Araştırmanın amacı, bireyin psikolojik iyi oluşunun (Aydın ve Kaya, 2016) sadece anlık deneyimlerle değil, erken dönem yaşantılarla ve içinde bulunulan sosyoekonomik bağlamla şekillendiğine dair artan bilimsel bulgulardan kaynaklanmaktadır (Felitti vd., 1998; Anda vd., 2006). Özellikle çocukluk döneminde yaşanan duygusal ihmal, fiziksel şiddet, ebeveyn kaybı gibi travmatik deneyimlerin bireyin yetişkinlikteki iş güdüsü, motivasyonu ve mutluluk düzeyiyle ilişkili olduğu bilinmektedir (Shonkoff vd., 2012). Aynı şekilde, maddi kaygılar; bireyin geleceğe dair güven duygusunu, yaşam doyumunu ve psikolojik dayanıklılığını olumsuz etkileyebilmektedir (Haushofer ve Fehr, 2014). Ancak bazı bireyler, zorlayıcı geçmiş ve ekonomik baskılara rağmen yüksek bir çalışma iradesi sergileyebilmekte ve mutluluk düzeylerini koruyabilmektedir. Bu durum, bireysel dayanıklılık, motivasyon ve anlam arayışı gibi kavramların da devreye girdiği çok boyutlu bir ilişkiler ağını ortaya koymaktadır (Ryff, 1989; Deci ve Ryan, 2000).

Araştırmanın önemi, psikolojik danışmanlık, insan kaynakları yönetimi ve sosyal politika alanlarına katkı sağlayabilecek özgün bulgular üretme düşüncesinden kaynaklanmaktadır. Bu çalışma olumsuz çocukluk yaşantıları (Whitfield vd., 2005; Lacey vd., 2020; Daines vd., 2021; Geng vd., 2021; Leza vd., 2021; Wang vd., 2021) ve maddi kaygıların çalışma iradesi üzerindeki yansımalarını araştırması bakımından alanyazındaki boşluğu dolduracağı tahmin edilmektedir. Olumsuz çocukluk çağı yaşantılarının ve maddi kaygıların, çalışma yaşamı ve mutluluk üzerindeki etkilerinin birlikte ele alınması, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde sürdürülebilir iyi oluş stratejilerinin geliştirilmesine zemin hazırlayabilir. Ayrıca, çalışan bireylerin geçmiş

yaşantılarının iş iradesi üzerindeki etkilerine yönelik veriler, kurumların çalışan destek programlarını daha etkin bir şekilde yapılandırmasına olanak tanıyabilir. Olumsuz çocukluk yaşantılarının mutlulukla ilişkisini inceleyen çokça çalışmaya (Potter vd., 2024; Erus vd., 2024; Gündüz ve Gündoğmuş, 2019; Oğuz vd., 2022) rastlanılsa da, bu araştırma özellikle çalışan yetişkin ağırlıklı bir örneklem grubunda yapılmıştır. Ülkemizde son yıllarda kendisini derinden hissettiren ekonomik kaygılar ile mutluluk arasındaki ilişkiyi saptaması açısından önem taşımaktadır.

1.4. Sayıltılar

Araştırmanın örneklem grubundaki yetişkin bireylerin ölçekler ve kişisel bilgi formunda yer alan soruları açık, samimi ve içtenlikle cevapladığı kabul edilmektedir.

1.5. Sınırlılıklar

-Araştırma, Türkiye'nin çeşitli şehirlerinde yaşayan yaşları 22 ila 65 aralığında olan bireylerle sınırlıdır.

-Araştırmada kullanılmış olan uygun örnekleme yöntemi, araştırmanın bir sınırlılığıdır.

-Araştırmaya verilen yanıtlar "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği", "Maddi Kaygı Ölçeği", "Çalışma İradesi Ölçeği", "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu" ve "Kişisel Bilgi Formu"ndan elde edilen verilerle sınırlıdır.

-Çalışmada kullanılan "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği" ile yetişkinlerden çocukluk dönemleri ile ilgili veriler toplanmıştır. Toplanan veriler katılımcıların çocukluk yıllarına dayandığı için bireylerin geçmişi yanlı veya yanlış hatırlama riski de bu çalışmanın diğer bir sınırlılığıdır.

1.6. Tanımlar

Çalışma İradesi: Çalışma iradesi, bireyin karşılaştığı kişisel-sosyal, kültürel ve çevresel engellere rağmen kendi ilgi, beceri ve değer gibi özelliklerine göre özgürce mesleki seçimler yapma düzeyine dair algısıdır (Bluestein, 2006, Duffy, Douglas ve Austin, 2015, Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021).

Mutluluk: Bireyin iyi oluşunu bildiren, bilişsel ve duyuşsal olarak değerlendirilen bilişsel yönünü yaşam doyumu, duyuşsal yönünü ise güven, heyecan, ilgi, neşe, gurur vb. olumlu duyguların olumsuz duygulara nazaran daha fazla hissedilmesi durumudur (Diener, 1984; Diener vd., 1991).

Maddi Kaygı: Maddi kaygı, bir kaygı türüdür (Ahamed vd., 2024). Maddi kaygı ekonomik krizlerin, yoksunluğun, bireysel düzeyde hissedilerek geçim zorluğu yaşanması düşüncesi, geleceğe yönelik güvende hissedememe gibi duygusal ve davranışsal tepkilere yol açan bir stres durumudur. (Shapiro ve Burchell, 2012). Bu kaygı; geçim sıkıntısı, yaşam koşullarının kötüleşmesi gibi riskler barınırarak bireyi psikolojik negatif duygulanıma iter (Ryu ve Fan, 2022).

Olumsuz Çocukluk Yaşantıları: Çocuğun kendisine ve gelişimine zarar veren bir çevrede bulunması, potansiyel travmalara yol açabilecek düzeyde ihmal ve istismara maruz kalması, gelişimine katkı sunacak olumlu deneyimlerden kısmen veya tamamen mahrum kalması, çocuğun fiziksel ve psikolojik gelişimini tehdit eden, travmatik nitelik taşıyan fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar ve ihmal gibi deneyimler olarak tanımlanır (Boullier ve Blair, 2018; Daines vd., 2021; Geng vd. 2021 ; Whitfield vd. 2005; Lacey vd., 2020).

2. KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde sırasıyla Meslek, Kariyer, Çalışma ve İşle ilgili Temel Kavramların tanımına, Çalışma Psikolojisi, Çalışma İradesi, Mutluluk ve Çocukluk Çağı Yaşantıları ile ilgili kuramsal açıklamalara ve araştırmalara yer verilmiştir.

2.1. Meslek, Kariyer, Çalışma ve İş-Temel Kavramlar

Çalışma, mesleki bir beceri ile eylem ortaya koyarak değer üretmektir. Çalışma, bireyler için salt ekonomik bir getiri sağlamanın ötesinde, psikolojik tatmin, sosyal hayata dahil olma ve kişisel kimliklerini geliştirme gibi pek çok ihtiyacı karşılayan, üretken faaliyetlerin tamamıdır. Jahoda (1982), çalışmanın sadece gelir temin etmediğini, aynı zamanda bireyin zamanını düzenlemesine, sosyal çevre edinmesine, toplumda bir yer edinmesine ve hayatına anlam katmasına yardımcı olduğunu vurgular. Blustein (2006) de çalışmayı, bireylerin ruh sağlığını destekleyen, sosyal ilişkilerini güçlendiren ve kimliklerini besleyen önemli bir yaşam alanı olarak görür. Uluslararası Çalışma Örgütü (ILO, 1999) ise çalışmayı, bireylerin ister ücretli ister ücretsiz olsun, üretken bir şekilde katkıda bulunduğu her türlü aktivite olarak tanımlar ve bu bağlamda "insana yakışır iş" kavramının önemini belirtir.

İş, bireylerin ekonomik, toplumsal ve psikolojik gereksinimlerini karşılamak amacıyla çalışmanın düzenli olarak gerçekleştirilmesi olarak ifade edilebilir. Mal veya hizmet yaratma amacıyla iktisadi bir değer yaratma amacı taşır (Özdemir, 2018). Blustein (2006) ise işi yalnızca ekonomik bir zorunluluk olarak değil, aynı zamanda bireyin yaşamla kurduğu ilişkilerin bir yansıması olarak değerlendirir. Bu bağlamda iş, bireyin kimliğini oluşturmasına, psikolojik ihtiyaçlarını karşılamasına ve sosyal bağlar kurmasına yardımcı olur.

Meslek, bireyin belirli bir eğitim süreci sonucunda kazandığı bilgi, beceri ve yetkinlikleri kullanarak, toplumsal bir ihtiyacı karşılamak amacıyla sistemli ve sürekli biçimde geçirdiği faaliyetlerdir (Can, 2021). Meslekler yalnızca ekonomik kazanç sağlamaktan ibaret olmayıp aynı zamanda bireyin kimlik gelişimine katkıda bulunur, ona sosyal statü kazandırır ve toplumsal rollerini yerine getirmesine imkân

tanır (Kuzgun, 2000). Meslek bireyin toplum içindeki yerini ve işlevini tanımlayan statü parçalarından biridir.

Kariyer, bireyin yaşam boyunca oynadığı rollerin süreğen dizisini ifade eder (Super, 1990). Kariyer, bir kişinin iş hayatı boyunca yaşadığı her şeydir. Bu, yaptığı işler, çalıştığı pozisyonlar ve öğrendiği mesleki özelliklerin tümüdür. Salt olarak üretilen işler değil bu işlerin niteliğini, deneyimini ve uzmanlaşma süreçlerini de ifade eder. Hall'a göre kariyer, kişisel ve örgütsel hedeflerle doğrudan bağlantılı, bireyin yaşamı boyunca kısmen kontrolünde tuttuğu iş tecrübesi ve aktivitelerle ilgili dinamik bir süreçtir (Vergiliel-Tüz, 2003). Geleneksel kariyer yaklaşımı örgüt içindeki terfi ve statüyü vurgularken, modern anlayış kariyeri bireyin değerleri doğrultusunda yaptığı seçimler, iş-yaşam dengesi ve anlam arayışı bağlamında ele alır (Arthur vd., 2005)

2.2. Çalışma Psikolojisi ve Çalışma İradesi

2.2.1. Çalışma Psikolojisi

Günümüzde mesleki psikolojide yüksek derecede engelleri ve/veya kısıtlı kişisel tercihleri olan bireylerin yaşamlarını incelemek giderek daha fazla önem kazanmaya başlamıştır (Duffy, Diemer ve Jadidian 2012). Bu yüzden son yıllarda meslek psikolojisinin ve kariyer gelişiminin mevcut kuramsal altyapısına yönelik eleştiriler, feminizm, çok kültürlülük, sosyal sınıf bağlamında ele alınarak tartışılmaya başlanmıştır. Bu eleştirilerin merkezinde, iş temelli kararların, geçişlerin ve deneyimlerin yalnızca bireysel faaliyetin ifadesi olmadığı, aynı zamanda çok çeşitli dış etkenlerden ekilendiği biçimindedir (Blustein, 2011). Birçok kişi içinde bulunduğu kültürel, sosyal ve ekonomik sorunları nedeniyle çeşitli sınırlılıklarla karşılaşmaktadır. Geleneksel kariyer gelişimi kuramları bireysel karar verme özerkliğine ve gücüne sahip olan orta sınıf ve üzeri Amerikalı üniversite öğrencilerinde sınanmıştır. Oysa farklı etnik, sosyal ve ekonomik farklılıklara sahip olan bireyler vardır. Bu açılardan değerlendirildiğinde geleneksel kariyer gelişimi kuramlarına eleştiriler gelmiş; ve farklı özelliklere sahip olan bireyleri de kapsayan bir kariyer gelişiminin önemine vurgu yapan ve çalışma kavramı üzerine odaklanan Çalışma Psikolojisi Kuramını geliştirmiştir (Çeven, Büyükgöze-Kavas ve Kirazcı, 2024; Özaydın, 2024).

Bu kuram, bireylerin sadece kendi potansiyellerini gerçekleştirme değil, aynı zamanda toplumsal katkı sağlama ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılama yollarını da araştırır. Aynı zamanda bireyin "çalışma iradesi" ve "insana yakışır iş" deneyimleri, bireyin esenliği ve yaşam doyumu ile yakından ilişkilidir (Allan vd., 2016). Çalışma Psikolojisi Kuramı, farklı geçmişlere sahip bireylerin kariyer süreçlerini anlamayı amaçlayarak odağına "insana yakışır iş" kavramını alır. İnsana yakışır iş, çeşitli sosyal, kültürel ve ekonomik kökenlere sahip tüm bireylerin kariyer yolculuklarını kapsamlı bir şekilde açıklamayı hedefler. Bu kuram, bireylerin ihtiyaçlarını karşılayan, doyum sağlayan ve mutluluğa katkıda bulunan iş olanaklarının hangi faktörlerle mümkün olduğunu açıklamaya çalışır. Bireyin adil ücret, yeterli dinlenme, sendikal haklar, iş güvenliği, sosyal koruma, erişilebilir sağlık olanakları, kişisel gelişim, insani çalışma saatleri gibi temelde hak olan bir çalışma yaşantısını ve dolayısıyla yaşam memnuniyetini açıklar (Duffy vd., 2016; Kara ve Sarsıkoğlu, 2023).

Kariyer kararı vermek bireyler için ömür boyu sürdürecekleri profesyonel alanlarını tayin etmeleri açısından önemlidir. Bu belirleme çoğunlukla çevresel faktörlere bağlansa da içsel, bireysel ve psikolojik temellerin gözle görülmesi hayati önem taşır. Engellere rağmen özgürce kariyer tercihi yapmak becerisi ile kariyer kararı verme öz yetkinliği arasında bir ilişki olması beklenir (Jadidian ve Duffy, 2012). Nitekim yapılan birtakım çalışmalarda bu iki kavram arasında bağlantı olduğu kanıtlanmıştır. Kariyer kararı verme öz yetkinliğinin çalışma iradesini anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır (Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021). Kariyer kararı verme öz yetkinliği, bireyin kariyerine ilişkin kararlar alma sürecinde gerekli olan görevleri başarıyla tamamlayabileceğine dair kendi yeteneğine olan inancıdır (Taylor ve Betz, 1983). Kariyer için beklenen görevlerin bireyin kişisel becerileri, arzuları, istekleri ve ilgileri ile bağlantılı olduğunu söyleyebiliriz.

Buradan hareketle iş seçimi ve işteki psikolojinin anlamı önem kazanmaktadır. Çalışma ve iş hayatı bireyde sığlaştırılamayacak kadar derinlikler barındırır. Kişilerin biricikliği, deneyimleri, beklentileri, engelleri ve seçim güçleri çalışmanın ve kariyerin inşasını oluşturur. Blustein'in (2011) yaklaşımı çalışmada bu biricikliğin ve ilişkiselleğin üzerinde durur. İlişkisel destek yalnızca psikolojik değil, aynı zamanda araçsal destek biçiminde de ele alınır. Bu tür destek, bireylere beceri geliştirme, iş arama, danışmanlık ve kaynaklara erişim gibi konularda somut katkılar sunar (Kenny

ve Bledsoe, 2005). Özellikle düşük gelirli bireyler için bu tür destekler, çalışma yaşamında uyum sağlayabilmeleri açısından önemlidir.

Çalışma psikolojisi bireyde temelde var olan demografik ve sosyal koşulların zaten değiştirilemeyeceğini öne sürerek kariyer rehberliği ve danışmanlığı faaliyetlerinin bir iyileştirici görevi görerek birey üzerinde yapılacak farkındalık faaliyetleri, danışmanlık, uyum yeteneğinin artırılması, mesleki tanıtımlar yoluyla birtakım aidiyetlerin oluşmasını sağlamak olacaktır (Kirazcı vd., 2023).

Çalışma psikolojisi kuramının içinde yer alan kavramlar şunlardır: insana yakışır iş, ötekileştirilme, proaktif kişilik, kariyer uyumu, eleştirel bilinç, sosyal destek, yaşamı sürdürme ihtiyaçları, sosyal katkı ihtiyaçları, özbelirleme ihtiyaçları, çalışmaktan duyulan memnuniyet ve iyi oluş, ekonomik koşullar, ekonomik kısıtlılık ve çalışma iradesi kavramlarıdır (Hasret, 2024). Bu tez kapsamında çalışma iradesi kavramı aşağıda açıklanmıştır.

2.2.2. Çalışma İradesi

Mesleki beceri ortaya koyan bireyin psikolojik iyilik halini ön plana alan bir yaklaşım olan (Güler, 2015) çalışma psikolojisi kuramı (Duffy vd., 2016) bireyin yeterli gelir elde ettiği, sağlık hizmetlerine erişiminin olduğu, dinlenme için yeterli düzeyde boş zamanın olduğu, aile ve kültürel değerlerine uygun olan, kendisini mutlu hissettiği temelde bireyin güvenli çalışma olanaklarına sahip olduğu insana yakışır işi önceleyen bir yaklaşımdır (Kirazcı, vd., 2023). Bu açıdan bakıldığında çalışma iradesi kavramı çalışma psikolojisi kuramının alt boyutlardan bir tanesi olarak karşımıza çıkmaktadır (Hasret, 2024).

İrade, içsel motivasyona dayalı olarak karar vermektir (Yumuk mercan ve Yumuk Günay, 2023). İrade kavramı özgüven ve seçim yapabilmeyi temsil eden bir kavramdır (Kwon, 2019). Çalışma iradesi ise bu içsel karar verme gücünü, çalışma ve iş yaşamına yansıtma olarak ele alınmaktadır. Bu nedenle çalışma iradesi, bireyin çalışma yaşamındaki başarısını etkileyen bir ögedir (Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay, 2023).

Meslek ve kariyer oluşturma sürecini mümkün olduğunca sağlıklı bir şekilde inşa etmede çalışma iradesinin önemli bir yeri vardır (Duffy vd., 2012). Çalışma iradesi, bireyin kariyer tercihlerinde ve iş yaşamında doğru kararları verme becerisidir

(Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay, 2023; Taylor, vd., 2023). Çalışma iradesi, bireyin karşılaştığı zorluklara-engellere rağmen içsel dinamikleri ile etkili mesleki seçimleri yapma düzeyini ifade eder (Bluestein, 2006; Duffy vd., 2016; Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021). Çalışma iradesi, dış kısıtlamalara rağmen bireyin kariyeriyle (Taylor, vd., 2023) ve işiyle ilgili kararları kendi başına alma isteğini ifade eder (Duffy vd., 2012; Kwon, 2019). Bireylerin yaşadığı çeşitli zorlukların üstesinden gelerek kariyer hedeflerini geliştirme ve bunlara ulaşma isteğidir. Gelecekte kariyer fırsatlarının mevcut olacağına olan inançtır (Kwon, 2019). Ayrıca, bireyin karşılaştığı engellerle baş etme şekli olarak da tanımlanmaktadır (Duffy vd., 2012). Çalışma iradesi, bireyin çalışma yaşantısında değişimler yapma kapasitesini kontrol etme becerisini de içerir (Bluestein, 2006; Duffy, Douglas ve Austin, 2015; Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021).

Çalışma iradesi içinde yer alan meslek seçimi yapmak, bireyin yaşantısında başta gelen dinamiklerdendir (Bozgeyikli vd., 2009). Meslek seçimi, yapılması düşünülen çeşitli meslekler arasından seçimin yapılmasını ifade eder. Meslek seçimi, bireyin kendisine uygun olabilecek meslekleri çok yönlü olarak değerlendirerek, kendi ihtiyaçları açısından istenilmeyen yönlerin daha az olduğu, istenilen yönlerinin de daha çok olduğu bir mesleğe yönelmesidir (Akdemir, 1991, sf. 76) Kişi seçeceği meslekte, bireysel başarısını, ilgisini, meslek ile olan mesafesini kurgulamak suretiyle etkili bir seçim yapmak durumundadır. Etkili mesleki seçim yapma, meslekteki başarıyı ve bireyin mutluluğuna doğrudan etki eder (Bozgeyikli vd., 2009).

Çalışma iradesi içinde yer alan kariyer seçimini yapmak da çok önemlidir. Kariyer, mesleklerin ve yaşam rollerinin birbirini izlemesi sonucu oluşan genel görünümü ve mesleki gelişim sürecindeki ilerleme, duraklama ve gerilemeleri barındıran yaşam boyu devam eden bir süreçtir. Kariyer kavramı mesleğe hazırlanma, meslek görevlerini yerine getirme, hizmet-içi eğitimleri, boş zaman faaliyetlerini, toplum içerisinde üstlenilen rolleri ve bütün bu görevlerdeki gelişim ve değişimi içeren geniş bir kavramdır (Kuzgun, 2014). Kariyer seçme süreci, bireyin kendisine uygun olduğunu düşündüğü işi, bir uzmanlık sürecinden geçerek edinme ve bunu bilinçli olarak ayırt etme sürecidir. Çalışma iradesi ise bu kariyeri oluşturmada bireyin iç kontrolünü sağlayarak ihtiyaç, ilgi ve değerlerine göre en doğru mesleği edinme amacını ifade edebilir (Kara ve Sarsıkoğlu, 2024). Çalışma iradesi etkili mesleki

tercihi, bireyin kendisine uygun mesleği seçme kapasitesi olarak tanımlandığından mesleki karar becerisiyle ilişkilidir (Bozgeyikli vd., 2009).

Çalışma iradesi içinde yer alan karar verme, bireyin karşılaştığı çatışmalar sonucu yaşadığı stresi azaltmak ve başa çıkmak amacıyla yaptığı eylem davranışı olup hali hazırda belli olan ölçütlere göre birey için en uygun olan tercihi yapmasıdır. Kariyer kararı verme, bireyin kendi ilgi, yetenekleri ve karşılaştığı yaşantıları aracılığıyla mesleki bir tercih yapma eylemi olarak ele alınabilir (Doğan, 2014). Ayrıca çalışma iradesi, kariyer kararı verme öz yetkinliğiyle de ilişkilidir. Kariyer kararı verme öz yetkinliği, kişinin kariyer kararı vermesinde kendine duyduğu güven duygusunu simgeler. Şüphesiz kariyer kararı vermede öz yetkinliğin aracılarından en önemlisi meslek seçimidir (Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021).

Çalışma iradesi, özgürce kariyer tercihi yapma olarak da ifade edildiği için özgürlük kavramı ile de ilişkilidir. Bu nedenle kişinin özgür hissedebilmesinin kariyer seçimi boyutu olarak da ele alınabilir (Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay, 2023).

Çalışma iradesi ile mesleki olgunluk kavramı arasındaki bağ da önemlidir. Mesleki olgunluk, bireyin becerisine, ilgi alanına, yeteneğine, kişiliğine göre uygun; İşlevselliğini tam ve potansiyelli olarak yerine getirmesine katkı sunacak mesleki seçimler yapabilme, bu seçimi de yaşantısına göre sürdürebilme becerisidir (Crites, 1971; Aydın Orhan ve Ültanır, 2014; Altuntaş vd., 2016). Mesleki olgunluk seviyesi bireyin kişilik güçlerine uygun olarak mesleki seçim ve sürdürme becerisini açıkladığı için Çalışma iradesi ile benzer noktalar taşıyabilir. Çalışma iradesi; Çevresel (finansal, yapısal, politik, kültürel, sosyal, toplumsal cinsiyet vb.) engellere rağmen ilgi, yetenek ve beceri doğrultusunda dilediği seçimi yapmak olarak açıklanırken, mesleki olgunluk bireyin öz potansiyeline uygun mesleği seçme ve bunu sürdürme, gerektiğinde de vazgeçerek daha uygun mesleki örüntüler oluşturma kapasitesini temsil eder (Duffy, Diemer ve Jadidian 2012). Çalışma iradesinin seçim ve karar alma yönü daha ağırken, "mesleki olgunluk" sürece atıf yaparak kendini ve mesleklerin gerektirdiği özellikleri tanımaya atıf yapar.

Alanyazın incelendiğinde çalışma iradesi ve kariyer uyumu kavramlarının da ayrımının yapılmasının önemli olduğu düşünülmüştür. Kariyer uyumu, meslek seçim sürecini de içerisine alan, bireyin iş yaşamında (kariyer) karşılaşacağı, terfi, yükselme, unvan değişimi, gerileme, yeni rollere adaptasyon, mesleki gelişim vb.

değişimlere veya tekdüzeliklere karşı geliştirdiği uyum becerisidir (Savickas, 1999). Kariyer Uyumu, mevcut fırsatları değerlendirme, gelecekteki olasılıklara göre planlama yapmayı ve bireyin kendisine uygun seçimi yapabilmesini de kolaylaştırır (Creed vd., 2009). Kariyer uyumu, dört boyutta incelenebilir: Bireyin işindeki gelecek durumu ile ilgili kaygı duyması (ilgi/kaygı), kariyeri için kendisini kontrol altında tutarak sorumlu davranması (kontrol), yeni olanaklar keşfetmek için heyecanını ve merakını diri tutması (merak), bireyin ilgi- beceri ve yeteneklerinin bilincinde olarak kendisine dair inancı ve özyeterlilik durumu (güven) (Savickas, 1997). Kariyer uyumu ile çalışma iradesi bireyin içsel dinamiklerine atıf yapması, psikososyal yönüne odaklanması açısından ortak yönler barındırmaktadır. Bununla beraber kariyer uyumu daha çok adaptasyona atıf yaparken, çalışma iradesi bilişsel özgürlük, engellerden sıyrılma ve özgür mesleki seçimler yapmaya odaklandığından kariyer uyumu ile ayrışır (Demirtaş Zorbaz vd., 2020; Duffy vd., 2016).

Çalışma iradesi, olumlu bir gösterge olarak bireyin pozitifliği ile de ilgilidir. Psikolojik iyi hali yüksek, güvengen davranışlar sergileyen, yaşam memnuniyeti yüksek, hoşnut, özgüven sahibi olma gibi saymakla çoğaltabileceğimiz olumlu özellikleri fazlaca yani bir bakıma psikolojik ve ruhsal anlamda refaha sahip olmaları ile ilişkili olarak çalışma iradelerinin de yüksek olabileceği tahmin edilmektedir (Kwon, 2019).

Çalışma iradesi düzeyi yüksek olan birey, dışsal kısıtları pasifize ederek salt öz kimliği ile meslek seçimi ve kariyer yönlendirmesi yapar (Kwon, 2019). Dışsal faktörler, kişinin yakın çevresinden başlayarak en uzak etki edicilerinin güdümü ile oluşan dinamiklerdir. Bunlar kişiye sosyal, finansal, yapısal ve statüsel olmak üzere bariyerler oluşturabilir (Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay, 2023). İstediği ve arz ettiği kariyer örüntüsüne sahip olmuş bir birey yaşam amaçlarından bir tanesini elde etmiş olabilir. İsteyerek seçilen bir meslek ve yapılan iş kişinin seçtiği meslekte motive hareket etmesine, başarılı olmasına, daha verimli bir ürün elde etmesine kaynaklık eder. Kaliteli iş ve ürün ortaya koymayı destekler (Allan vd., 2013).

Çalışma iradesi düzeyine etki eden engelleri şu şekilde sıralanabilir: Sosyoekonomik durum, etnik köken, engellilik durumu, cinsiyet ve cinsel yönelimdir. Belirtilen farklılıklar bireyden bireye değişirken kişinin meslek seçimine ve meslek başarısına etki ettiği varsayılan etmenlerdir (Duffy vd., 2012). Çalışma iradesi daha yüksek olan kişilerin kariyer olanaklarının yüksek olduğu, kariyer kararını vermede kontrol sahibi

olduğu, kariyer kararlarını vermede daha az finansal ve yapısal kısıtlamaları olduğu görülmektedir (Duffy, vd., 2012; Taylor, vd., 2023). Bireyin karşılaştığı finansal, sosyal, yapısal engeller sebebiyle arzu ettiği mesleği seçememesi ilgilerini, yetenek ve becerilerini göz ardı etmesine neden olur. Kendi potansiyelini kullanamayan bu durumdaki bireyin yaşantıdan aldığı tat ve memnuniyet düzeyinin düşmesi beklenir (Duffy vd., 2016).

2.2.2.1. Çalışma İradesi ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde Çalışma İradesi ile ilgili Türkiye'de ve Dünyada yapılan bilimsel çalışmalara dair bulgulara yer verilmiştir.

Çalışma İradesi ile İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar

Kirazcı ve Büyükgöze Kavas (2021) tarafından yapılan çalışma iradesinin, Kariyer kararı verme öz yetkinliği (KKVÖY) ve Kariyer kararı verme belirsizliğine toleransı (KKVBT) üzerindeki rolünü konu alan araştırmaya 226'sı kadın 100'ü erkek ve 1 cinsiyet belirtmeyen birey olmak üzere toplam 327 üniversite öğrencisi katılım göstermiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre KKVÖY ile çalışma iradesi arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hatta çalışma iradesi ile KKVÖY'nin benzeşik olduğu, iki ayrı değişkenin bireyde benzer yorumları doğrulayabileceği ifade edilmiştir. Ayrıca KKVBT düzeyi ile çalışma iradesi puanı arasında da anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki olduğu ifade edilmiştir. Araştırmada demografik değişkenler de değerlendirilmiş, buna göre kadın üniversite öğrencilerinin erkeklere nazaran daha yüksek düzeyde çalışma iradesi gösterdiği ve sosyoekonomik düzey ile çalışma iradesi arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay (2023) tarafından aşçıların çalışma iradeleri ve duygusal zekaları arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaya 382 aşçı meslek uzmanı katılmıştır. Araştırmanın sonuçları, duygusal zekanın kendini değerlendirme, başkalarını değerlendirme, duygularını yönetme, duygularını kontrol etme alt boyutlarında değerlendirilmiştir. Buna göre, çalışma iradesi ile "kendini değerlendirme" alt boyutu dışındaki diğer alt boyutlar arasında zayıf düzeyde pozitif ilişki, "kendini değerlendirme" alt boyutu ile ise anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Araştırmada çalışma iradesinin bazı demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiştir. Buna göre söz konusu: Çalışma, yaş,

cinsiyet, medeni hal, eğitim ve çalıştığı bölge gibi farklılıkların da çalışma iradesine etki ettiği ortaya koyulmuştur.

Aca ve Akdamar (2023) tarafından yapılan araştırmada, çalışma iradesi; insana yakışır işin alt boyutları olan "güvenli çalışma koşulları", "sağlık hizmetlerine erişim", "boş zaman ve dinlenme" ile "kurumsal değerlerin incelenmesi" alt kavramlarıyla birlikte incelenmiştir. Buna göre, çalışma iradesine en fazla etki eden insana yakışır iş alt boyutunun "güvenli çalışma koşulları" olduğu; bunu sırasıyla "yeterli ücret", "sağlık hizmetlerine erişim" ve "kurumsal değerler"in takip ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Çeven vd. (2024) tarafından çalışma iradesinin kariyer uyumu, işteki doyum ve dengeli yaşam değişkenleri ile ilişkisini konu alan araştırmaya yaşları 20 ila 66 arasında değişen 148'i kadın, 255'i erkek olmak üzere toplamda 403 kişi dahil olmuştur. Araştırmanın sonuçları, çalışma iradesi ve kariyer uyumluluğunu yakalamış bireylerin dengeli yaşamı yakalamaya daha yatkın olduğunu ortaya koymuştur. Bireyin oluşturduğu dengeli-düzeyli bir yaşantıda çalışma iradesi göstermesi ve iş ihtiyaçlarını karşılamasının önemli bir payının olduğu ortaya çıkarılmıştır. Söz konusu çalışma ögelerinin dengeli yaşamı %43 oranında karşıladığı ise araştırmadan elde edilen bir başka çıkarımdır.

Hasret (2024), çalışmasında "çalışma psikolojisi" temelli grup psikoeğitim programının "çalışma iradesi" üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırmaya 27 kişi olmak üzere, deney, kontrol ve plasebo grubundaki toplamda 81 üniversite öğrencisi katılmıştır. Çalışma sonucunda deney grubundaki bireylerin "çalışma iradesi" puanlarında gözle görülür önemli artışlar tespit edilmiş ve katılımcılardan alınan geri dönüşlerde kendi kariyer seçimlerini daha etkili yapabileceklerine olan inançlarının artış gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Kariyer psikolojik danışmanlığı alanında "çalışma iradesi" kavramının yapılan çalışmalarla geliştirilebileceği açıklanmıştır.

Kara ve Sarsıkoğlu (2024) tarafından çalışma iradesi, mental iyi oluş, insana yakışır iş ve kariyer arzusu arasındaki ilişkileri ele alan bir araştırma yapılmıştır. Araştırmaya 228 çalışan yetişkin birey katılmıştır. Elde edilen sonuçlar doğrudan ve dolaylı olarak tartışılmıştır. Buna göre çalışma iradesinin doğrudan insana yakışır işi öngördüğünü, yine çalışma iradesinin kariyer arzusunu pozitif yönde anlamlı düzeyde etkilediğini ortaya koymuştur. Araştırmanın sonuçları, çalışma iradesinin iş

ve yaşam doyumu için belirleyici etkileri olduğunu fakat doğrudan mental iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığını fakat kariyer arzusu ve insana yakışır iş değişkenleri aracılık ederse mental iyi oluş ile anlamlı ilişkiler kurulabileceğini ifade etmiştir.

2.1.2.2. Çalışma İradesi ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar

Jadidian ve Duffy (2011), Çalışma iradesinin, kariyer kararı verme öz yetkinliği ve akademik tatmin ile olan ilişkisini araştırdıkları çalışmaya 213'ü kadın, 162'si erkek olmak üzere toplamda 379 lisans öğrencisi katılım göstermiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre kariyer kararı verme öz yetkinliğinin çalışma iradesi ile yüksek düzeyde ilişkisinin olduğu, akademik tatmin ile de orta düzeyde pozitif yönde ilişkisinin olduğunu açığa çıkarmıştır. Ayrıca çalışmanın katılımcıları siyahi ve beyaz olarak ayrılarak etnik kategoride değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgulara göre kendisini beyaz olarak niteleyen bireylerin akademik tatmininin, çalışma iradesi ile daha anlamlı düzeyde ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Duffy vd. (2015)'nin ABD'de gazilerin çalışma iradesi ile ilgili yaptıkları araştırmaya 213 ABD savaş gazisi katılım göstermiştir. Araştırmada azınlık bir grubun içerisine alınan gazilerin, kariyer oluşturmalarında kısıtlarla karşılaştıkları gözlenmiştir. Araştırmada kontrol odağı değişkeni ara değişken olarak yer almıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre evli olan, daha yüksek yıllık ortalama gelire sahip olan, daha yüksek eğitim durumuna sahip olan gazilerin çalışma iradelerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yaş, etnik köken, savaş deneyimi gibi diğer demografik farklılıkların ise çalışma iradesi ile anlamlı bir ilişkisini olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca gazilerin Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) belirtileri gösterip göstermedikleri de çalışmada araştırılan konulardandır. Buna göre TSSB semptomları düşük olan gazilerin, düşük nevrotiklik, düşük kaygı düzeyi, yüksek disiplin ve kontrol odağına sahip olmaları çalışma iradelerinin de yüksek olmasının göstergesinin olabileceği ifade edilmiştir.

Duffy vd. (2015)'nin çalışma iradesinin, iş tatmini-doyumu ile olan ilişkisini inceledikleri araştırmalarına 135'i kadın, 145'i erkek olmak üzere toplam 280 kişiden oluşan bir örneklem grubu katılım göstermiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, kısıtlamalara rağmen özgürce kendilerine uygun mesleği seçen bireylerin beklendiği şekilde iş doyumlarının da daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Buradan

elde edilen bulgulara göre, yalnızca kişisel iradelerini kullanarak, dış etkilerden arınmış bir biçimde meslek seçimi yapan ve kariyer oluşturan bireylerin iş yaşantısını daha mutlu ve başarılı geçirdikleri ifade edilebilir.

Cheung vd. (2018), "algılanan istihdam", "kariyer kaynakları", "olumlu psikolojik durum" gibi kişisel kaynakların ve kısıtlamaların çalışma iradesi ile olan ilişkisini incelemek üzere ABD ve Hong Kong'ta ki lisans öğrencilerinden veri toplamışlardır. Araştırmadan elde edilen verilere göre hem ABD'de hem de Hong Kong'ta ki öğrencilerin kısıtlılıkları ile çalışma iradeleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Kişisel kaynakların ise yalnızca ABD'de ki lisans öğrencileri üzerinde çalışma iradesi ile anlamlı ilişkisini saptamış, Hong Kong örnekleminde ise anlamlı düzeyde ilişkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bununla beraber yaşantıda kısıtlayıcılarla mücadele etmede kişisel kaynakların bulunması ve bunların kullanılmasının çalışma iradesi üzerinde olumlu etkilerinin olduğu saptanmıştır.

Kwon (2019), tarafından yapılan araştırmada, çalışma iradesi ve kariyer uyumluluğunun istihdam edilebilirlikle olan bağlantısı hakkında, Güney Kore'de üç ayrı üniversitede öğrenim gören %64'ü erkek, %36'sı kadın olmak üzere 251 öğrenciden veri toplanmıştır. Buna göre kişilerin özgürce mesleki tercihlerini yapma düzeyi, kariyer uyumluluğu ile ilişkili bir ön koşul olarak bulunmuştur. Çalışma iradesi yüksek olan bir bireyin, aktif iş yaşantısında kariyer uyumluluğu düzeyinin de yüksek olduğu kabul edilmiştir. Bu doğrultuda etkili mesleki seçim yapan ve kariyer uyumluluğu yüksek olan bireyin iş kaygısı yaşamama ve istihdam bulma olanağının daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Masdonati vd. (2019)'nin yapmış oldukları çalışmanın örneklem grubunu, İsviçre'nin üç farklı dil bölgesinde yaşayan, yaşları 18 ila 89 arasında değişen 604 yetişkin işçi oluşturmuştur. Katılımcıların 331'i kadın, 273'ü erkektir. Kariyer oluşturmada yapısal engellerle karşılaşan bireylerin şüphesiz en önde gelenlerinden biri de toplum içinde dezavantajlı bir konumda bulunan engelli bireylerdir. Fransa'da ki kamu çalışanları arasındaki engelli bireylerle ilgili nitel yolla, yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla yapılan bir araştırmada, engelli bireylerin kamu sektöründe istihdamı, sosyal dışlanmayı azaltıcı faaliyetler, yapılan farkındalık çalışmaları gibi vb. etkinliklerin engelli bireylerin çalışma yaşamı ile daha etkili adapte olmalarını sağlamaktadır.

England vd. (2020)'nin yalnızca kadınlar üzerinde yapmış oldukları araştırmaya 528 kadın katılım göstermiştir. Çalışma iradesinin aracı değişken olarak kadınların iş yeri iklimi üzerinde etkisinin araştırıldığı bu çalışmada ayrıca kadın cinsiyetinin çalışma iradesi düzeyi de incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre kadınların cinsiyetlerinden dolayı kariyerlerinde engellerle karşılaşabilme olasılığının olabileceğini, cinsiyetin çalışma iradesi üzerinde etken olabileceği ortaya çıkarılmıştır.

Hai vd. (2022) Çin'de yapmış oldukları bir bilimsel çalışmada, 2995 lisans öğrencisi ile çeşitli kısıtlamalar ve çalışma iradesi arasındaki ilişkiyi incelediler. Araştırmada, çalışma iradesi ölçeğinden çalışma grubu üyelerinin aldığı puan ortalaması 4.26 olarak bulunmuş ve söz konusu puanın diğer ülkelerdeki bireylere göre düşük olduğu belirtilmiştir. Araştırmada özellikle Çin Kültürüne has terimler ışığında belli kısıtlar ile çalışma iradesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu kısıtlar, ekonomik kısıtlılıklar, minzu (etnik kimlik), hukou (kayıtlı daimi ikamet), zhongyong düşüncesi (kişisel arzu ve isteklerin kontrol edilebilmesi, yarar doğrultusunda mantıklı düşünme becerisi). Araştırmanın bulgularına göre çalışma iradesi ile ekonomik kısıtlılıklar arasında güçlü negatif ilişki bulgusuna erişilmiş, minzu ve hukou ile çalışma iradesi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu iki değişken ile çalışma iradesi arasında ilişki bulunamamış olması şaşırtıcı bir sonuca neden olmuş, anlamlı bir ilişkinin bulunamamasının nedeni olarak Çin'de gelişen bilgi türleri, teknolojik gelişmelerin etkisinin sosyolojiye olan yansıması kapsamında ele alınmıştır. Bu durumun bölgeler ile gruplar arası avantajlı, dezavantajlı yaşantıların ortadan kalkmasına neden olmuş olabileceği tahmin edilmektedir. "Zhongyong" düşüncesi bir üstbiliş olarak ele alınabilir. Buna göre gelişmiş düşünce ve muhakeme becerisine sahip bireylerin çalışma iradesi puanlarının da anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Taylor vd. (2023) tarafından Avustralya'da perakende alanında çalışan yetişkin bireylerin çalışma iradeleri ve kariyer kontrolleri üzerinde yapılan bir araştırmaya 284'ü kadın, 110'u erkek olmak üzere 394 çalışan yetişkin birey katılım göstermiştir. Çalışanların, çalışma iradelerinin yüksek olmasının nedeni, kendi öz düzenlemeleri ile oluşturdukları kariyer kontrollerinin bu tercihlerde etkili olmasıdır. Bu çalışma bize gösteriyor ki aslında kariyer kontrol düzeyi yüksek olan bir birey yaşantısındaki

özellikle yapısal ve finansal engellere karşı gelerek güçlü ve kendine uygun bir kariyer ortaya çıkartabilir.

Rossier ve Ouedraogo (2024)'nun yaptıkları araştırmada, Burkina Faso'da resmi ve gayri resmi çalışanların "insana yakışır iş"i sağlamadaki aracılarından "çalışma iradesi" faktörünün, marjinallik ve ekonomik kısıtlılık ile olan korelasyonunun açığa çıkarmak için yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre marjinalleşme ve ekonomik kısıtlılıklar arasında güçlü ilişki olduğu aynı zamanda çalışma iradesi ile insana yakışır iş arasında da benzer bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Gayri resmi işlerde çalışan Burkina Fasoluların çalışma iradeleri puanlarının iş doyumları üzerinde daha anlamlı etkilerinin olduğu, bununla birlikte de "İnsana yakışır iş" olgusuna ise daha mesafeli oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

2.3. Mutluluk (Öznel İyi Oluş)

2.3.1.Mutluluğun Tanımı ve Tarihsel Gelişimi

Mutluluk, temel sorulara yanıtlar aranan Antik Yunan dönemi dahil olmak üzere insanlığın başlangıcından itibaren tanımlama çabasının olduğu, kimi zaman ulaşılması hedeflenen yakın veya uzak bir hedef olarak karşımıza çıkar. Antik Yunan filozoflarından Aristo, mutluluğa erişmenin ön koşulunun erdemli bir yaşam ile mümkün olacağını, erdemli yaşamanın da insanın özünde olduğunu, öze dönerek mutlu olunabileceğini söyler. Yine Platon, idealar dünyasının içerisinde yer alan bilginin insanı iyiye ve mutluluğa ulaştıracağını, mutluluğun iyi bir edimin içerisinde olduğunu ileri sürer. Antik Yunan Felsefesinde mutluluk, erdem ve bilgelik kavramları ile ilişkilendirilerek açıklanmıştır (Vatandaş, 2017).

İnsanın ve toplumun sıfır noktasından uzak bir yerde konumlanamayacak mutluluk kavramı, insanlık ile yaşıt denebilir. Bu sebeple farklı inanışlarda, krallıklarda, coğrafyalarda bir o kadar tanım yapılmış, sanata aktarılmış, yaşayışa olan yansıması tartışılmış ve açıklanmaya çalışılmıştır.

İslam inancına göre yaratıcı ile kurulan bağın, inanışın derinleşmesi ve inanışın gereğinin doğal bir sonucu olarak; eğlence yaklaşımına göre, kişinin elde ettiklerinden en üst düzeyde keyif alması; modern psikolojideki bir yaklaşıma göre haz, yaşam doyumu, istekler, sağduyu gibi kavramlarla ilişkilendirilerek, daha

yüksek düzeyde olumlu yaşantı; nadiren olumsuz yaşantıya maruz kalmak olarak açıklanmıştır (Akduman, 2020; Eryılmaz, 2023).

Doğu kültüründe özellikle Güneydoğu Asya kültüründe mutluluğun toplulukçu kültür yapısı ile doğrudan alakasının olduğu söylenebilir. Bireysel olumlu neticeler almaktan ziyade yardımlaşarak ve sosyal destek mekanizmasını aktif kullanarak başarı elde etmenin yani kollektifliğin mutluluğun kaynağında bir yerlerde olduğu söylenebilir.

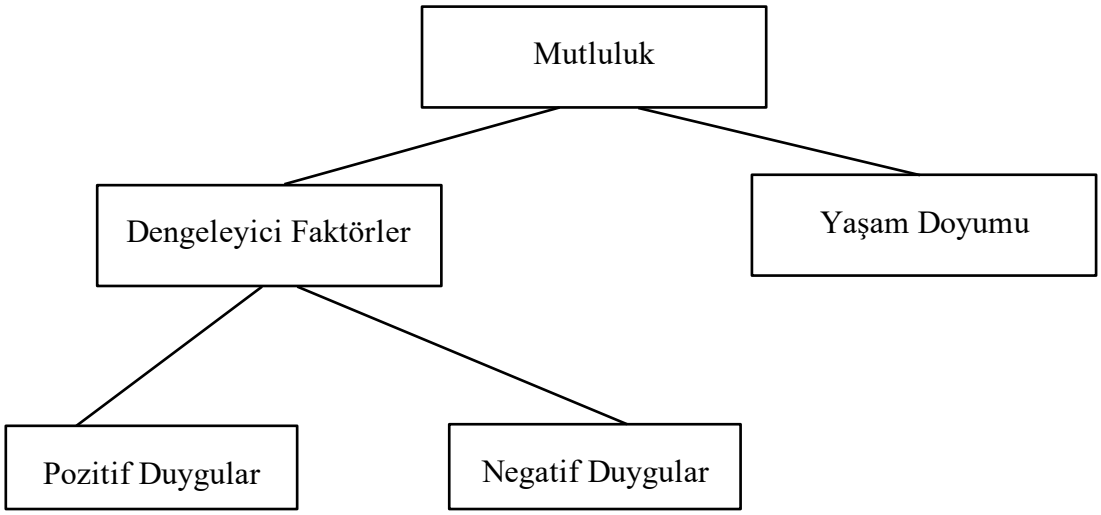
Lu ve Gilmour (2004) mutluluğu yaşantıda peşinden koşulan en yüce amaç olarak nitelemiş, Amerikalı ve Çinli öğrencilerden oluşan bir örneklemde kişilerin mutluluk tanımından ne anladığını, neyin mutluluğa dahil olduğunu açıklamak üzere bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışmada, Çinli öğrencilerin sosyal mekanizmaların önemli bir yer tuttuğu dengeli bir yaşantının refahı sağlayabileceği çıkarımında bulunulurken, Amerikalı öğrencilerde ise daha çok bireysel dinamiklerin göz önüne alındığı toplumcu bakış açısının kısıtlamaya yol açabileceği ancak ve ancak bireysellikle mutluluğa erişme şansı yakalanacağı sonucuna ulaşmışlardır.

Temelde belirtilen bu bakış açılarına ek olarak (Akt. Eryılmaz, 2023) mutluluğu şöyle açıklamaktadırlar: Ortalama bir zeka düzeyine sahip olmak, kaygı, zorlama gibi negatif olgulardan uzak, fizyolojik rahatsızlıklardan arınmış (sağlıklı) olmak ve sosyal olarak kabul görmektir.

Psikoloji biliminde mutlulukla ilgili yapılmış olan tanımlarda: Lyumborsky (2007), hayattan memnun olmanın neşe, tatmin ve refah gibi duygularla birleşimi; Diener (1984), pozitif duyguların negatif duygulara oranla daha sık hissedilmesi ve yaşam doyumunun yüksek olması olarak açıklanır (Kesici ve Yılmaz, 2009).

Diener vd. (1985) tarafından tanımlandığı üzere yaşam doyumu, bireyin kendi varoluşunu bütüncül bir perspektifle ele alarak, yaşamından genel düzeyde duyduğu memnuniyetin bilişsel bir değerlendirmesi olarak kavramlaştırılmaktadır. Bu yapı, öznel iyi oluşun bilişsel bileşenini teşkil etmekte ve bireyin iş, aile, sağlık ve sosyal ilişkiler gibi çeşitli yaşam alanlarındaki tatmin düzeylerini yansıtmaktadır. Anlık duygusal deneyimlerden ziyade, yaşam doyumu, bireyin kendi yaşamını kıyaslamalı bir çerçevede yargılaması neticesinde ortaya çıkan bilişsel bir değerlendirme olarak öne sürülmektedir (Diener vd. 1999).

Şekil 1. Mutluluk Modeli



Kaynak: Diener, 1984

Öte yandan mutluluk (Diener,1984) yaşam doyumu ve duyuşsal boyutun yer aldığı dengeleyici faktörler olarak ikiye ayrılır (Şekil.1). Mutluluğun bilişsel ve duyuşsal boyutlarını ele aldığımızda bilişsel boyutun, yaşam doyumu; duyuşsal boyutun ise olumlu ve olumsuz duygular olmak üzere ikiye ayrıldığı söylenebilir (Telef, 2013). Olumlu duygulara baktığımızda, sevinç, neşe, güven, heyecan, iyimserlik ve umut; olumsuz duygular, öfke, kaygı, korku, umutsuzluk ve üzüntü olarak sıralanabilir. Yaşam doyumu yaşamda bilinçli düzeyde memnuniyet verici aktivitelerde bulunmak şeklinde ifade edilebilir. Mutluluğu ulaşılması hedeflenen nihai bir amaç olarak ele alırsak kişinin yaşantısında mutluluğa eriştirici pek çok fayda görebiliriz: Kişinin fizyolojik sağlığı, bağışıklık sistemi ve hatta yaşam süresinin dahi olumlu duyguların daha fazla hissedilmesi hali olarak da ifade edilen mutluluk kavramı ile pozitif yönde ilişkili olduğu açığa çıkarılmıştır (Fredrickson, 2001; Regan vd., 2022). Bireyin, pozitif duygularının da katkısı ile sosyal becerilerinde gelişme, çevresi ile olan iletişiminde daha anlamlı sosyal ilişkiler kurma eğilimine geçerek yaşadığı çevre içerisinde daha çok sevilen bir birey haline gelerek, yaşantısını idame ettirmede işlevsellik kazandırdığı söylenebilir (Sapmaz ve Doğan, 2012; Veenhoven, 1996).

Mutluluk bireyin yaşantısı hakkında yorumda ve değerlendirmelerde bulunma hali olarak da ele alınabilir. Bireyin değerlendirmelerini etkileyen bireysel özellikleri vardır. Bunlar temelde genetik ve çevresel faktörlerin bileşenleri ile de meydana gelebilir (Clisby, 2017). Yaşamın genel değerlendirmesi olarak nitelenmiş, ekonomik faktörler, kariyer, iş ve ekonomik durumla da ilişkilendirilmiştir (Wesselbaum, 2018). Bu gibi yaşamda elde edilmesi arzulanan isteklerin doyurulması hazzı temsil

eder. Hazzın pozitif bir duygu olarak sıkça yaşanması da mutluluğu beraberinde getirir. Hazzın çok öznel deneyimleri içerisinde barındırdığı düşünülürse mutlulukta haz kadar öznel ve değişken bir kavram olarak karşımıza çıkar (Robinson, 2016).

Literatürde mutlulukla özdeş anılan bir kavram da "refah" tır. Refah ve mutluluk birbiri ile ilişkilidir. Mutluluk ve refah ile bir yaşantı sürdürülmesinde etkili olan amaçlar vardır. Refahın artırılmasında sağlık ve uzun ömür, iş ve gelir, sosyal ilişkiler ve toplumsal faydalar olmak üzere dört temel yaşam başarısı olduğu söylenebilir ve mutluluğun kazanılan başarılarla da ilişkisi olduğu söylenebilir (Diener ve Ryan, 2009).

Haz, mutluluğun anlık ve duygusal yansımasını işaret ederken; refah, bu mutluluğun kalıcılığını ve derinliğini içeren daha geniş bir kavramsal alanı temsil etmektedir. Refah düzeyi bireyin yaşamındaki rahatlığı, mutluluğun bütüncül ve çok yönlü hissedilmesinde önde çıkar. Mutluluk olgusu ise bu iki boyutun bütünleştiği, bireyin hem kısa süreli tatmin duygularını hem de uzun vadeli yaşam doygunluğunu içeren öznel bir refah seviyesini ifade etmektedir (Kahneman, 1999; Diener vd. 1999). Öznel refah ve öznel iyi oluş kavramları da mutlulukla eş değer ve aynı anlamı taşıyan nitelemelerdir.

Ülkemizde Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK)'in yaptığı çeşitli araştırmalardan bir tanesi de "Yaşam Memnuniyeti Araştırması"dır. İlgili araştırma ülkemizde en son 1-30 Kasım 2023 tarihleri arasında Türkiye'de yaşayan 18 yaş üstü bireylerle yapılmıştır. Yaşam Memnuniyeti Araştırması kişilerin mutluluk düzeyini belli başlı demografik ve sosyal koşullara göre araştırmaktadır. Buna göre ülkemizde 2023 yılında mutlu olduğunu beyan edenlerin oranı %52,7; ne mutlu ne de mutsuz olduğunu beyan edenlerin oranı, %33,6; mutsuz olduğunu beyan edenlerin oranı ise %13,7 olarak açıklanmıştır. Mutlu olduğunu ifade edenlerin oranı bir önceki yıl olan 2022'ye göre %3'lük bir artış göstermiştir. Bu araştırmaya göre ülkemizde mutluluk düzeyine etki eden durumların başında aile, çocuklar eşler ve anne-babalar ile olan ilişkiler ve sağlık; Mutsuz olmaya iten nedenlerin başında ise hayat pahalılığının geldiği ortaya konmuştur (TÜİK, 2024).

İyi oluş, beklenen en iyi seviyede psikolojik işlevsellik hali olarak ele alınmıştır. En elverişli-olması gereken yaşantı şekli, bunlarla birlikte mutluluk verici yaşantı fazlalığı da refah ve iyi oluş kavramları ile ilişkilidir (Ryan ve Deci, 2001).

İyi oluş, çoğunlukla mutluluk, yaşam doyumu, olumlu duygular, anlamlı sosyal ilişkiler, zindelik ve sağlık gibi kavramlarla ilişkilidir (Ryff, 1989; Ryan ve Frederick, 1997). Kuru (2024), yaptığı araştırmada, sağlığı iyi oluşun bir ön koşulu olarak ele almıştır. Sağlıklı olmakla birlikte zindelik kavramı açıklanmış ve yüksek düzeyde sergilenen sağlıklı birey davranışı, iyi oluşu da bu iki kavramın ruhsal ve psikolojik bir boyutu olarak ele alınmıştır.

Mutluluk, birey açısından bu denli önemli bir yere sahip olduğu için mutluluğa etki eden nedenlerin ve ilişkili olduğu faktörlerin bilinmesinde de yarar vardır. Bu kapsamda mutluluğa etki eden durumlar üçe ayrılmıştır: Yaşam şartları, amaçlı yaşam etkinlikleri ve genetik faktörlerdir. Bu üç özelliğin mutluluğa olan etki dağılımı incelendiğinde, yaşam şartlarının %10, amaçlı yaşam etkinliklerinin, %40, genetik faktörlerin ise %50 oranında etki ettiği gözlenmektedir. Buradan da görüldüğü üzere mutluluğa etki eden temel koşulların başında bireyin genetik yapısı olduğu söylenebilir (Lyubomirsky vd., 2005; Aydın ve Kaya, 2016)

Pozitif psikoloji görüşünün yaygınlaşması ile birlikte, iyi oluş kavramına olan ilgi de artmış, bireyin toplumda, iş yaşantısında, aile yaşantısında işlevselliğini ve mutluluğunu artırmaya katkı sunduğu anlaşılmıştır (Lyubomirsky, 2007).

2.3.2. Mutluluk Kuramları

2.3.2.1. Hedonik Yaklaşım

Hedonik yaklaşım, kaynağını Antik Yunan felsefesinden alır. Kelime anlamının kökenlerinde bulunan "haz" kavramı bu görüşü ifade eder. Hedonizm ya da hazcılık, "haz iyidir" görüşünü savunarak yaşamın hazdan meydana geldiğini acının az yaşanması ve hazzın yoğun hissedilmesinin bireyde mutluluğa yol açtığı varsayımını kabul eder. Haz, mutluluk, memnuniyet, coşku, tatmin, sevinç ve huzur vb.; Acı ise endişe, keder, suçluluk, öfke, utanç vb. olumsuz duyguları kapsar (Moore, 2004; Heathwood, 2013). Hazzın acıları bastırmasını kabul eder ve bu ikilikten güç alır. Hazcılık, içerisinde bir paradoksu da barındırır. Buradaki kasıt, bireyin haz peşinde olması ve hazza ulaşması ile hedeflediği doyumun artık bir tatminsizliğe dönüşebileceğidir. Ayrıca sürekli hazzın peşinden koşmak, yaşam akışı içerinde kısır döngülere ve olumsuzluklara neden olarak bir kazanç sunmayabilir (Veenhoven, 2003).

Hazcılık, psikolojik hazcılık ve evrensel hazcılık olarak ikiye ayrılır. Psikolojik hazcılık, bireyin tüm yaşamı boyunca temel güdüsünün bilinçli veya bilinçsiz olarak hazzı aramak ve acıdan kaçmak olduğunu ileri sürer. Bu yaklaşım bireyi genel bir çerçevede değerlendirir, özgür iradesini görmezden gelir, tüm insanlığı aynı kabul eder ve açıklaması nettir (Gregory, 2015; Williams, 2019). Evrensel hazcılık ise sağlanan faydanın tüm insanlar için önemli olması gerektiğini, genellenebilir bir etik içerisinde toplama fayda sağlaması gerektiğini öne sürer. Bu yüzdendir ki de evrensel etik veya Etik Hedonizmi olarak da ifade edilebilir (Williams, 1955; Moore, 2004)

Temelde haz ve mutluluk ilişkisine bakacak olursak hazzın ve mutluluğun her ikisinin de bireyde iyi, olumlu ve istendik olanı amaçlar (Heathwood, 2013). Mutluluk, haz kadar arayış içermese dahi bireyde duygusal arayışların karşılığı da olabilir. Öyle ki hedonistik çerçevede olumlu duygulara olan erişimin sağlanması mutluluğu artık kaçınılmaz hale getirebilir. Hedonizmin az acı ile mutluluğun modern tanımlarında yer alan olumlu duyguların olumsuz duygulara göre daha az hissedilmesi de bu iki kavram arasındaki ilişkiyi gözler önüne serebilir (Seligman, 2004; Veenhoven, 2003). Bu bağlamda haz mutluluğu sağlayabilir ama ona birebir açıklama getiremez. Hazzın süresi sınırlı iken mutluluk derinlemesine yaşanılan, anlam içeren ve kalıcılık sağlaması beklenen süreğen bir durumdur (Seligman, 2011).

2.3.2.2.Ödomanik (Eudaimonik) Yaklaşım

Ödomanizm de kökenlerini hedonizm gibi Felsefe tarihinden ve Antik Yunan Dönemi'nden alır. Ödomanizm (Eudaimonia), mutluluktan ziyade daha çok iyi oluş kavramına yakındır. Eudaimonia daha çok erdemi, ahlakı ve anlamı içeren daha kapsamlı ahlaka da vurgu yapan kişisel gelişim ve karakterin zirvesini ifade eden bir yaklaşımdır (Ryan ve Deci, 2001; Bauer vd., 2008). Bireyin adım adım yaşantısındaki ideallerini gerçekleştirmesini ve kendini gerçekleştirmesini de temsil eder. Birey potansiyeli ile var olur ve yaşamında standart oluşturmak isteyebilir. Ulaşmak istediği nihai amacına erişme sürecini, adım adım işler ve buna yön verir (Waterman, 1993). Kısacası ödomanik iyi oluş ya da mutluluk, bireyi hem kişisel olarak iyi hissetmeye hem de topluma karşı iyi olmaya örnek gösteren bir bakış açısıdır (Bauer vd., 2008).

Ödomanik bakış açısının modern mutluluk tanımlarında ve psikolojik boyutta ele alınması "Psikolojik iyi oluş" tabiri ile ele alınmıştır. Psikolojik İyi Oluş çok uzun zamanlar açıklanmaya çalışılan refah ve mutluluk tanımlamalarının bir süzgeçten geçirilmesi ile elde edilmiştir. Ryff (1995) tarafından psikolojik iyi oluşu sağlamak altı boyutta ele alınmıştır: "Özerlik, çevresel hakimiyet, kişisel gelişim, başkalarıyla olumlu ilişkiler, yaşam amacı ve kendini kabul etme" dir (Akın, 2008). Psikolojik iyi oluş modeline göre yaşamak yalnızca yaşamdan haz almak yerine, yaşamla bir olmuş, gelişime açık ve bu hayattan bir anlam çıkaran birey olma idealini karakterize eder (Ryff ve Keyes, 1995).

Ödomanik bakış açısının başka bir güncel tanımı da Ryan ve Deci (2001) tarafından yapılandırılan "Öz Belirleme Kuramı" dır. Temelde ödomanik bakış açısı ile yoğrulan bu yorum, bireyin üç aşamada kendini gerçekleştirme süzgecinden geçtiğini savunur: Özerklik, yeterlik ve ilişkisellik. Bunlardan, özerklik, tam ve etkin bir irade göstererek davranışta bulunmayı, yetkinlik, en azından bir konuda beceri sahibi ve profesyonel olmayı, ilişkisellik ise, diğerleri ile anlamlı bir toplumsal ilişki kurmayı ve sağlıklı bağlanmalar ile davranış gerçekleştirmeyi ifade eder (Deci ve Ryan, 2012; Manninen vd., 2022.)

Ödomanik iyi oluş; özerklik, kişisel gelişim, yaşam amacı, çevresel yeterlik, olumlu ilişkiler ve kendini kabul gibi alt boyutlardan oluşur (Ryff & Keyes, 1995). Bu yönleriyle eudaimonia, öznel mutlulukla ilişkili olsa da, ondan daha derin, kalıcı ve gelişimsel bir iyi oluş halini ifade eder. Temelde ödomanik yaşam tarzının yalnızca anlık hazdan çok, psikolojik dayanıklılık, anlamlılık, içsel doyum ve uzun vadeli ruhsal sağlıkla ilişkili olduğu kabul edilmektedir (Ryan & Deci, 2001). Dolayısıyla ödomanik yaklaşım, mutluluğu sadece duygusal bir durum değil, bireyin doğal benliğiyle uyum içinde yaşaması ve değer temelli hedeflerine ulaşması yoluyla ortaya çıkan bütünsel bir iyi oluş hali olarak tanımlar.

2.3.2.3. Pozitif Psikolojiye Göre Mutluluk

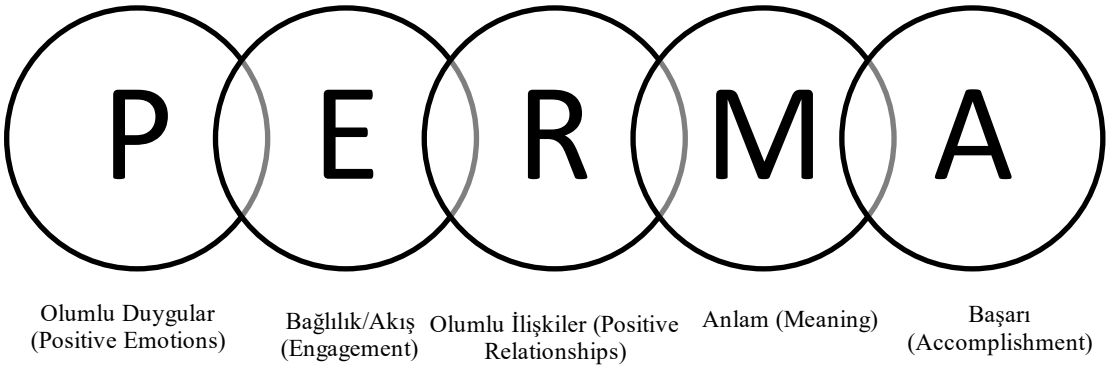
Psikoloji bilimi, insanı anlamaya çaba gösterdiğinden beridir patoloji odaklı bir bakış açısı ile ilerlemiş, ruhsal bozukluklar üzerine yoğunlaştığı görülmektedir. İyileştirme, olumsuz olanı olumluya çevirme, bozuklukları giderme girişimleri psikoloji alanının ilgilendiği konu olmuştur. Pozitif Psikoloji alanı gibi yeni bir bakış sayesinde olumluyu da keşfetmeye, iyi olanı daha da iyiye ulaştırma gayretinin önemi fark

edilmiştir. Seligman "Mutluluk Psikolojisi" tabirinin yakıştırıldığı bu yeni yaklaşım ile Pozitif Psikoloji akımının öncüsü olmuştur (Bekhet vd. 2008; Tunç, 2022).

Pozitif psikoloji, bireyin ve toplumun aslında sadece küçük bir bölümünün muzdarip olduğu psikolojik bozukluklardan ziyade, geliştirilmesi gereken ama bozukluk olmayan insani yönlere vurgu yaparak ortaya çıkmıştır. Bu durum XX. YY'ın ikinci yarısından sonra güçlenen hümanistik psikolojinin, uzun yıllardan beridir vurguladığı, insanın odak olduğu yaklaşımın da karşılığını içermektedir (Lazarus, 2003; Linley vd., 2006). Ana akım psikolojik yaklaşımların patoloji odaklı bakış açılarına karşı çıkan bu anlayış, insani güçlü özellikler olan cesaret, gelecek odaklılık, iyimserlik, kişilerarası beceri, inanç, çalışma ahlakı, umut, dürüstlük, azim, içgörü kapasitesi gibi kavramların (Peterson ve Seligman, 2004) insanın kendisinde var olan cevherlerden olduğunu ve terapinin asıl amacının bunları ortaya çıkarmak ve yaşantıda uygulanabilir düzeye getirmek olduğudur (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Seligman (2011) pozitif psikolojinin yapılandırılması safhalarında mutluluğun oluşturucularını beş alanda incelemiş, bunları mutluluk tanımını oluşturan parçalar olarak tanımlamıştır. Bunlar: "Olumlu duygular, bağlılık, olumlu ilişkiler, anlam ve başarı." Kavramlarının İngilizce baş harflerinin kısaltması olan "PERMA" yani bir mutluluk niteleyicisi olarak açıklayabileceğimiz kavramı ortaya atmıştır (Goodman vd., 2018; Lagina vd.,2024).

Şekil 2. Perma Beş Boyutlu İyi Oluş Modeli



Kaynak: Seligman (2018)

Seligman (2011), geliştirdiği PERMA modelinde insanların pozitif yönlerini kategorize ederek beşe ayırmıştır. Bunlar: Olumlu duygular, bağlılık, ilişki, anlam ve başarıdır. Bu beş kelimenin İngilizce baş harflerinden oluşan kısaltmada kuramını

temel alan topluma nazaran istendik yönleri ifade ettiği bu beş kelimeyi açıklamıştır. Olumlu duygular, basit bir gülümseme ile yansıtılabilecek mutluluk, iyi hissetme, doyum sağlama, bağlılık, bir nesneye aktiviteye ilgi duymak, onunla yakın hissetme durumu, hobi aktiviteleri ile bu yaşantılara maruz kalmak bireyin daha iyi hissedebilmesine yol açabilir. İlişki, kişinin diğer insanlarla, ailesi, akrabaları, arkadaşları ile sevgi temelli bağ kurmasını, sosyal destek almasını, bu yolla iyilik haline katkı sunabilmesi şeklinde açıklanır. Anlam, varoluşsal mirasa atıf yaparak kişinin yaşam amacına yönelik bir açıklamayı içererek kişinin güçlü yönlerini bir amaç uğruna kullanarak anlamlı bir yaşantı hikayesi ortaya koymak olarak nitelenebilir. Başarı, ulaşılabilen hedefler ortaya koyarak bir önceki terim olan anlamın ne düzeyde bir performans ile ortaya koyulabileceğini açıklar (Seligman, 2018; Chisale ve Phiri, 2022).

2.3.3. Yaşam Doyumu

Mutluluğun bilişsel düzeydeki karşılığı, bireyin hayata karşı genel tutumu olmakla beraber, yaşantısından duyduğu memnuniyetin, yaşam kalitesinin öznel değerlendirme boyutu, hedeflediği-arzu ettiği yaşantılar ile mevcut yaşantıları arasındaki uyumun bilişsel yansıması olarak özetlenebilir (Diener, 1984; Diener ve Suh, 1997; Diener vd., 2003; Babahanoğlu, 2007). İyi oluşun bilişsel düzeyi, yargı belirten, mutluluğun bilişsel karşılığı olan yaşam doyumu, kişinin kendi belirlediği ilkelere göre yaşantısından memnun olma oranını da ifade edebilir. Bireyin kendisi için bir standart olarak belirlediği hedef ve beklentilerinin ne düzeyde gerçekleştiğinin bilincinde olması, yaşamdan doyum almasına ve bu doğrultuda yaşam kalitesi hakkında yorumda bulunmasına neden olur (Abdallah, 1998; Dağlı ve Baysal, 2016).

Yaşam doyumu, yaşantı hakkında çıkarılabilecek bir yargı olduğu için, bireyin öznel dünyası ile yakından ilişkilidir. Yargılar ve doğrular genele bağlansa da birçok bireysel alt etmenden de etkilenir. Hobiler, aktiviteler, ekonomik düzey, aile yaşantısı ve haz alınan deneyimler bireyin yaşantısındaki doyum algısını doğrudan etkiler (Rojas, 2006). Bunların yanı sıra temelde, sağlıklı olma, mesleki beceri sağlama, ekonomik refah, bedensel memnuniyet ve özgürlük (Padela ve Heisler, 2010; Margolis vd. 2018) de yaşam doyumu için belirleyicidir.

Yaşam doyumunun önemli belirleyicilerinden bir tanesi de iş doyumudur. Bireyin iş doyumu ile yaşam doyumu arasında ilişki olduğu yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur (Tait vd. 1989; Dikmen, 1995). Birey iş yaşantısında geliştirdiği ilişkileri, aldığı mesleki doyumu ve çalışması sonucu elde ettiği mesleki kazancı ile iş doyumuna buradan da yaşam doyumuna katkıda bulunabilir (Diener,1999).

Yaşam doyumunun bir diğer önemli belirleyicisi de sağlıktır. Sağlıklı olmak yaşamdan alınan memnuniyeti etkiler. Sağlıklı olmak fizyolojik ve psikolojik olarak iyi hissetmekle ilgilidir. Sağlıklı olan bireylerin daha yüksek düzeyde yaşam doyumu bildirdiği gözlenmiştir. Kronik sağlık sorunu ile yaşayan bireylerin yaşam doyumlarında önemli azalmalar görülmüştür (Okun vd., 1984; Chida ve Steptoe 2015). Psikolojik sağlığın önemli göstergeleri, stres, anksiyete ve depresyon düzeylerinin düşük olması ile ilişkilendirilmiştir. Psikolojik sağlığı yüksek bireylerin kendilerine ve topluma karşı daha üretken olmalarının da aracılığıyla yaşam memnuniyetlerinin daha iyi bir seviyede olması beklenir (Keyes, 2002; Park vd. 2009).

Sosyal ilişkilerin de yaşam doyumu ile ilişkisinin olduğu söylenebilir. Birey toplumun bir parçası olarak anlamlı arkadaşlıklar, sevgi bağı kurduğu yakın ilişkiler geliştirerek sosyal boyutunu kuvvetlendirebilir (Baumeister ve Leary, 2017). Aynı zamanda maddi ve manevi ihtiyaçlarını karşılayabilen bir aileye sahip olması aidiyetini geliştirerek yaşam doyumunu artırabilir. Ayrıca sağlıklı bir evlilik birlikteliği de güçlü bir sosyalleşme aracılığıyla yaşam doyumunu etkileyebilir. Evlilik birlikteliği kuran bireylerin diğer değişkenler dışarıda bırakılarak değerlendirildiğinde daha yüksek yaşam doyumu bildirdikleri gözlenmiştir (Seligman, 2002; Proulx vd., 2007).

Yaşam doyumu belirtilen pek çok bireysel unsurun ayrı ayrı yorumlanması yani kişiyi hangi değerlerle ne derecede doyuma ulaştırdığını saptamayı amaçlar. Buradan çıkarılacak sonuç yaşam memnuniyeti için de önemlidir. İnsanın istek ve beklentileri dinamik olduğu için yaşam doyumu da haliyle beslendiği kavramlar gibi dinamik bir sonuç olacaktır (Abbott ve Wallece; 2012, Proctor vd., 2009).

2.3.4. Olumlu ve Olumsuz Duygular

Bireyin dış dünyaya dair yaşantıdaki herhangi bir durumu içsel olarak yorumlaması duygu olarak ifade edilir (Lazarus, 1982). Mutluluğun duygusal boyutunda olumlu

ve olumsuz duyguların hissedilme yönü ve seviyesi, mutluluk hakkında daha net değerlendirmeler yapmayı sağlayabilir. Olumlu duyguların olumsuz duygulara nazaran daha sık hissedilmesi mutluluğun temel tanımlarındandır.

Bireyin yaşamdan aktif bir şekilde almış olduğu keyif ve haz içeren yaşantılar olumlu duygular olarak nitelenirken olumsuz duygular stres, korku ve kızgınlığın yoğun biçimde hissedilmesidir (Özer ve Tezer, 2008). Diener'e (1984) göre olumlu duygular arasında gurur, haz, heyecan, heves, hoşnutluk, neşe; olumsuz duygular arasında ise üzüntü, utanç, stres ve öfke gibi duygular yer almaktadır (Tunç, 2022). Olumsuz duygulardan fazla yaşandığında mutluluk sonucu veren olumlu duyguları şu şekilde açıklayabiliriz:

2.3.4.1. Gurur

Bireyin gerçekten hoşlandığı ve elde ettiği bir kazanım sonucu duyduğu hoşnutluk ve hoşlandığı bir şeyi elde etme durumu olarak ifade edilebilir. Kişinin öz takdiri olarak olmakla beraber bu takdirin bilinçli olarak fark edilmesidir. Bununla birlikte gururun gereğinden fazla kişiyi etki altına alması kendini beğenmişlik ve kibir gibi negatif duygulara da yol açabilir (Verbeke ve Belschak, 2004; Tangney ve Fischer, 1995).

2.3.4.2. Haz

İnsan eyleminin sonucunda kendi bakış açısında mükemmele olan istek ve nihai olarak "iyi" olandır. Yapıldığı takdirde tekrarı, devamı ve sürekliliği istenen hoşlanılan arzudur (Hallman, 1966) İyi ile sonuçlanan eylemler hazza neden olur. Daha çok filozofların üzerinde düşündüğü bir kavram olan haz, estetik, beğeni ve güzellik ile de yan yana getirilmiştir (Kızılcalıoğlu, 2024).

2.3.4.3. Heyecan

Sevinç, korku, kızgınlık, üzüntü, sevgi vb. nedenlerle ortaya çıkan güçlü ve geçici duygu durumu olarak nitelendirilir (Türk Dil Kurumu, 2025). Alışılmışın dışında yeni deneyimeler elde etmeye, keşfe odaklı cesaret davranışı, genetik ağırlıklı olmak üzere çevresel koşulların da etkisi ile bireyde hissedilme derecesi önemlidir. Çok yoğun veya sınırlı hissedilmesinden ziyade dengeli olması bireyin yaşantısında işlevsel hale gelerek mutlulukla ilişkilendirilebilir. (Oflaz, 2021).

2.3.4.4. Hoşnutluk ve Neşe

Hoşnutluk ve neşe, kişinin yaşam kalitesini aracısız olarak etkileyen önemli iki duygudur. Hoşnutluk, bireyin elinde var olanlarla yetinip hayatından doyum alması anlamına gelirken, neşe ise anlık hissedilen mutluluktur. Yapılan araştırmalar bu duyguların bireylerin ruh sağlığı üzerinde olumlu duygular yarattığını ve bu iki duygunun stresle baş etmede önemli bir etken olduğunu göstermektedir (Diener, 2000). Bununla birlikte, sosyal ilişkiler, çalışma hayatı, sağlık gibi alanlarda bireyin hoşnutluk ve neşe derecesinin yükselmesi motivasyonlarında da artışların olduğunu göstermektedir (Lyubomirsky vd., 2005). Psikoloji ve pozitif psikoloji alanlarında yapılan çalışmalar, kişilerin bu olumlu duyguları arttırmak için gayret etmeleri gerektiğinin vurgulamaktadır. Yaşamdaki ufak mutluluklardan keyif almak, şükredip, pozitif düşünmek, hoşnutluk ve neşe duygularını arttırmanın en güçlü yollarından biridir. Kısacası bu iki duygu, kişinin hem psikolojik sağlığını hem de fiziksel sağlığını güçlendirerek daha verimli bir yaşam sürmelerini sağlamaktadır.

2.3.5. Mutluluk ile İlgili Dünyada ve Türkiye'de Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde mutluluk ile ilgili Türkiye'de ve Dünyada yapılan bilimsel çalışmalara dair bulgulara yer verilmiştir.

2.3.5.1. Mutluluk ile İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar

Dost (2006) tarafından üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşu ile bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Söz konusu araştırmaya 2002-2003 akademik yılında Hacettepe Üniversitesi'nde eğitim gören 433 kadın ve 267 erkek olmak üzere toplamda 700 öğrenci katılım göstermiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, cinsiyet ile öznel iyi oluş arasında ilişki bulunamamıştır. Öznel iyi oluş ile gelir düzeyi arasında bir ilişki bulunmuş, düşük gelir grubundaki bireylerin öznel iyi oluşları daha düşük seviyelerdeyken, orta ve yüksek gelir grubundaki bireylerin öznel iyi oluş seviyeleri daha yüksektir. Bununla beraber daha yüksek gelir grubunun öznel iyi oluş düzeyinde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Fiziksel görünüşteki memnuniyet düzeyi yüksek olan bireylerin, öznel iyi oluş düzeyi daha yüksek ve demokratik ebeveyn tutumuna sahip ailelerde yetişen çocuklar, otoriter ebeveyn tutumunda ailelerin çocuklarına göre daha fazla öznel iyi oluş

bildirmişlerdir. Son olarak dini inanca sahip öğrenciler ve kontrol odağı içsel olan öğrencilerin daha yüksek düzeyde öznel iyi oluş bildirdiği saptanmıştır.

Hekimlerin medeni halleri, cinsiyetleri, iş doyumları ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmanın sonuçlarına göre, yaşam doyumu üzerinde en fazla etkiye sahip değişkenin "iş doyumu" olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca, kadınların erkeklere göre, mesleğinde tecrübeli yaşça büyük hekimlerin; Genç-tecrübesiz hekimlere göre, evli hekimlerin bekar hekimlere göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Ünal vd., 2001).

Keser (2005), yapmış olduğu çalışmada, çalışma yaşantısının yaşam doyumu ile doğrudan ilişkili olduğunu, bireyin çalışma yaşantısındaki başarısının, motivasyonun, becerilerinin yaşam doyumunu da etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Hatta bu olumlu duygularını kendi yaşam becerilerinde işlevsel olarak kullanmakta ve yaşam doyumu düzeyine pozitif yönde etkide bulunduğunu ifade etmektedir. Aynı şekilde başarısız ve beklentilere uygun olmayan bir iş yaşantısının, işten ayrılmanın bireyin mutluluğunu negatif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır.

Serter ve Yamaner (2018) tarafından ergen bireylerin öznel iyi oluşu ve spor yapma ilişkileri pozitif psikoloji bağlamında incelenmiştir. Araştırmaya Çorum ilinde yaşayan 111 kız ve 97 erkek olmak üzere toplamda 208 genç birey katılım göstermiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, demografik değişkenlerden olan cinsiyet ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu, erkek ergen bireylerin öznel iyi oluşların kızlara göre daha yüksek olduğu, yaş değişkeninde ise anlamlı bir farklılık bulunmadığı görülmüştür. Spor yapma alışkanlığı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye bakıldığında ise düzenli ve yeterli spor yapmanın ergen birey üzerindeki öznel iyi oluşa katkıda bulunduğu, aile ilişkilerini ve sosyal ilişki kabiliyetlerini desteklediği yönünde bulgulara ulaşılmıştır.

Kıral Uçar (2019) tarafından gerçekleştirilen araştırmada yetişkin bireylerin kent kimliği, aidiyet ve doğayla olan temaslarının öznel iyi oluşa olan etkileri incelenmiştir. Söz konusu araştırmaya 130'u kadın 83'ü erkek olmak üzere toplamda 213 kişi katılım göstermiştir. Araştırmada kent kimliğini, aidiyet, gelecek ve karşılaştırma alt boyutu oluşturmaktadır. Çalışmanın sonuçlarına göre, daha yüksek yaş grubundaki yetişkinlerin kent kimliklerinin daha yüksek olduğu, kent kimliği yüksek olan bireylerde ise yaşam doyumu ve olumlu duygulanım olarak ifade edilen

mutluluk düzeyinin daha fazla olduğu söylenebilir. Diğer bulgular, erkek olmanın daha yüksek düzeyde mutlu hissettirdiğini, ayrıca doğa ile daha fazla haşır neşir olmanın, olumlu duygulanımları da arttırdığını ve bireylerin öznel iyi oluşuna daha fazla katkı sunduğunu ortaya çıkarmıştır.

Akduman (2020) tarafından mutluluğun farklı kuşaklardaki bireyler açısından ne düzeyde hissedildiğine dair bir çalışma yapılmıştır. Araştırmada, nesiller arası farklılığı ifade eden kuşaklar, bebek patlaması, X, Y ve Z kuşağı olmak üzere dört ayrı bölüme göre değerlendirilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, kuşaklararası mutluluk düzeyinde anlamlı bir farklılık gözlenmiştir. Buna göre, Y ve Z kuşağına mensup katılımcıların mutluluk düzeylerinin; Bebek patlaması ve X kuşağına mensup bireylere göre anlamlı derecede yüksek olduğu, ayrıca Z kuşağına dahil edilen bireylerin de Y kuşağına mensup bireylerden daha mutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Usluca ve Güler (2021), yapmış oldukları çalışmada bilişsel farkındalık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Elde ettikleri bulgulara göre, andan yüzde yüz verim almak, odağı mevcut zamanda toplama kavramı olan bilinçli farkındalık ile yaşam doyumu gibi pozitif düşünce ve duygular arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkilerin olması doğaldır. Literatürde, takıntılı düşüncelerin ve depresyonun mutsuzlukla negatif yönde anlamlı ilişkileri tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgularda, "Anda olmak, kaygılanmamak, geçmiş ve geleceğe dair endişelerden arınmış olmak." olarak ifade edilen bilinçli farkındalığı yüksek bir bireyin mutluluğunun da arttığı dolayısıyla da bilişsel düzeyde yaşam doyumuna olumlu katkılar sunduğu ifade edilmiştir.

Erceylan vd. (2021) tarafından bireylerin özellikle çalışma hayatındaki içsel motivasyonu ile öznel iyi oluşu arasındaki ilişki, akış deneyimi ve iş becerikliliği aracı değikenleri ile incelenmiştir. Araştırmaya, Isparta ve Burdur illerindeki üniversitelerde görev yapan 168 akademisyen katılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, içsel motivasyon ile öznel iyi oluş arasında ilişkinin olduğu, aracı etki edicilerin, yani akış deneyimi ve iş becerikliliğinin ise seri aracılıklarının beklendiği şekilde içsel motivasyon ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye aracılık ettiği yönündeki hipotezler doğrulanmıştır. Fakat aracı değişkenler ayrı ayrı incelendiğinde iş becerikliliğinin, içsel motivasyon ile öznel iyi oluş arasındaki

ilişkiyi etkilemediği, akış deneyiminin ise iki ana değişken arasındaki ilişkiye aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Güler vd. (2022) tarafından görsel içeriklerin üretildiği bir sosyal medya uygulaması kullanımının, genç bireylerin benlik sunumu ve öznel iyi oluşu arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yapılmıştır. Araştırmanın katılımcı grubunu yaşları 12 ile 27 arasında değişen 212'si erkek, 836'sı kadın olmak üzere toplamda 1048 kişi oluşturmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre, katılımcı grubunun büyük çoğunluğunun kendini sosyal medyada sunma eğiliminde olduğu, benliğini dijital mecrada sunan bireylerin, mutluluklarının azalma eğilimi gösterdiği, sosyal medyada geçirilen süre arttıkça tersine mutluluğun azalma eğilimi gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Genel sonuçlara bakıldığında: Aşırı sosyal medya kullanımının bireyin yaşam doyumuna zarar verebileceği, ancak dengeli ve kontrollü sosyal medya kullanımının bireye katkı sunabileceği ifade edilmiştir.

Çelebi (2023) yapmış olduğu çalışmada, psikolojik dayanıklılık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi benlik saygısı aracılığıyla incelemiştir. Araştırmanın katılımcı grubunu Konya ilinde çalışan 236 yetişkin birey oluşturmuştur. Araştırmanın sonuçlarına göre, psikolojik dayanıklılığın mutluluk ve öznel iyi oluşa olumlu katkıları olduğu, benlik saygısının yüksek olmasının olumsuz durumları yönetebilmeyi kolaylaştırdığı, psikolojik dayanıklılık ile aynı doğrultuda olduğu ve mutluluğu yani öznel iyi oluşu arttırdığı ortaya konmuştur.

Karaşin ve Öztırak (2023) tarafından kariyer adanmışlığı ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği çalışma, İstanbul ilinde çalışan 456 sağlık çalışanı ile yapılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, kariyer adanmışlığı yüksek sağlık çalışanlarının öznel iyi oluşlarının da yüksek olduğu, işine bağlı, yüksek değer üreten bir çalışanın kendi mutluluğunun da yüksek olduğu, kariyer adanmışlığı düşük bir sağlık çalışanının öznel iyi oluş düzeyinin de düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Akay vd. (2024) tarafından yapılan çalışmada, Türkiye'de 6 Şubat 2023 tarihinde gerçekleşen Kahramanmaraş merkezli deprem felaketinden etkilenen bölgedeki 338'i kadın, 134'ü erkek olmak üzere 472 üniversite öğrencisinin algıladıkları stres düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, algılanan stres düzeyi ile öznel iyi oluş arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Buna göre algılanan stres düzeyi arttıkça öznel

iyi oluş azalacaktır. Diğer bir sonuç ise kadınların algılanan stres seviyelerinin erkeklere göre anlamlı derecede yüksek olduğudur. Ayrıca afetten sonra psikolojik destek almayan bireylerin psikolojik destek alan bireylere göre algılanan stres düzeylerinin anlamlı derecede yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucunda, afet sonrası psikososyal desteğin, bireylerin iyi oluş ve mutluluğuna katkı sunduğu söylenebilir.

2.3.5.2. Mutluluk ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar

Uthayakumar vd. (2010), kariyer kararlılığının mutluluğun yordama durumunu incelemişlerdir. Araştırmaya Kanada'nın Ontario eyaletinde üniversite okuyan 181 öğrenci katılım göstermiştir. Elde edilen bulgularda, kariyer kararlığının mutluluk ile ilişkisinin olduğu gözlenmiş fakat özellikle son sınıf öğrencilerinde kariyer kararlılığının mutluluğu daha etkin bir şekilde yordayacağı beklenirken bu durum üniversite birinci sınıf öğrencilerinde daha fazla etkili olarak gözlenmiştir. Kariyer kararlılığının mutluluğu tek başına yordadığına dair bir bulguya rastlanmamış, kariyer kararlılığının mutluluk üzerindeki yordayıcılığının orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

Diener ve Chan (2011) yayınlamış oldukları araştırmada bireylerin bildirilen mutluluk düzeyleri ile yaşam süreleri arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Araştırmada boylamsal çalışmalar, hastalıklar ve sağlığı etkileyen durumlar hakkında yapılan araştırmalardan yararlanmışlardır. Elde ediel bulgulara göre öznel iyi oluş yani mutluluk ile bireylerin yaşam süreleri arasında önemli ölçüde bir ilişki vardır. Öyle ki mutluluğun sağlıklı ve uzun bir ömür ile bağlantılı olduğu söylenebilir. Fakat araştırmanın sonuçlarına göre, özellikle son yıllarda merak konusu olan, mutluluğun kanseri önlediği yönündeki görüşlerin veya hastalığın olumsuz etkilerini ortadan kaldırmasına yardımcı olduğuna yönelik hipotezlerin kesinlik kazanmamış bir tartışma halinde olduğu anlaşılmıştır.

Malmivaara (2014), Finlandiya'da aktif örgün eğitime devam eden ergen bireylerin mutlulukları ile ilgili boylamsal bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmada ergen bireylerden 12 yaşında ve 15 yaşında olmak üzere üç yıl arayla iki kez veri toplanmıştır. Araştırmanın katılımcı grubunu ergenlik dönemindeki 182'si kız, 157'si erkek olmak üzere okula devam eden 339 birey oluşturmaktadır. Yapılan araştırmanın veri toplama aracı olarak "Mutluluk Ölçeği" ve "Okul Çocuklarının

Mutluluk Envanteri" adlı ölçeklerden yararlanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, ergen bireylerin mutluluklarında üç yıllık dönem sonunda gözle görülür bir azalma saptanmıştır. Cinsiyete dayalı sonuçlara bakıldığında ise kızların erkeklerden daha düşük puan aldığı ve okul ile ilişkili mutluluklarında üç yıllık süreçte azalma olduğu gözlenmiştir. Maddiyatın ve finansal gücün üç yıllık dönemde öğrenciler için daha fazla mutluluk getirici bir araç olarak görüldüğü, ayrıca akademik performansın ve başarının da mutluluk üzerinde belirleyici etkisi olduğunun, özellikle kızlar için belirtilen koşulların daha belirleyici olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gataūlinas ve Banceviča (2014) tarafından European Values Survey ve EUROSTAT'ın hazır veri setleri kullanılarak Avrupa'da yaşayan bireylerin öznel sağlık düzeyleri ile mutlulukları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın ana sorusu: "Sağlıklı olmak ve sağlıklı hissetmek mutluluğu yordar." şeklindeki açıklamadır. Bununla birlikte çalışmanın sonuçları, sağlığından memnun olan bireyin büyük oranda yaşam memnuniyeti yaşayacağını ileri sürer. Kişinin yaşantısında öznel iyi oluşuna etki eden diğer durumların, gelir-ekonomik refah düzeyi, kişilik özellikleri vb. olduğu ifade edilmiştir.

Katagami ve Tsuchiya (2016), Japonya'da ki 239 sporcu bireyin alınan ve algılanan sosyal destek mekanizmalarının mutluluk-kişilik ile olan ilişkisini el aldıkları bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar: Alınan sosyal destek düzeyi mutluluk ile ilişkili değilken, algılanan sosyal desteğin mutluluk ile pozitif yönde anlamlı ilişkisinin olduğu yönündedir. Elde edilen genel çıkarım, sporcular üzerinde alınan sosyal desteğin mutluluğu yordayıcı bir rolü olabileceği üzerinedir.

Diener vd. (2017), mutluluğun sağlıklı olmaya olan etkisini incelemişlerdir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, mutluluğun sağlığa olan etkisinin başlangıç, basit ve giriş düzeyindeki etkisini ortaya çıkarmıştır. Bu konudaki derinlemesine bilgilerin daha kapsamlı ve derin araştırmalar vasıtasıyla ortaya çıkarılacağını açıklamıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, mutluluğun sağlıklı olmaya olumlu etki ettiği yönündedir. Ancak örneğin yüksek yaşam memnuniyeti düzeyinin insan ömrünü hatırı sayılır düzeyde arttırdığını söylemekle birlikte, sigara tüketmemek, sık egzersiz yapmak gibi artık ortak literatürce de kabul edilen durumlar kadar etki edip etmediği gelecekte yapılacak araştırmalar için öneri niteliğinde sunulmuştur.

Joo ve Lee (2018) tarafından bireyin işyeri memnuniyetinin, çalışmaya katılmanın, kariyer araçlarının psikolojik sermaye ve algılanan örgütsel destek aracılığıyla mutluluğa ne düzeyde etki ettiği araştırılmıştır. Çalışmanın sonuçları, algılanan örgütsel desteğin kariyer memnuniyeti yoluyla dolaylı olarak mutluluk ile ilişkili olduğunu, psikolojik sermayenin ise doğrudan mutluluk ile ilişkili olduğunu gözler önüne sermiştir. Yaşamında daha fazla umut, etkinlik, dayanıklılık ve iyimserlik bulunan bir çalışanın mutluluğunun daha fazla olduğu araştırmadan elde edilen bir diğer çıkarımdır. Buna göre birey, işyerinde daha fazla destek, motivasyon, değer gördüğünde kendisini daha iyi hissetmiş ve iş memnuniyeti ile genel mutluluklarının arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Önceki araştırmalarda, kolektivist toplumlarda daha sınırlı seviyede mutluluk ve yaşam memnuniyeti bildiriliyorken bu çalışmada kolektivist toplumlarda daha yüksek seviyede memnuniyet bildirilmiştir.

Rao vd. (2018), nostaljik özlemin mutluluğa olan etkisini önceki yapılan çalışmaları tarayarak gerçekleştirdikleri bir derleme araştırma ortaya koymuşlardır. Dünya genelinde yapılan çalışmaların sonuçlarına bakıldığında kültür fark etmeksizin ortak bir nostalji anlayışı olduğu gözlenmiştir. Elde edilen genel sonuçlara bakıldığında: Nostaljinin özellikle yaşlı bireyler üzerinde daha memnun edici olduğu, yaşam duygusu, sosyal desteği artırma, bilinci fark etme-bilinçli olma gibi aracı güçlerle de bu durumu desteklediği ileri sürülmüştür. Neticede nostaljinin mutluluğa olumlu olarak etki ettiği ortaya konmuştur.

Ha vd. (2018) tarafından yapılan araştırmada, Vietnam'da romantik aşk ve narsisizmin mutluluk ile ilişkisini ele almışlardır. Araştırmaya yaşları 19-40 arasında değişen 369'u kadın, 174'ü erkek olmak üzere toplamda 543 kişi katılım göstermiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, romantik ilişkide olmak, özellikle evli olmanın bireylerin mutluluğu ile arasında pozitif yönlü ilişkili olduğudur. Narsisizm ile mutluluk arasındaki ilişkiye bakılacak olursa, özellikle batı toplumlarındaki çalışmalarda mutluluk ile narsisizm arasındaki ilişki pozitifken Vietnam gibi kollektivist bir toplumda ise zıddı bir durum beklenmektedir. Ancak burada da narsisizm ile mutluluk arasında pozitif yönde ilişki olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bunda narsisizm kişilik yapısının bireyin kendi iç dinamiklerinin etkisinde olduğu düşünülebilir.

Ke (2018), Çin Halk Cumhuriyeti'nde ergen çocuğa sahip ebeveynlerin iş güvencesizliklerinin, çocukların mutluluğu üzerindeki etkisini incelemiştir.

Araştırmaya 126'sı erkek, 134'ü kadın olmak üzere toplamda 281 ergen birey katılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler, babaların, iş güvensizliği yaşamasının annelere kıyasla daha fazla endişe verici davranışlara yol açabileceği yönündedir. Üniversiteye devam eden ergenlik dönemindeki bireylerin mutluluk düzeyleri, lise dengi okula giden çocuğa göre ebeveyninin iş güvensizliğinden daha fazla etkilenmektedir. Demografik değişkenler ile mutluluk arasındaki ilişkiye bakıldığında, cinsiyetin, tek çocuk veya kardeşli olmanın, yerleşim yeri farklılığının mutluluk üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Diener vd. (2018), öznel iyi oluşun (mutluluk) çeşitli argümanlara göre değişimini incelemişlerdir. Araştırmanın değişkenleri mizaç ve destekleyici sosyal ilişkilerdir. Araştırmada ulaşılan sonuçların başında, mutluluk düzeyinin az veya yüksek olmasının bireyin yaşantısındaki işlevsellik düzeyine etkisidir. Buna göre çok yüksek öznel iyi oluş bildiren bireylerin, coşkulu ve yüksek mutlu halleri bireyleri problemler karşısında etkisiz hale getirebilir. Tam zıttı düşük öznel iyi oluşun ise depresyon ve negatif duyguların yoğunluğunu arttırarak kaygının yüksek sevilerde hissedilebileceği ihtimalini artırmaktadır. Yine örgütsel davranışlara bakıldığında öznel iyi oluş düzeyi yüksek olan bireylerin, çalışma başarılarının ve sosyal ilişkilerinin daha yüksek seviyelerde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Araştırmadan elde edilen çarpıcı bir sonuç ise şudur: Süreğen olumsuz duyguların insanı olumsuz etkilediği bilinmekle beraber, anlık ve geçici olumsuz duygu durumlarının bireyin eleştirel ve analitik becerilerini kuvvetlendirip daha işlevsel donatılar kazanmalarına neden olabileceğidir.

Yakut (2018) tarafından KKTC'de öğretmenlerin öznel iyi oluşlarının çeşitli değişkenler üzerinden incelendiği bir araştırma yapılmıştır. Araştırmada, öğretmenlerin cinsiyet, yaş, okul türü, aile memnuniyeti, okul iklimi memnuniyeti ve düzenli spor yapma alışkanlığı gibi değişkenlerinin öznel iyi oluş düzeyi ile arasındaki farklılığın anlamlı olup olmadığıdır. Araştırmada; Cinsiyet, yaş ve okul türü değişkenlerinin öznel iyi oluş ile arasında anlamlı bir farklılık rastlanmamıştır. Aile memnuniyeti, okul iklimi memnuniyet düzeyi ve düzenli spor yapma alışkanlığı ile öznel iyi oluş düzeyi arasında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır.

Zhang (2019) tarafından Çin Halk Cumhuriyeti'nde yapılan araştırmada, kent ölçeği ve çevre kirliliğinin bireyin mutluluğuna olan etkisi araştırılmıştır. Yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, kentsel ölçeğin büyümesinin, şehirdeki düzenin,

insicamın gelişmesi, imkanların çeşitlenmesi gibi şehircilik alanındaki işlevsel gelişimlerin bireylerin mutluluğunu artırdığı yönündedir. Öyle ki istenilen bir şehircilik oluşturmanın aynı şehirdeki çevre kirliliği dezavantajının da önüne geçerek bu mutluluğa daha fazla etki ettiği ortaya koyulmuştur. Aynı şartlarda, benzer ölçekli şehirlerdeki çevresel kirlilik düzeyinin mutluluk ile olan ilişkisine bakıldığında ise daha temiz kent sakinlerinin daha mutlu oldukları araştırmanın bulgularındandır. Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu ise, sosyal çevrenin insanların mutluluğuna olan olumlu etkileridir. Araştırmanın sonuçlarında: İlişkileri iyileştirici, sosyallik düzeyi yüksek, yardım ve hoşgörü ortamına katkı sunan sosyal destek mekanizmalarının mutluluğu artırdığı, devletlerin ve genel yönetimlerin bu şartları kolaylaştırıcı adımlar atmasının önemli olduğu vurgulanmıştır.

Sharif vd. (2021) tarafından daha az boş vakte sahip olmak ve daha fazla boş vakte sahip olmanın mutluluk düzeyi ile olan ilişkisi araştırılmıştır. Araştırmada, uzun yıllar boyunca oluşturulan hazır veri setlerinden yararlanılmıştır. Araştırmanın veri grubunu genellikle çalışan yetişkin bireyler oluşturmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, kişinin yaşantısında kendi idare edebileceği kadar, yeterli özgür zamanının olmasının önemli olduğu, daha kısıtlı özgür vaktinin olmasının daha yüksek düzeylerde stres yaşamasına ve daha düşük öznel iyi oluşa sahip olmasına neden olduğu ifade edilmiştir. Araştırmadan elde edilen çarpıcı sonuçlardan bir diğeri de özgür zaman aralığının çok fazla olmasının da bireyin öznel iyi oluşunu etkilediği yönündedir. Buna göre gereğinden fazla boş vakte sahip olan bireyin mutluluğu azalır. Zira uzun süre geçirilen boş zamanlarda kişinin genel üretkenliğinin azalmasına bağlı olarak daha düşük öznel iyi oluş bildirdikleri gözlenmiştir. Daha fazla boş vakte sahip olan bireylerin bu boş vakitlerini sosyalleşme faaliyetleri ve aktiviteler aracılığıyla geçirdiklerinde ise öznel iyi oluş seviyelerinde gözle görülür bir yükselme görülmüştür. Genel sonuçlara bakıldığında ise bireyin yaşantısında denge unsurunun öne çıktığı, gereğinden çok fazla boş vaktin veya isteklerine ve beklentilerine uygun olmayan sınırlı zamanın genel mutluluk seviyesini düşürdüğü, kişinin kendisine ve uğraşlarına zaman ayırmaya yetecek kadar olan boş vaktin, öznel iyi oluşu desteklediği sonucuna ulaşılmıştır.

Llamas-Díaz vd. (2022) tarafından 11-19 yaş arasındaki ergen bireylerin duygusal zekaları ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişki metaanaliz yöntemi ile incelenmiştir. Araştırmada, dahil etme ve hariç tutma yöntemli bilimsel araştırma seçimi ile 41

çalışmadan toplanan veriler bir araya getirilmiştir. Araştırmada, mutluluğun bilişsel ve duyuşsal boyutları ile duygusal zeka arasındaki ilişki ele alınmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, hem duygusal hem de bilişsel mutluluk ile duygusal zeka arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Wang (2024), Çin Halk Cumhuriyeti'ndeki göçmen işçilerin iş koşullarının ve çalışma kalitelerinin mutluluk düzeyleri ile olan ilişkisini incelemiştir. Elde edilen sonuçlara göre, Çin'deki göçmen işçilerin genel mutluluklarının yüksek düzeyde olmadığı yönündedir. Araştırmanın diğer önemli bir yanı, çalışma koşullarının iyileştirilmesi, yeterli boş vaktin sağlanması, çalışma saatlerinin sınırlandırılması, yüksek sosyal güvenlik hakları gibi imkanların çalışan göçmenlerin yaşam memnuniyetlerini yani mutluluklarını artırdığı yönündedir.

Singh ve Tripathi (2024) tarafından yapılan araştırmada, Hindistan'daki 18-25 aralığındaki genç kadınların sosyal medya kullanımlarının sosyal karşılaştırma ve mutlulukları ile olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, sosyal medyada fazla zaman geçirmenin sosyal karşılaştırma ile pozitif yönlü düşük düzeyde ilişkisinin olduğu, ayrıca sosyal medyada geçirilen zaman ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide negatif yönde yine düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu ifade edilmiştir. Sosyal medya kullanımının kişiye olan etkileri genel olarak değerlendirildiğinde: Sosyal medya kullanımının, sosyal karşılaştırma-kıyas davranışını artırdığı, bu yolla öznel iyi oluş düzeyinde azalmaya yol açtığı yönündedir. Özellikle kontrolsüz sosyal medya kullanımının, bu yönde olumsuz etkilere neden olabileceği ifade edilmektedir.

2.4. Çocukluk Çağı Yaşantıları

İnsan gelişiminin başlangıç dönemlerinde yer alan çocukluk dönemi, çoğu gelişim kuramcısı ve alan yazında 3 ila 12 yaşlar arasındaki dönemi kapsar. Bu yaşlardan öncesi bebeklik, sonrası ise ergenlik dönemi olarak ifade edilebilir. Çocukluk dönemi kendi içerisinde İlk çocukluk (3-5 yaş) ve Okul-son çocukluk (6-12) dönemi olmak üzere ikiye ayrılabilir. İlk çocukluk döneminde; fiziksel, bilişsel, dilsel gelişme ön planda iken, son çocukluk döneminde sosyal, mantıksal ve ahlaki gelişimin ön planda olduğu gözlenir (Shonkoff ve Philips, 2000; İnanç vd., 2015; Papalia ve Martorell, 2021).

İnsan gelişiminin ilk dönemlerini kapsayan çocuklukta edinilen deneyimlerin insanın tüm yaşantısında yansımalarının ve kalıcı etkilerinin olduğu birçok kuramcı tarafından psikoloji biliminin başlangıç evrelerinden itibaren açıklanmıştır. Bu alanda gelişen birçok kuram mevcut olmakla birlikte en önde geleni Sigmund Freud'a ait olan Psikanalitik Kuram'dır. Freud'a göre yaşamın ilk altı yılı kişilik gelişimi, bireysel değerlerin oluşumu gibi pek çok yönde inşa edilen bir dönemdir. Freud insan gelişim dönemlerini ayırdığı kuramının hatırı sayılır bir bölümünü çocukluk dönemine ayırmıştır: Oral (0-2 yaş), Anal (2-4 yaş), Fallik (4-6 yaş), Latent (6-12 yaş), Genital (12-18 yaş) olmak üzere ayırdığı gelişim dönemleri beşe ayrılır. Öyle ki Freud kişilik gelişimi kuramında çocukluk dönemine bu denli yer vermesi nedeniyle çok eleştiri de almıştır. Özellikle bu dönemde edinilen tecrübelerin insanda kalıcı davranışlara yol açtığı kuramını ortaya koymuştur. Kendi yüzyılından sonraki yıllarda bu tasarının geliştirilerek insanın tüm yönlerini açığa çıkarma çabasında bulunulmuştur (Corey, 2000).

Erikson Psikososyal Gelişim kuramında gelişim evrelerini sınıflandırmış, çocukluk dönemindeki yaşantılara önemli yer vermiş, kişinin kimlik oluşturma sürecindeki etkisini vurgulamıştır. Tıpkı Psikanalitik Kuram'da olduğu gibi, doğumdan itibaren insanın gelişim dönemlerini yaş düzeyine göre ayırmıştır. Buna göre, çocukluk dönem özelinde beklenen dönem görevini karşılama veya karşılayamama durumunu: Temel güvene karşı güvensizlik (0-1 yaş), Özerkliğe karşı kuşku ve utanç (1-2 yaş), Girişimciliğe karşı suçluluk (3-5 yaş), Çalışkanlığa karşı aşağılık duygusu (6-11 yaş), Kimliğe karşı kimlik karmaşası (12-19 yaş) olarak açıklamıştır. Bahsedilen her bir evre krize müsait koşullar barındırmakla birlikte kişi içsel dinamikleri ve sosyal destekleri aracılığıyla bu evreleri kendi dengesini koruyarak sağlıklı bir biçimde geçirebilir (İnanç vd., 2015; Özgüngör ve Kapıkıran, 2011; Akın vd., 2013).

Çocukluk döneminin etkilerini önemli gören kuramlardan bir diğeri de Sosyal Öğrenme Kuramı'dır. SÖK'de çocuk özellikle ilk çocukluk evresinde bağ kurduğu yetişkinlerin davranışını taklit etme yoluyla öğrenme yolunu seçer. Çocuğun özellikle bu yıllarda kendi öğrenmelerini sağlaması, kişiliğini oluşturması, çevresinden gördüğü uyaranları kopya etmesi ile gerçekleşir. Çocuklar bu dönemde kişilik özelliklerini kopya ettikleri gibi değer yargıları ve ahlaki kalıpları da taklit yoluyla öğrenirler (Akın vd, 2013).

Gereksinim Kuramının yaratıcısı Ann Roe, bireyin özellikle erken çocukluk yıllarındaki yaşantılarının, yetiştiği ortamın, kişisel-sosyal ilişkilerinin, ebeveynlerin çocuğa olan tutumunun ve ihtiyacını hissettikleri temel yapıların çocuğun gelecekteki kariyer ve meslek tercihine etki ettiğini ileri sürer. Bu temel güdülerin karşılığını: duygusal yoğunlaşma, kaçınma ve kabul olmak üzere üç alt başlıkta açıklar. Duygusal yoğunlaşma, aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ile yetişen çocukların karşılaşacağı sonuç olarak görülebilir. Bu bireyler onaylanma ihtiyacı hissederek bağımsız karar alabilme becerisi içeren meslekler yerine, sınırlı sorumlu davranışlar içeren meslekleri seçme eğiliminde olacaklardır. Çocuğun aile ortamında kabul edilmesi, psikolojik ve fiziksel ihtiyaçlarının değer görmesi bağımsız ve özgüvenli bir kişilik inşa etmeye ortam hazırlayabilir. Hizmet sektörü çalışanları bu gruba örnek verilebilir. Bilimsel, mekanik araştırmacı meslek alanlarına yönelen yetişkinlerin çocukluk dönemlerinde ise daha çok kaçınmacı ve reddedici bir tutuma maruz kalma ihtimallerinin olabileceği savunulur (Adıgüzel ve Erdoğan, 2014).

Psikanalitik yaklaşımlara göre, bireyler çocukluk travmalarını telafi etmek amacıyla belirli mesleki rolleri bilinçdışı biçimde tercih edebilmektedir (Pines, 2000). Sosyal girişimciler, geçmişte yaşadıkları yalnızlık, adaletsizlik ya da çaresizlik gibi deneyimleri, başkalarına yardım etme ve toplumsal fayda üretme yoluyla anlamlandırmaya çalışırlar (Driver, 2017; Cohen vd., 2024). Bu bağlamda sosyal girişimcilik, bireyin içsel yaralarını iyileştirdiği ve kimlik oluşturduğu bir dönüşüm süreci olarak değerlendirilmektedir (Laine ve Kibler, 2018).

Super (1990), Yaşam Boyu-Yaşam Alanı kuramında, meslek seçiminin ve kariyer yöneliminin bireyin doğumundan itibaren başlayarak çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve ileri yetişkinlik dönemlerini de içine alarak yaşam boyu sürdüğünü iddia eder. Gelişim kuramları ile bağdaştırdığı kuramında yaşam dönemlerini belli meslek edinme görevleri ve yönelimleri ile açıklar. Kariyer yöneliminin çocukluk evresini kapsayan dönemini "Büyüme Basamağı" olarak ifade ederken bu dönemi de kendi içerisinde Üçe ayırır: Hayal Basamağı (4-10 yaş), İlgi Basamağı (11-12 yaş) ve Yetenek Basamağı (13-14 yaş) (Eryılmaz ve Mutlu, 2017).

Hayal Basamağı, çocuğun bilişsel, duyuşsal ve sosyal gelişiminin olgunlaşma ve çevre ile aktif temas ettiği ilk çocukluk yıllarından başlayarak ergenlik öncesi döneme kadar devam eden süreci kapsar. Bu dönemde çocuklar mesleki düşüncelerini oyunlar ve araçlar vasıtasıyla hayal ederek kurmaya başlar. İlgi

Basamağı, ergenliğin ilk yılları ile birlikte hoşlanılan ve hoşlanılmayan deneyimlerin ayrışmaya başladığı ilk mesleki seçimlerin ortaya çıktığı dönemdir. Yetenek Basamağı, bireyin yakın çevresinden bağımsızlaşarak dış dünyayı öğrenmesi, özellikle soyut düşünme analitik, eleştirel becerilerin de gelişmesi ile mesleki karşılaştırmalar yapma ve adım atma evresidir (Işık, 2014).

2.4.1. Çocuklukta Aile Yaşantısı

Çocukların sağlıklı birer birey olarak yetişmelerinde en büyük paya sahip olan yapı aile kurumudur. Çocuğa sevgi, şefkat ekseninde verilen değer ve bu değerin çocuğa hissettirilmesi mutlu ve sağlıklı bir bireyin yetişmesi için ön koşul olabilir. İhtiyacı karşılanan, sevilen, sağlıklı iletişim kurulan çocuk, sosyal hayata uyumlu olmayı öğrenecek ve yaşamın başat amaçlarından olan sosyalleşme sürecine paye katacaktır (Armstrong vd., 2005)

Bağlanma, bebeklik döneminden itibaren bireyin bakım vereni ile özellikle kritik durumlarda kendini hissettiren tutarlılığı ve kararlılığı açısından değerlendirilen ilişki şekli olarak ifade edilebilir. Bireyin bebeklik döneminde temelini oluşturduğu bağlanma stilleri tüm yaşantı boyunca, bilhassa ilişki kurma şekillerinde etkisini gösterir. Bowlby (1969) tarafından açıklanan bu durumun istendik ve sağlıklı olanı güvenli bağlanma, bireyin yaşantısının ilk yıllarında bakım verenin çocuk ile yapılandırdığı kararlı, tutarlı ve emin ilişkiyi ifade eder. Güvenli biçimde bakım vereni ile bağlanan çocuklar, bakım vereninden ayrıldığında doğal bir rahatsızlık yaşar, tekrar bir araya geldiklerinde zorlanmadan kendi meşguliyetine ayak uydurur ve keşfetmeye devam eder. Bireyin bu kritik döneminde kazanacağı olası beceri tüm yaşantısındaki ilişkilerini yapılandırmasında yardımcı olur (Güvendeğer-Doksat ve Demirci-Çiftçi, 2016; Kesebir vd., 2011; Gençtanırım-Kurt ve Çetinkaya-Yıldız, 2017).

Bireyin davranışı sosyal, duygusal, zihinsel kısacası bütüncül gelişimine katkı sunan ebeveynlerinin tutumları ile de şekillenir. Ebeveyn tutumlarını, demokratik, izin verici, otoriter ve ilgisiz tutum olmak üzere dörde ayırabiliriz (Baumrind, 1966). Ebeveyn tutumlarının çocuğun gelişim ve davranışına olan etkilerini şu şekilde inceleyebiliriz.

Demokratik tutum sahibi ebeveyn, çocuğuna ilgi, zaman ve sevgisini vererek aynı zamanda çocuğuna sınır çizmeyi de ihmal etmez. Çocuğunun doğru ve yanlış

davranışı ayırt etmesine fırsat tanıyarak yardımcı olur. Bu tutumda yetişen çocukların gelecek yaşantılarında daha özgüvenli, problem çözmeye dönük, kişilik sahibi bireyler olarak toplumda yer edindiği ve akademik başarı elde etmelerinin de daha olası olduğu gözlenmiştir (Baumrind, 1991; Steinberg vd., 1991).

İzin verici tutuma sahip ebeveynler, kısıtlı düzeyde talepkâr ve üst düzeyde duyarlı olma davranışı sergilerler. Bu tutumda sık görülen tavır disiplinsizlik ve çocuğa sınır koymama ile gerçekleşir. Bu tutuma maruz kalan çocukların özellikle sosyal anlamda problemler, uyum sorumları, sosyal ilişkileri yönetememe, sorumsuzluk vb. olumsuz davranışlara yol açarken bilişsel açıdan yaratıcı ve çok yönlü düşünme becerisi de kazandırabilir (Maccoby ve Martin, 1983).

İlgisiz tutum sergileyen ebeveynler, çocuk yetiştirmede en riskli ebeveyn tutumu olarak ele alınabilir. Bu tutumdaki anne babalar, çocuklarına karşı düşük düzeyde ilgi, sevgi ve talepte bulunurlar. Bu tutumda ihmal durumu dahi gözlenebilir. Bu tutumda yetişen çocuklar sosyal hayatlarında davranış ve uyum sorunları, akademik yaşantılarında başarısızlık ve odak sorunları ve kişisel yaşantılarında ruhsal olumsuzluklarla karşılaşabilirler (Darling ve Steinberg, 1993; Lamborn vd., 1991).

Otoriter tutumu benimseyen ebeveynlerin, çocuklara karşı sert, katı ve özgürlük tanımayan bir bakış açısı ile hareket ettikleri bilinmektedir. Bu tutum genelde çocukta duyuşsal alanı yok sayar. Bu tutumdaki çocuklarda yaratıcı düşünme becerileri gelişmeyebilir. Yine bu tutuma göre yetişen çocukların uyum sorunları, ruhsal sıkıntıları ve özgüven problemleri gibi negatif davranışları gelişebilir (Baumrind, 1991).

Aile hakkında yapılan araştırmalarda kültürün önemli bir belirleyici gücünün olduğu ortaya konmuştur. Ülkemiz özelinde son yıllarda aileye olan bakışın değiştiğini söylemek mümkün. Geçmişte daha çok geleneksel aile yapısı hakimken günümüzde aile yapısında değişiklik olduğu, çekirdek ailelerin toplum genelinde görülme yaygınlığının arttığı söylenebilir. (Tezel-Şahin ve Cevher, 2007). Bu durum ailenin başrolünün anneden biraz da babaya öykünmesine neden olmuş, çekirdek ailelerin artması kadının da iş yaşamına aktif katılmasını yaygınlaştırmıştır.

Aile yaşamının kökten değişen bir olgusu olan boşanmış aile ve bu ailelerin çocuklarının yaşantılarına olan etkilerini araştıran çalışmalar hayli fazladır. Çakmak-Tolan (2023), yaptıkları derleme çalışmada anne babasının boşanacağını öğrenen

çocukların, benzer davranış kalıplarını geliştirdiğini, bu davranışların kendini suçlama, boşanmayı kabullenmeme, ebeveynlere kızgınlık duyma, yeniden birleşimi sağlama, depresyon ve kabullenme olarak yaygınlık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Boşanmaların, çocuğun hangi gelişim dönemine karşılık gelmesi de çocukta farklı tepkilere yol açmaktadır: Örneğin bebeklik döneminde yaşanan boşanmalar bebeğin güvenli bağlanma stiline etki edebilmekte ve güvensiz bağlanma geliştirme davranışına neden olabilmektedir. Boşanmanın okul öncesi ilk çocukluk gelişim dönemindeki çocukta ise, kendini suçlama ve fantezilerinde yeniden anne babasının bir araya geldiğini düşleme eğilimine neden olduğu yaygın olarak gözlenmektedir. Okul dönemindeki çocukta okula uyum sorunları, agresif sosyal ilişkiler, ders başarısında düşme gibi sonuçlara neden olabilir. Öte yandan boşanmanın gerekli hale geldiği ebeveyn ilişkilerinde çocukların psişik iyilik hali gözetilerek ayrılmayan, birlikteliğini sürdüren ebeveynlerin, sağlıksız aile içi ortamlara zemin hazırladığı söylenebilir. Bu ailelerde iletişim sorunları, çatışma yaşantıları gözlenebilir ve anne babası boşanmış ailelerin çocuklarına göre daha yüksek düzeyde kaygı ile düşük düzeyde benlik algısına sahip olurlar. Anne babası boşanmış çocukların boşanma sonrası sürece hazırlanarak sağlıklı davranış kalıplarının öğretilmesi, anne babaya çocuklara yaklaşım konusunda bilgilendirme içerikli psikoeğitsel çalışmaların yapılması doğabilecek olumsuz durumların önüne geçmeyi sağlar (Wallerstein ve Kelly, 1980; Forehand ve Long, 1988)

Arslan (2022), yaptığı araştırmada, ailelerin çocuğun sosyal duygusal gelişimine katkı sunmak amacıyla onlara karşı gösterilecek davranışları şu şekilde sıralamıştır: Çocuğun beceri ve kabiliyetlerinin başka çocuklarla kıyaslanmaması, çocuğun davranışları sonucu oluşan yaşantıların eleştirilmemesini, çocuğun aktif deneyim, yaparak-yaşayarak öğrenmesini, çocuğa akranları ve tecrübe edinebileceği yetişkinlerle ortak yaşantılar sunulmasını, sorumluluk almaya teşvik edilmesini, bireysel ve biricik olduğunun hatırlatılmasını, etkin-açık ve şeffaf bir iletişim kurulmasını, gelişimine katkı sunacak kitap, oyuncak ve zengin materyal sunulmasını, oyunun önemini bilerek birlikte oynayabilecekleri oyunlar oynamalarını, küçük yaşlarda sosyal öğrenmenin gerçekleştiğinin unutulmayarak örnek rol model olunması gerektiği hususlarına dikkat çekmiştir.

2.4.2. Çocuklukta Kişisel – Sosyal Yaşantı

Birey, yaşantısını sosyal donatılarla güçlendirir. Çocukluk dönemi de sosyalleşme ve toplumda yer almanın fiili başlangıç dönemidir. Bu dönemde çocuk özellikle kendi yaş grubu olan akranları ile oyun temelli ilişkiler geliştirebilir. Kurduğu bu ilişkiler bireyin fiziksel, bilişsel, ahlaki, sosyal ve duygusal alanlardaki becerilerini teste etme ve bunları geliştirme sürecinin araçlarıdır (Pişkin, 2003).

Yaşamın ilk yıllarında birey temel bakım vereni ile bağ kurma yoluyla ilk ilişkilerinin temelini atar. Temeli sevgiye dayanan bu ilişkiyi annesi veya bakım vereni ile kurar. Bowlby ve Ainsworth'un görüşleri ile oluşan bağlanma yaklaşımında çocuğun ilk bağ kurduğu kişi bakım verenidir. Güven temelinde şekillenen bu ilişki çocuğun kısa ve uzun dönemli kuracağı ilişkilerinin de belirleyicisi konumundadır. Öyle ki bebeklik döneminde bebekle konuşmak, oyun oynamak onunla kurulan samimi ilişkinin de başlangıcı niteliğindedir (Beyazkürk vd., 2007).

Okul öncesi dönemde çocukların yaşları ilerledikçe akranları ile kurduğu ilişkilerin de yoğunlaştığı gözlenir. Bunda yaşın, oyunun ve akranla geçirilen zamanın etkisi görülür. Eğlence amacıyla kurulan oyunların özellikle okul öncesi dönemlerde kişiler arası hale gelmesi, işbirliği sağlanması, gruplu olması zaman zaman da rekabete dayanması oyunların sosyalliği ve kişiler arası ilişkileri yoğunlaştıran bir etmen olarak karşımıza çıkarmaktadır (Gülay, 2009).

Arkadaşlık, bireylerarası karşılıklı kurulan birlikteliktir. Arkadaşlık ilişkileri, bireyin yakınlık kurma ihtiyacını karşılar, kimlik oluşturma serüvenine eşlik eder. Yine akranlarla kurulan ilişkiler çocuğun, problem çözme becerisine katkı sunarken çatışmalara çözümler bulabilme, anlamlı ilişkiler kurabilme gibi becerileri edinerek kendini keşfetmesine fırsat sunmaktadır (Gülay 2009; Eckerman vd.,1982).

Son yıllarda yapılan araştırmalarda sosyal ilişkileri etkileyen yaşantıların başında dijital ekran ve sosyal medya kullanımı gelmektedir. Ülkemizde ve dünyada dijital ekran kullanımının yaygınlaşması küçük yaş grupları seviyesine dek gerilemiştir. Uzun süreler ekran kullanımının çocukların sosyal becerilerde ve akran ilişkilerinde başarısız olmaya yol açtığı, yalnızlaşma, sosyal yalıtılmışlıkta ve depresyon düzeylerinde artışa neden olduğu ortaya konmuştur. Bilinçli kullanılmayan ekran, internet, sosyal medya uygulamaları çocukların sosyal gelişimine, kişiler arası

ilişkilerine olumsuz etkilerde bulunmaktadır. 2020'li yılların başında ülkemizde ve dünyada etkili olan COVID-19 pandemisi de çocukların okul yaşantısı ve sosyal ilişkilerinden uzaklaşmasına bağlı olarak evde vakit geçirmenin artmasına, akran ilişkilerinin sınırlanarak sosyalliğin daha çok aile içerisine hapsolmasına neden olmuştur (Çamalan ve Demirbaş, 2024; Atıcı vd., 2024).

2.4.3. Çocuklukta Okul Yaşantısı

Günümüzde bir çocuğun yaşantısında zaman ve deneyim olarak en fazla yer kaplayan ortam okuldur. Okul, bireyin eğitim öğretim faaliyetleri ve temelde sosyalleşme sürecine katkı sunduğu, sosyal davranışların test edildiği, dış gözlemlere maruz kalınan, rekabet ve başarı düşüncesinin artış gösterdiği mekandır. Okulu aile yaşantısından ayıran temel fark, sevgi ve aidiyetin aile ortamı kadar yoğun gözlenmemesi, daha sınırlı ilişkilerin olmasıdır. Öğretmenler ve arkadaşlarla kurulan ilişkiler, derslere olan bakış, okulun fiziki imkanları, temel eğitim anlayışı gibi etkenler çocuğun okula karşı tutumunu etkiler (Williams ve Batten, 1981; Akt., Gedik ve Cömert, 2018).

Okul öncesi öğrenimin çocukların sosyal davranışlarına olumlu etkilerinin olduğu, çocuğun sosyal yetkinliğine katkı sunduğu, anksiyete, içedönüklük, saldırganlık gibi davranışların okul öncesi eğitime katılmayan çocuklara göre anlamlı düzeyde az gözlendiği, okul öncesi eğitime devam eden çocukların sosyal becerilerinin, iletişim ve empati duygularının geliştiği bulgusuna ulaşılmıştır (Uygun ve Kozikoğlu, 2019).

Okul yaşantılarının olumluluğunu ön plana çıkartan okul yaşam kalitesi kavramı alan yazında yerini almıştır. Williams ve Batten (1981), okul yaşam kalitesini beş alt boyutta sınıflandırmıştır. Öğretmen-öğrenci ilişkileri, sosyal bütünleşme, fırsat, başarı ve macera. Öğretmen öğrenci ilişkileri, öğretmen ve öğrenci arasındaki öğrenme merkezli ilişkiyi; Sosyal bütünleşme, öğrencinin sınıftaki arkadaşları ve okuldaki diğer ilişkilerini; Fırsat, öğrencinin yaşam deneyimi için bulunduğu ortamın önemini; Başarı, akademik ve diğer aktivitelerde gösterilebilecek olan ilerleme düzeyini; Macera ise öğrenmeden duyulan hazzı ifade eder. Açıklanan beş olgunun çocuk için geçerli ve istendik doğrultuda olması okul yaşantısında pozitif bir deneyim yaşamasına etki eder (Gedik ve Cömert, 2018).

Okul yaşantısında salt akademik başarının düşünülmesi hatadır. Çocuğun okula devam etmesi yalnızca akademik başarı kazanma değil, demokratik bir birey olarak

yetişme, sosyal becerileri geliştirme, sorumluluk duygusunu kazanma ve sürdürme, ilgi ve yetenek keşfini sağlama gibi fazlaca kazancı bulunmaktadır. Sonuç olarak okul ortamı, öğretmen, akranlar, okul ikliminin özellikleri gibi pek çok etkenle bireyde çok yönlü bir uyaran olarak yer alır. Bu dinamiklerin çocuğun yaşantısında bireysel, sosyal ve duygusal çok yönlü etkilerinin olduğu bilinmektedir (Hoy vd., 1991).

2.4.4. Olumlu Çocukluk Çağı Yaşantıları

Olumlu çocukluk, bireyin kendisini güvende hissettiği, ait olduğu, sevildiği, desteklendiği istendik deneyimlerle kategorize edilir. Olumlu çocukluk deneyimleri, sağlıklı olma-fizyolojik iyilik, temel ihtiyaçların karşılanması, destekleyici ve demokratik ebeveyn tutumu, güçlü aile bağları, destekleyici akran ilişkileri, uygun rol modellerin gözlenmesi şeklinde ifade edilebilecek deneyimler olarak değerlendirilebilir (Anda vd., 2019; Bethell ve Harris 2020).

Çocukluğun ilk yıllarında olumluluk, sıcaklık, güven, gibi olumlu duyguları yaşantıda deneyimlemek çocuklukta ve gelecekte bireyin iyi oluşuna katkıda bulunarak özgüven ve mutluluğu artırabilir, psikolojik sorunlarla karşılaşma olasılığını da azaltabilir (Yılmaz, 2019; Akın vd., 2013). Çocuklukta olumlu yaşantıları deneyimlemek, bireyin yetişkinlik dönemindeki psikolojik sağlamlığı yordadığı, arkadaşlarla, öğretmenlerle aile ile gerçekleştirilen rutinler, eğlendirici aktiviteler olumlu çocukluk yaşantılarına örnek verilebilir. Olumlu çocukluk deneyimi olan bir birey çocukluğunda fiziksel, sosyal, duygusal gelişimine etki edecek mutluluk, ilgi, sevgi, takdir edilme, güven ortamı gibi istendik yaşantılara maruz kalabilir. Sevgi temelli davranışlar bu dönemin önemli göstergelerindendir (Han vd. 2023).

Çocuğun olumlu yaşantılarını deneyimlediği ortamların başında ailesi gelir, çocuklukta ailesinin kendisine sunduğu samimi ve sıcak yuva ortamı gelişime yüksek düzeyde katkı sunar. Ailede deneyimlenecek pozitif yaşantıların bireyin gelecekteki yaşantısında koruyucu faktör olarak yer edineceği düşünülmektedir. Crouch vd. (2019) çocukların ebeveynleri ile kurdukları güçlü ve sağlıklı iletişime dayalı ilişkilerin yansımalarının olumsuz deneyimlere rağmen bireyde kalıcı koruyucu etki göstereceğini saptamıştır (Wang vd. 2021).

Olumlu duygular olarak nitelenen umut, iyimserlik, ilgi, özdeğer, sevgi, şefkat vb. bireyde yetişkinlik döneminde davranış olarak gösterilmesinin temeli çocukluk döneminde atılabilir. Çocuklukta maruz kalınan bu pozitif deneyimler öğrenme kanalı ile bireyde kalıcı hale gelerek davranışa dönüşebilir. Demokratik ebeveyn tutumuna maruz kalan bir çocuk, sağlıklı ilişkiler kurarak yaşantısında özerk bir birey haline gelebilir (Taş, 2022).

2.4.5. Olumsuz Çocukluk Çağı Yaşantıları

Çocuğun kendisine ve gelişimine zarar veren bir çevrede bulunması, potansiyel travmalara yol açabilecek düzeyde ihmal ve istismara maruz kalması, gelişimine katkı sunacak olumlu deneyimlerden kısmen veya tamamen mahrum kalması olumsuz çocukluk deneyimleri kapsamında değerlendirilir (Boullier ve Blair, 2018). Çocukluk çağındaki olumsuz yaşantıların başında fiziksel istismar, duygusal istismar, cinsel istismar ve ihmal gelmektedir. Olumsuz çocukluk deneyimlerinin kalıcı izli etkilerinin yaşamın ilerleyen dönemlerinde ortaya çıkması psikiyatrik ve davranışsal sorunlara yol açması olasıdır (Whitfield vd. 2005; Lacey vd. 2020).

Çocukluk olumsuz deneyimleri bireyi travmatize edici sonuçlar doğurabilir. Fiziksel, cinsel ve duygusal istismarla birlikte ihmal yaşantısı da bireyde kalıcı izli olumsuzluk doğurabilir. Fiziksel istismara maruz kalan bireylerde duygusal ve sosyal yaşantıda problemler, uyum sorunları; Cinsel istismara maruz kalan bireylerde suçluluk ve utanç; Duygusal istismara maruz kalan çocuklarda ise diğer iki istismar türü kadar derin olmasa da yüzeysel duyuşsal sorunlar görülebilir. İhmale maruz kalan çocuk, bakım vereninden temin etmesi beklenen ihtiyacı olan, temelde bakım, barınma, beslenme, sağlık, eğitim vb. olanaklardan kısmi veya tamamen yararlanamama olarak görülen bir olumsuz deneyim olarak açıklanabilir (Kara ve Yüksel-Şahin, 2021; Hunt vd. 2017).

Çocuklukta maruz kalınan ihmal ve istismar yaşantılarının yetişkinlikte intihar düşünceleri, kendine zarar verme girişimi, uzun vadeli fizyolojik sağlık sorunları, bağışıklık sistemi rahatsızlıkları, Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB), cinsel işlev bozuklukları gibi pek çok olumsuzluğa yol açabileceği öngörülmektedir (Gilbert vd. 2009; Chia vd. 2025).

Çocuklukta özellikle sosyal yaşantıda karşılaşılabilecek bir diğer olumsuzluk genellikle okul yaşantısında karşılaşılan akran zorbalığıdır. Akran zorbalığı, bireyin

veya grubun nispeten daha güçsüz olan bireye karşı sistematik, tekrar eden saldırgan davranışlarıdır. Bu davranışlar, fiziksel, sözel, sosyal, dijital aracılarla gerçekleşerek bir mağdur oluşturur. Mağdurda psikolojik, akademik ve sosyal gerilemeler gözlenebilir (Salmivalli, 2010; Çankaya, 2011). Zorbalık davranışı hem maruz kalan bireyi hem de maruz bırakan bireyi olumsuz etkilemektedir. Mağdur bireyde içe kapanma, çekingenlik, düşük akademik başarı, anksiyete gibi istenmeyen durumlara neden olurken, maruz bırakan birey için de başarısız sosyal ilişkiler, antisosyal davranışlar, suç işleme ve uyumsuzluk gibi olumsuzluklara neden olabilir (Olweus, 1994). Maruz bırakan bireylerin Akran zorbalığının özellikle erkek çocuklarda maruz bırakan türünde fiziksel çeşidinin görüldüğü, kızlarda ise sözlü ve ilişkisel türünün yaygın gözlendiği bildirilmiştir (Menesini ve Salmivalli, 2016).

Ebeveynlerin boşanması çoğunlukla çocukluklar üzerinde de olumsuz etkilere neden olabilir. Boşanma çocuklarda duyuşsal, davranışsal, akademik ve sosyal sonuçlara neden olabilir. Boşanma süreci çocuklarda duyuşsal olarak öfke, kaygı, suçluluk, yalnızlık; Davranışsal olarak, okulda uyum sorunları, odaklanmakta güçlük; Akademik olarak duyuşsal ve davranışsal süreçlerle bağlantılı olarak başarı düşüşü gibi sonuçlara neden olabilir. Boşanmanın olumsuz etkileri belirtildiği gibi ifade edilse de kalıtsal, mizaci ve boşanma sürecinin sağlıklı yönetilebilmesi gibi faktörlere bağlı olarak farklılık gösterebilir (Jeynes, 2000; Wallerstein ve Lewis, 2004; Öngider, 2013.)

2.4.6. Çocukluk Çağı Yaşantıları ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde çocukluk çağı yaşantıları ile ilgili Türkiye'de ve Dünya'da yapılan bilimsel çalışmalara dair bulgulara yer verilmiştir.

2.4.6.1. Çocukluk Çağı Yaşantıları ile İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar

Yıldız ve ark. (2021), ortaokul öğrencileri ile yaptıkları kaliteli okul yaşantıları ile ilgili araştırmada sağlıksız öğrenme ortamı, yetersiz öğretmen desteği ve öz-yetersizlik algısına sahip çocukların olumlu benlik geliştirme ve sağlıklı bir yaşam yaratmada dezavantajlı konumda olduklarını ortaya çıkarmıştır.

Uluğtekin (1977)'in anne ve baba davranışı üzerinden yaptığı araştırmada, reddedici anne tutumu ile antisosyal davranışın ve uyum problemlerinin pozitif yönde ilişkisinin olduğunu, baba tutum ve davranışının ise herhangi anlamlı bir farklılığa

neden olmadığı durumu açıklanmıştır. Bu araştırma, anne ile olan ilişkilerin daha yoğun ve anlamlı olduğunu, baba ile olan ilişkilerin ise daha yüzeysel ve sınırlı olduğunu ortaya koymuştur.

Şanlı ve Öztürk'ün (2015) aktardığına göre ülkemizde yapılan araştırmalarda, demokratik tutuma sahip anne babaların çocuklarında, içsel denetim, problem çözme becerisi, özerklik ve benlik saygısı gibi olumlu özelliklerin yüksek olduğu; Otoriter-baskıcı ebeveynlik tarzını uygulayan ailelerin çocuklarında ise davranış sorunları ve negatif duyguların ağır bastığı yoğun olarak gözlenmektedir.

Hıdır ve Kılınç'ın (2023) sosyal hizmet alanı ve özellikle korunmaya ihtiyacı olan çocuklarla yapmış oldukları araştırmanın bulgularına göre, boşanma sonucu aile bütünlüğünün bozulması, ebeveynler ile çocuklar arasındaki ilgi, sevgi eksikliği, üvey anne-babaların varlığı, yoksulluk, hane içi işlev bozuklukları, ihmal ve istismar yaşantıları risk faktörü altında incelenerek olumsuz çocukluk çağı deneyimlerine dahil edilmiştir.

Yapılan araştırmalar, çocukluk çağında maruz kalınan olumsuz yaşam deneyimlerinin bireyin yetişkinlik döneminde negatif yansımalarının olabileceğini, bireyin davranış kalıplarına, psikolojik sağlamlığına, benlik saygısında ve sosyal ilişkilerinde dezavantajlı bir konuma itilebileceğini ortaya koymuştur (Oğuz vd., 2022).

Lise öğrencilerinin olumsuz çocukluk deneyimleri ve aleksimi (duygu körlüğü) düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada olumsuz çocukluk deneyimleri ölçeğinden yüksek puan alan bireylerin, aleksimi düzeyleri de yüksek bulunmakla beraber benlik ve öz şefkat düzeylerinin düşük olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Yapılan araştırma sonucu elde edilen bulgular ile alanyazında benzer konularda yapılan araştırmaların benzer bulgular taşıdığı ifade edilmektedir (Yukay-Yüksel ve Yavuz, 2023).

Üniversite öğrencileri ile yapılan bir araştırmada: Çocukluk döneminde olumsuz deneyimler yaşamak bireyin ruhsal dünyasında her zaman bir bozulmaya yol açmasa da yaşam kalitesinde düşüşe, uyumsuz şemalar ve olumsuz otomatik düşüncelerde artışa; Sosyal işlevsellikte bozulmaya yol açabilir. Çocukluk çağı olumsuz deneyimleri, üniversite düzeyindeki yetişkinlerin ruh sağlığında anksiyeteli düşüncelerin daha sık gözlenmesine sık sık maruz kalınan kaygının ise depresyon

düzeylerinde artışa neden olabileceğini ortaya koymuştur. Kişilerin ruh dünyasına olumsuz etkilerinin olduğu yapılan pek çok araştırmaya göre ortaya konulan olumsuz çocukluk yaşantılarına, daha etkin ve önleyici psikososyal hizmetler sunularak hissedilen negatif ruhsal sonuçların tesiri azaltılabilir (Gündüz ve Gündoğmuş, 2019).

Olumsuz çocukluk deneyimine sahip olmanın, yaşamın beklenen akışındaki beklenen görevleri yerine getirmede aksaklıklara yol açabileceği alan yazındaki bulgulardandır. Örneğin lise ve üniversite öğrenimine devam etme ve başarılı iş yaşamı geçirme deneyiminin zorlaşması, beraberinde yetişkinlikte kaygı, stres, sağlıklı ilişkiler kurma konusundaki başarısızlıklara yol açabildiği değerlendirilmektedir (Karadeniz, 2024).

Erus vd. (2024) tarafından olumsuz çocukluk deneyimlerinin mutlulukla olan ilişkisi ve etkileri üzerine bir araştırma ortaya koyulmuştur. Söz konusu araştırmaya 266 kadın ve 42 erkek olmak üzere toplam 308 birey katılım göstermiştir. Araştırmada aile bütünlüğü duygusu da ara değişken olarak yer almıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre olumsuz çocukluk yaşantılarının mutluluğu negatif yönde etkilediği yani azalttığı görülmüştür. Bu zeminde olumsuz çocukluk deneyimlerinin aile bütünlüğünü de riske ettiği görülmektedir. Aile uyumunun ve işlevsel aile öğretilerinin ise olumsuz çocukluk deneyimlerine karşı koruyucu olabileceği saptanmıştır.

Bırni vd. (2025) tarafından, olumsuz çocukluk deneyimlerine sahip bireylerin yetişkin ruh sağlığını yordama üzerinde özeleştirel düşünme ve psikolojik esneklik rolü ile seri aracılık etkisini incelemişlerdir. Araştırmaya 319 kadın ve 131 erkek olmak üzere toplamda 450 yetişkin birey katılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre olumsuz çocukluk yaşantıları deneyimlemiş bireylerin, yetişkinlik döneminde psikolojik esnekliği kısmi veya kademeli sağlamış olmalarının daha yüksek psikolojik dayanıklılık sağladığı ve ruhsal buhranlarla daha etkili mücadele ettiği sonucu ortaya konmuştur. Ayrıca çocuklukta bir büyüğü tarafından eleştirilmeye maruz kalarak olumsuz çocukluk yaşantısı tecrübe eden bireyin, yetişkinlikte öz eleştiriye daha aç olduğu ve diğerlerinden daha fazla kaygı yaşadığı doğrulanmıştır. Yıkıcı eleştirilme, aşağılanma, yargılanma gibi olumsuz durumlara maruz kalan çocukların yetişkinlikte olumsuz inançlar geliştirme, biliş ve nöropsikolojik alanda yıpranma ile karşılaşabilmeleri olasıdır.

2.4.6.2. Çocukluk Çağı Yaşantıları ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar

Whitfield vd. (2005) tarafından ABD'de çocukluk yıllarında deneyimlenen olumsuz yaşantı tecrübelerinin gelecekteki halüsinasyon görme ile arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma yapılmıştır. Araştırmada anket yoluyla ulaşılan hazır veri setlerinden yararlanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre çocuklukta travma yaşantısı geçirmiş bireylerin, gelecekte halüsinasyon görme deneyimi arasında güçlü bir ilişki tespit edilmiştir.

Lacey vd. (2020) tarafından çocukluktaki olumsuz yaşantıların yetişkin ruh sağlığı ve hormonal düzen ile olan bağlantısı boylamsal analizle incelenmiştir. Çalışmaya dahil edilen olumsuz deneyimler: Anne baba ayrılığı, ebeveyn alkol sorunları, ebeveyn ruh sağlığı sorunları, ebeveynler tarafından ruh sağlığı ile ilişkili davranışlara maruz kalmak, madde kullanımı, suç işleme vb.'dir. Belirtilen olumsuz çocukluk deneyimlerinin bireylerin bağışıklık sistemi ile olan ilişkisini incelemek amaçlanmıştır. Olumsuz çocukluk deneyimlerinin, bireyin bağışıklık sistemindeki koruyucu salgılarla olan ilişkisinde; Ebeveyni boşanmış, ayrılmış çocukların daha yüksek seviyede İnterlökin-6 hormonu barındırdığı ve olumsuz çocukluk deneyimleri ile ilişkide olduğu tespit edilmiştir. Aynı hormona etki eden olumsuz çocukluk yaşantılarından ebeveyn alkol sorunları, ebeveyn ruh sağlığı sorunları, ebeveyn mahkumiyet durumu ve duygusal istismar ise daha düşük düzeyde ilişkili olarak bulunmuştur.

Daines vd. (2021) tarafından çocukluk çağı yaşantılarının yetişkinlikte aile sağlığına etkileri hakkında bir araştırma yapılmıştır. Söz konusu çalışmaya yetişkin 1030 birey katılmıştır. Araştırmada bireylerin çocukluk deneyimlerinin yanı sıra bazı demografik değişkenler açısından da değerlendirme yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, olumsuz çocukluk çağı yaşantılarının aile sağlığını olumsuz etkilediği yönündedir. Olumsuz çocukluk çağı yaşantıları ile aile sağlığı arasında gözle görülür bir negatif ilişki söz konusudur. Bununla beraber olumsuz çocukluk yaşantıları deneyimlediklerini bildiren katılımcıların hatırı sayılır bir bölümü, yetişkinlikte kaygı ve depresyon gibi negatif duygu yoğunluklarını hissettiklerini bildirdiler. Olumlu çocukluk yaşantılarının ise gelecekte yetişkinlerin kurdukları aile birlikteliğinin sağlıklı olmasını yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Geng vd. (2021) tarafından Çin Halk Cumhuriyeti'nde yaşayan Çinli yetişkinlerin çocuklukta maruz kaldıkları olumlu ve olumsuz deneyimlerin uyku ve uykusuzluk düzenleri ile ilişkisi araştırılmıştır. Çalışma bir kohort çalışması olup bir okulun ebeveyn-veli grubundan oluşmakta olup 2367'si erkek, 4878'i kadın olmak üzere toplam 7245 kişiden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre demografik değişkenlerden yaş ve cinsiyet ile olumlu çocukluk deneyimleri arasında anlamlı bir farka rastlanmamış, olumlu çocukluk deneyimlerinin ise yetişkinlikte uykusuzluğa karşı koruyucu etkilerinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Olumsuz çocukluk deneyimlerinin depresyon, Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB) ve uykusuzluğa aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Leza vd. (2021) tarafından çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ve madde kullanım bozukluğu rahatsızlığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Buna göre çocukluğunda aile içi şiddete tanık olmaktan ziyade fiziksel ve cinsel istismar gibi doğrudan travmatik yaşantıyı deneyimleyen çocukların gelecekte madde kullanımı ve madde kullanım rahatsızlığı ile daha kolay karşılaşabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Madde kullanım bozukluğu tedavisi gören çoğu yetişkin ve ergen bireyin çocukluğunda olumsuz deneyimlere maruz kalmış olduğu görülmüştür.

Wang vd. (2021) tarafından olumsuz çocukluk deneyimlerinin, ergen bireyler üzerindeki depresyon ve kaygı düzeylerine etkilerini araştıran bir çalışma yapılmıştır. Araştırma boylamsal bir çalışma olup, veriler ABD'de çeşitli yaş grubundaki ve ergenlerdeki deneyimlerin anketler vasıtasıyla bir Amerikan kuruluşunca toplanması ile oluşturulmuş, hazır veri setleridir. Araştırmada çocuklukta kötü muameleye maruz kalan çocuklar ve aile işlev bozukluğu yaşayan çocuklar ön plandadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, özellikle aile işlev bozukluğuna maruz kalan çocukların ergenlik döneminde depresyon ve kaygı yaşaması ihtimalinin arttığı, kötü muameleye maruz kalan çocuğun ise ergenlik döneminde kaygı düzeyinin artış gösterdiği bulgusuna ulaşılmıştır. Çalışmada özellikle ailede, arkadaş çevresinde ve okulda karşılaşılan olumlu muamelelerin, sevginin, ilginin, duygusal desteğin, sağlıklı iletişimin vb. olumlu yaşantıların bireyin ergenlik döneminde bahsedilen riskli yaşantılarına karşı koruyucu faktörler olarak öne çıktığı saptanmıştır.

Finlay vd. (2022) tarafından olumsuz çocukluk çağı yaşantılarının bireylerin yetişkinlik dönemine etkileri "allostatik yük" özelinde incelenmiştir. Allostatik yük,

bireyin süreğen stresinin uzun vadede yarattığı etkilere denir. Araştırma metaanaliz yoluyla elde edilen bir çalışmadır. Olumsuz çocukluk deneyimlerinin bireyin yaşantısında sağlığını negatif anlamda etkilediği, stres tepkilerine yol açtığı, bununla beraber allostatik yükünü artırdığı bulgularına ulaşılmıştır. Ayrıca olumsuz çocukluk çağı yaşantılarının bireyin sağlık sorunlarına neden olduğu, obezite, depresyon, hipertansiyon, kardiyovasküler rahatsızlıklar gibi sayıca da çoğaltılabilecek pek çok rahatsızlığa neden olabilecek etkide olduğu saptanmıştır.

Han vd. (2023) tarafından yapılan araştırmada olumlu çocuk deneyimleri ve olumsuz çocukluk deneyimlerinin kıyaslaması yapılmış, koruyucu faktörler ve olumsuz çocukluk deneyimlerinin etkisinin azaltılması amaçlanmıştır. Araştırma daha önceden yapılan bilimsel çalışmaları bir araya getirip değerlendiren bir metaanaliz çalışmasıdır. Araştırma, bireylerde olumlu ve olumsuz çocukluk deneyimlerinin bir arada bulunabileceğini, olumlu çocukluk yaşantılarının bireyin çocuklukta karşılaştığı kötü muamele ve deneyimlere karşı koruyucu bir faktör olarak öne çıkabileceğini ortaya koymuştur. Bununla beraber çocukluktaki olumlu deneyimlerin bireyin yetişkinliğinde pozitif yansımalarının olabileceğini, psikolojik sağlamlığı ve dayanıklılığı artırabileceği, daha düşük düzeyde anksiyete ve depresyon bildirilebilme olanağı sağlayabileceğini saptamıştır.

Almeida vd. (2024) tarafından Portekiz'de yapılan bir araştırmada, yetişkinlerin saldırganlık eğilimleri ile olumsuz çocukluk çağı deneyimleri arasındaki ilişki incelenmiş ve olumlu çocukluk deneyimleri de düzenleyici değişken olarak kabul edilmiştir. Araştırmaya 1080 kadın ve 461 erkek olmak üzere toplamda 1541 Portekizli yetişkin katılımcı dahil edilmiştir. Araştırmada en fazla bildirilen olumsuz deneyim duygusal istismar olarak kaydedilmiştir. Çalışmaya göre kadınların erkeklere nazaran daha fazla olumsuz çocukluk çağı deneyimi bildirdiği saptanmıştır. Bunun nedeni olarak kadınların erkeklere nazaran çocukluktaki cinsel istismarı daha fazla bildirme eğiliminde olabileceğini, evde erkeklere nazaran daha fazla vakit geçirmelerinin bu deneyimlere daha fazla maruz kalma ihtimalini artırabileceğini ve geçmişten bugüne kadınların olumsuz deneyimlere daha fazla maruz kalma mirasının olabilmesi ihtimali olarak ifade edilmiştir. Araştırma bulgularına göre, olumsuz çocukluk deneyimleri ile saldırganlık davranışları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Kadınların öfke davranışları daha sık gözlenirken sözel ve fiziksel saldırganlığın erkeklerde daha fazla gözlendiği açıklanmıştır. Olumlu

çocukluk deneyimlerinin ise yetişkinlikte refah düzeyini artırdığı, olumsuz deneyimlerin izlerini azaltmada yardımcı olduğu, psikolojik dayanıklılığı artırdığı ve saldırganlıktan ziyade, çevre ile daha anlamlı ilişkiler kurulmasını kolaylaştırdığı ifade edilmiştir.

Daníelsdóttir vd. (2024) tarafından İsveç örnekleminde çocuklukta olumsuz yaşantılara maruz kalmanın yetişkinlikte psikiyatrik rahatsızlıklara yakalanma olasılığına etkisini incelemişlerdir. Araştırma geniş bir katılımcı grubu ile ikiz bireyler üzerinde yapılmıştır. Çalışma sonuçları, çocukluğunda cinsel istismar yaşayan bireylerin, anlamlı olarak psikiyatrik rahatsızlık yaşama ihtimalinin arttığını ortaya koymuştur. Ayrıca ikizinden farklı olarak birden fazla olumsuz çocukluk deneyimine şahit olan bireyin yetişkinlikte psikiyatrik bozukluk tanısı alma ihtimalinin daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Potter vd. (2024) olumsuz çocukluk deneyimlerinin, sağlık ve öznel iyi oluşla ilişkisini ele aldıkları bir bilimsel çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın örneklem grubunu yetişkin ve yaşlı bireyler oluşturmuştur. ABD'de yetişkin ve yaşlı bireyler üzerinde uygulanan uzun süreli hazır veri toplama setlerinden yararlanılmıştır. Elde edilen sonuçlar, çocuklukta maruz kalınan özellikle fiziksel ve cinsel istismarın yetişkinlikte ve yaşlılıktaki öznel iyi oluşu etkilediği yönündedir. Ayrıca bulgular, olumsuz çocukluk deneyimlerinin, yetişkin bireylerin sağlıklı olma halini de negatif etkileyebildiğini ortaya koymaktadır.

Govender vd. (2025) tarafından ABD'de olumsuz çocukluk çağı yaşantılarının yetişkinlikte madde kullanımı ve intihara bağlı ölümlere ne düzeyde etki ettiğini konu edinen bir araştırma yapılmıştır. Araştırma 1959-1966 yılları arasında doğan 49.853 çocuğun 2016 yılındaki ulusal ölüm endeksi verileri kullanılarak çocuklukta olumsuz deneyim yaşama durumları ile kıyaslanmıştır. Araştırmada olumsuz çocukluk deneyimleri tanımına, aile istikrarsızlığı, ebeveyn sertliği ve ihmali, yoksulluk ve kalabalık konut, ebeveyn ayrılığı gibi dezavantajlı deneyimler dahil edilmiştir. Belirtilen deneyimler, özellikle yoksulluk temelli demografik dezavantajları içermektedir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre bu örneklem grubunda olumsuz çocukluk deneyimlerine maruz kalmak, madde kullanımı ve intihara bağlı ölümleri arttırabilir. Araştırmacıların bu çalışmadan çıkarımları arasında, sosyoekonomik yoksunluğun, çocuklukta olumsuz deneyimleri

artırabileceğini, bu durumun da travma ve şiddet potansiyeli ile bireyde; Madde kullanımı ve intihar riskini artırdığı yönündedir.

2.5. Maddi Kaygı

Kaygı, bireyin gelecekte gerçekleşmesini umduğu, yaygın bir tehdit olarak gördüğü, nesne, durum veya edime karşı yaşanan endişe, gerginlik ve hatta fizyolojik tepkilere neden olabilecek psikolojik, bilişsel olarak devam eden bir tepkidir (APA, 2025).

Bireyin yaşantısında var olan bir değerin olmaması veya olma düzeyinin azalması da kaygıya yol açabilir. Ekonomik kısıtlılıklar sonucu bireyin konforunda meydana gelen maddi azalma bireyde endişe, kaygılı düşünce ve davranışlara neden olabilir. Son yıllarda ülkemizde ve dünyada kendisini hissettiren ekonomik kısıtlılıkların insan yaşantısında tehdit unsuru haline gelerek yaşantıyı, psikolojik iyi hali etkilediği yapılan çalışmalar sonucu ortaya konmuştur (Richardson vd., 2013; Ayvaz ve Şahin, 2024).

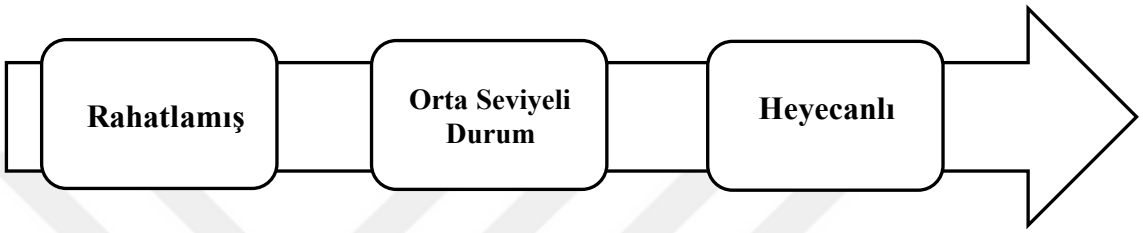
Maddi kaygı, ekonomide yaşanan olumsuz durumların gerek makro düzeyde gerekse bireysel düzeyde hissedilerek, duygusal ve yaşantısal bir tepki verme hali olarak ifade edilebilir. Bu olumsuz durumlar yaşam standartlarının düşme endişesi veya düşmesi, geçim zorluğu yaşanması, geleceğe yönelik güvende hissedememe olarak karşımıza çıkabilir. Maddi kaygı bireyin ekonomik yoksunluk sonucu psikolojik olarak etkilenme, kaygı belirtileri gösterme, yaşantısının akışından eskisi kadar verim alamama şeklinde ortaya çıkabilir (Archuleta vd., 2013; Arpacı ve Özek, 2019; Ryu ve Fan, 2022).

Yapılan araştırmalarda (Easterlin, 2001; Killingsworth, 2021; Killingsworth vd. 2023) maddi gelir düzeyi ile bireyin refah ve mutluluk düzeyi arasında ilişki olduğu ortaya konmuştur. Maddi gelir ve mutlulukla ilişkili yapılan çalışmalar gelir düzeyinin belli bir seviyenin üzerine çıkması ve süreğen olarak yükselmesinin mutluluğu aynı düzeyde artırmadığını ortaya çıkarmıştır (Kahneman ve Deaton, 2010; Killingsworth vd. 2023). Belli bir maddi seviyeye erişmenin ardından yükselen ekonomik durum kişilerin mutluluğunu aynı oranda etkilememektedir. ABD'de 1973-2004 yılları arasında kişisel milli gelir hemen hemen iki katına çıkarken mutluluk düzeyinde gözle görülür artışlar olmamıştır. Araştırmalar bireylerin belli

bir maddi güce eriştikten sonra daha çok kişisel ve sosyal donatılarının önemli hale geldiğini ortaya koymuştur (Veenhoven ve Dumludağ, 2015).

ABD'de yapılan bir araştırmada stres faktörlerinin başında para, iş ve ekonomik durum gelmektedir. Hal böyle iken kişinin ekonomik kazancını yapılandırması aynı zamanda bunların kendisine ve ailesine olan yansımasını duygusal olarak yönetmesi de önemlidir.

Şekil 3. Uyarılma Evreleri



Kaynak: Grable vd., (2015)

Alan yazında finansal yönetimin finansal kaygı ile olan ilişkisi bulunmakla beraber uygun olmayan finansal yönetimin kişinin yönetmekte zorlanabileceği seviyeye gelerek kaygı ve strese yol açabileceği öngörülmektedir. Şekil 2'de uygun finansal yönetim sağlayamayan bireyin uyarılma ve kaygı evreleri gösterilmektedir. Kişinin yaşayacağı maddi kaygının belirtileri normal kaygı belirtileri ile aynıdır. Kaygı ile başa çıkmakta savaş veya kaç tepkisi gösterilebilir. (Grable vd., 2015).

Ekonomik ve maddi kaygı yaşamak kişinin mesleği ile de ilişkilidir. Yetgin (2017) tarafından yapılan araştırmada maddi kaygıların mesleki tükenmişlikle de ilişkili olabileceğini, maddi kaygılar arttıkça tükenmişliğin de arttığı sonucunu ortaya koymuştur. Turist rehberleri üzerinde yaptığı çalışmada, rehberlerin ekonomik kaygı düzeylerinin yüksek olduğu, mesleklerinden elde ettikleri kazancın ülkenin makro ekonomi politikalarının da etkisi ile düşük olmasının ekonomik kaygıları ve geleceğe yönelik endişeleri de beraberinde getirerek tükenmişlik düzeyine etki edebileceğini ortaya koymuştur.

Son yıllarda özellikle artan ekonomik sıkıntıların finansal alanı yönetmeyi önemli ve kaçınılmaz kıldığı anlaşılmıştır. Gençler arasında yapılan araştırmalarda üniversite öğrenimi ve sonrasındaki mesleki sürecin yaşama sunduğu mali reçetenin kişilerin

endişe ve kaygılarını arttırdığı, gelecekte zorluk yaşamalarına dair beklentilerin oluşmasına neden olduğu görülmektedir (Zaoming vd., 2021).

Maddi kaygılara karşı bireyin kendisini korumanın önemli sağlayıcılarından birisi öz yetkinlik inancı, diğeri de finansal bilgidir. Finansal kaynağını, bireysel finansal bilgi ve becerisi ile kendine güvenerek yöneten bir bireyin maddi kaygı ile baş etmede kazançlı çıkacaktır (Lee vd., 2023).

2.5.1. Ekonomik Kısıtlılık (Maddi Yoksunluk)

Ekonomik kısıtlılık veya maddi yoksunluk çoğunluğun gereksinim olarak kabul ettiği ihtiyaç ve istekleri karşılamaktaki güçlük olarak ifade edilebilir. İhtiyaçları karşılayabilme oranının düzeyi ekonomik ve maddi düzey hakkında ipuçları verebilir.

Bireyin ekonomik kazanç sağlamasının nedenlerinden bir tanesi de günlük yaşantısını daha konforlu hale getirmek, beklentilerine ulaşma gayreti olarak da ifade edilebilir. Maddi yoksunluk yaşama veya ekonomik kısıtlılıklara maruz kalma, bireyin yaşantısındaki ihtiyaçlarına, hobilerine ve isteklerini karşılayamama veya karşılayabilme düzeyine göre değişkenlik gösterebilir. EUROSTAT'a (Avrupa İstatistik Ofisi) göre aşağıdaki durumlar maddi yoksunluğun olup olmadığı hakkında bilgi verebilir.

Tablo 1. EUROSTAT'a Göre Hane Beklentileri

İpotek veya kira ödemeleri, kamu hizmeti faturaları, işe alma taksitleri veya diğer borç ödemeleri
Bir hafta evden uzakta tatil
İki günde bir et, tavuk, balık veya vejetaryen eşdeğeri olan bir yemek
Beklenmeyen finansal giderler
Bir telefon (cep telefonu dahil)
Bir renkli TV

Bir çamaşır makinesi

Bir Araba

Evi yeterince sıcak tutmak için ısıtma

Kaynak: Turgut (2021, sf. 72)

EUROSTAT verilerine göre Tablo 1'de yer alan dokuz maddeden en az üçünü karşılayamayan birey maddi yoksunluk yaşıyor olarak nitelenebilir. İlgili tabloda yer alan verilerden dört ve daha fazla maddeyi sağlayamayan birey ise ciddi maddi yoksunluk yaşıyor olarak ifade edilebilir (Turgut, 2021).

2.5.2. Maddi Kaygı ile Türkiye'de ve Dünyada Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde Maddi kaygı ile ilgili Türkiye'de ve Dünyada yapılan bilimsel çalışmalara dair bulgulara yer verilmiştir.

2.5.2.1. Maddi Kaygılar ile İlgili Türkiye'de Yapılan Araştırmalar

Muhasebe meslek elemanları üzerinde yapılan araştırmada, mesleğin başlangıç yıllarında deneyim eksikliği ile mesleki gelişimin inşa edildiği yıllarda ekonomik gelirin kısıtlı olduğu, bununla beraber meslek mensuplarının tükenmişlik yaşadığı anlaşılmıştır. İlerleyen dönemlerde uzmanlaşma-deneyim kazanma ile profesyonelleşen muhasebe uzmanlarının ekonomik gelir düzeyinin de artması ile birlikte maddi kaygıları ve tükenmişlikleri azalırken iş doyumunun arttığı bulgusuna ulaşılmıştır (Yalçın, 2018).

Arpacı ve Özek (2019) tarafından bankacıların örgütsel bağlılık ve ekonomik kaygı düzeyi arasındaki ilişkinin ele alındığı araştırmada, örgütsel bağlılık ile ekonomik kaygı arasında ilişki bulunmuştur. Buna göre ekonomik kaygı düzeyi, bireyin mensup olduğu iş grubuna olan bağlılığını da etkiler. Maddi kaygı yaşamamak bireyin iş tatminini artırarak üreteceği işini, ortaya koyacağı ürünün kalitesini de arttırır. Bu durum, kuruma olan aidiyete ve örgütsel bağlılığa olumlu etkilerinin olacağını ortaya koymuştur.

Aksu ve Orak (2022) tarafından Sağlık çalışanları üzerinde yapılan bir bilimsel araştırmada, COVID-19 pandemisinin finansal kaygı, iş yaşam dengesi ve sosyal izolasyon üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Araştırmaya ülkemizden 278 sağlık

çalışanı katılım göstermiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre sağlık çalışanlarının COVID-19 salgını sonrası maddi kaygılarının salgın öncesi maddi kaygılarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucu ortaya konmuştur. Elde edilen verilere göre pandemi döneminde sağlık çalışanı olan bireyler daha yoğun maddi kaygılar hissettiklerini belirtmişlerdir. Araştırmanın değişkenlerinin birbiri ile olan ilişkisine bakıldığında, sosyal izolasyon ile maddi kaygı arasındaki ilişki pandemi öncesi döneme göre, pandemi sonrasında daha yüksek ilişkili olarak bulunmuştur.

Özbilge vd. (2024) tarafından finansal kaygıların nedenleri, finansal bilinç ile olan ilişkileri, sağlık, eğitim, yaşlılık ödemler gibi gider kalemleri hakkında Aile Kaynak Yönetim Modeli baz alınıp hazır veri setleri kullanılarak bir çalışma yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçların demografik değişkenler boyutuna bakılırsa kadınların erkeklere nazaran daha fazla, düşük gelirlilerin de yüksek gelirlilere nazaran daha fazla maddi kaygı hissettiği bulgusuna ulaşılmıştır. Diğer ilgi çekici sonuca bakacak olursak daha eğitimli bireylerin belirtilen harcamalardan sadece sağlık harcamaları konusunda daha az maddi kaygı yaşadığıdır. Bunun yanı sıra finansal kaygıyı azaltmaya yönelik politikalar da önerilmiş olup, yalnızca gelir artışına odaklı olmayıp finansal okuryazarlık ve finansal bilincin de önemli bir finansal stres azaltıcı olabileceğini açıklamıştır.

Önem (2022), maddi iyi oluş ile ilgili üniversite personelleri üzerine gerçekleştirdiği araştırmada, 129 kişilik bir örneklem grubu ile çalışmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Finansal İyi Oluş Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın temel değişkenleri, bireylerin demografik durumlarıdır. Araştırmadan elde edilen sonuçlarda demografik farklılıkların finansal kaygı ile finansal iyi oluş arasında farklılık göstermediğidir. Sonuçlara göre, akademik ilerleme yaşayan personel, finansal açıdan kendisini geleceğe dönük daha umutlu olarak nitelemektedir. Elde edilen sonuçlara göre finansal iyi oluş ile cinsiyet, medeni hal, ebeveyn olmak, eğitim durumu gibi demografik özellikler arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Kaya (2024) tarafından Serbest Muhasebeci ve Mali Müşavirlerin (SMMM) finansal tutum ve karar alamaları üzerinde finansal kaygılarının etkisi araştırılmıştır. Söz konusu araştırmaya 120'si kadın, 280'i erkek olmak üzere toplam 400 muhasebe meslek elemanı katılım göstermiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, SMMM'lerin finansal davranışları üzerinde finansal kaygılarının etkili olduğu

saptanmıştır. Yine elde edilen diğer bir sonuca göre, SMMM'lerin finansal kararları üzerinde finansal kaygılarının etkisi vardır. SMMM'lerin finansal kaygılarının bazı demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da analiz edilmiş, cinsiyete göre, eğitim durumuna göre, yaş grubu değişkenine göre, çalışma süresi değişkenine göre finansal kaygı yaşamak ile söz konu değişkenler arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Karatepe vd. (2024) tarafından finansal kaygı ve diğer birkaç değişkenin hizmet çalışanları arasındaki kariyer bağlılığı üzerine etkisi, Türkiye'nin belli başlı illerinden katılım gösteren 388 birey ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, katılımcılar özellikler COVID-19 salgını döneminde aldıkları maddi yardımlar ve duygusal destekler sayesinde daha az maddi kaygı yaşadığı saptanmıştır. Finansal kaygı ile çalışmanın diğer bir değişkeni olan algılanan örgütsel destek ilişkisine bakıldığında ise algılanan örgütsel destek hisseden bireylerin, finansal kaygı düzeylerinde azalma gözlenirken bu durumun genel kaygı düzeylerine dahi olumlu etkilerde bulunduğu ortaya konmuştur.

2.5.2.2. Maddi Kaygılar ile İlgili Dünyada Yapılan Araştırmalar

Archuleta vd. (2013), tarafından üniversite öğrencilerinin genel finansal durumları, borçluluk durumları, finansal kaygıları, finansal memnuniyetleri üzerine 180 kişiden oluşan bir örneklem grubu üzerinde araştırma yapılmıştır. Yapılan araştırmadan elde edilen bulgulara göre, finansal memnuniyet düzeyi arttıkça finansal kaygı azalmakla beraber borçlu olmak ile finansal kaygı yaşamak arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Diğer bir değişken olan finansal bilgi ile finansal kaygı arasında da anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Zaoming vd. (2021) tarafından yapılan araştırmada, ABD ve Çin örneklemi üzerinde öğrenim gören uluslararası üniversite öğrencilerinin maddi kaygıları karşılaştırılmıştır. Araştırmaya 2017-2019 yıllarında üniversitede öğrenim gören 3953 öğrenci katılmıştır. ABD'de ki üniversite öğrencilerinin yarı zamanlı olarak farklı işlerde çalışmalarına müsaade edilirken Çin'de öğrenim gören öğrencilerin farklı işlerde çalışmalarına kanunen müsaade edilmediği bilinmektedir. Çin'de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin %13'ü finansal kaygı yaşamadıklarını belirtirken ABD'de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin %6'sının finansal kaygı yaşadığı bildirilmiştir.

Basyouni ve Keshky (2021) tarafından Suudi Arabistan'da kamu ve özel sektör çalışanları arasında gerçekleştirilen çalışmada COVID-19 salgını döneminde iş güvence eksikliği, ekonomik durgunluklar ve finansal kaygı değişkenlerinin birbirleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma 886'sı kadın, 309'u erkek olmak üzere toplamda 1109 kişilik bir örneklem grubu ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, kamu ve özel sektör çalışanlarında iş güvencesizliği ile maddi kaygı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptanmıştır. İş akışı ile maddi kaygı arasında ise negatif yönlü ilişki saptanmıştır. İş güvencesizliği ve finansal kaygı arasındaki ilişkide, iş akışı aracı değişken olarak anlamlı bulunmuştur.

Ryu ve Lu Fan (2022), tarafından ABD'de yapılan, finansal kaygılar ve psikolojik sıkıntılar arasındaki incelemeye yönelik yapılan bilimsel araştırmaya yaşları 18 ila 85 arasında değişen 22.682 Amerikan vatandaşı katılım göstermiştir. Araştırmada cinsiyet, medeni hal, ev sahibi olup olmama gibi unsurlar da çalışmada ara değişken olarak yer almıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, ekonomik zorlukların ve maddi kaygıların, psikolojik sıkıntılar ile anlamlı düzeyde ilişkisinin olduğu ortaya koyulmuştur. Araştırmanın ara sonuçlarında ise evli olmayanların, daha düşük gelir grubunda olanların ve ev mülkiyeti olmayanların daha uçta psikolojik sıkıntıları olabileceği fakat finansal kaygıların, cinsiyete göre herhangi bir değişiklik göstermediği ortaya koyulmuştur. Araştırmanın sonuçları çözüm önerileri ile de desteklenmiştir. Buna göre, psikolojik sorun yaşayan vatandaşların, ruh sağlığı merkezlerinde finansal durumlarının enflasyondan etkilenme boyutlarının dikkate alınmasının önemli olduğu; Üreticilerin, finans uzmanlarının ise, fiyat politikalarındaki güvenilirliği sağlama ve tüketicilerin strese girme nedenlerini göz önünde bulundurmaya dair adımlar atmasını önermiştir.

Lee vd. (2023) tarafından ABD'de finansal kaygı, finansal bilgi ve finansal özyeterlik arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma yapılmıştır. Araştırma için ABD'de ki bir kuruluşun hazır veri setlerinden yararlanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre finansal bilgi ve finansal öz-yeterliliği yüksek bireylerin daha düşük seviyede finansal kaygı yaşadığı ortaya konmuştur. Finansal bilgi ve özyeterliliği yüksek bireylerin maddi yönetimlerinin de bilinçli olduğu, kendilerini finansal anlamda geliştirmeye odaklı olmalarının, olumsuz maddi durumları yönetmede elverişli sonuçlar doğurabileceğini açıklamaktadır. Bununla beraber

araştırma sonuçları, bireyin finansal bilgisi yüksek olsa dahi, finansal öz yeterliği düşükse maddi kaygı yaşayabileceğini ifade etmektedir.

Hamididin ve Keshky (2023) tarafından Suudi Arabistan'da karanlık üçlünün (Antisosyal bireyler, narsist bireyler ve makyevelist bireyler) finansal kaygı aracılığıyla ne düzeyde yolsuzluk yapabileceğini açığa çıkarmak amacıyla gerçekleştirilen araştırmaya 505 kadın ve 192 erkek olmak üzere toplam 697 üniversite öğrencisi katılım sağlamıştır. Elde edilen sonuçlara göre, antisosyal davranış bozukluğu gösteren bireylerin, yolsuzluk davranışı ile ilişkili olmaları için finansal kaygı yaşamalarının gerekmediğidir. Finansal kaygının yolsuzluk yapma eğilimine neden olabilecek aracılık rolü makyevelizm ve narsisizm etkisindeki bireyler için desteklenmiştir. Buradan elde edilen sonuçlara göre, makyevelist ve narsist bireyler yüksek düzeyde maddi kaygı hissettiklerinde yolsuzluk yapmayı tercih edebilirler.

Gignac vd. (2023) tarafından finansal okuryazarlık, sözel zeka ile finansal kaygı arasındaki etki incelenmiştir. 582 gönüllü denek tarafından gerçekleştirilen çalışmanın sonuçlarına göre, sözel zeka, muhakeme becerisi ve finansal okuryazarlık arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Finansal kaygı ve finansal okuryazarlık arasında orta düzeyde negatif yönde ilişki tespit edilmiştir. Buna göre finansal okuryazar olmak maddi kaygıya maruz kalma ihtimalini azaltıcı etki gösterebilir. Ayrıca bireyin sözel kristalize zeka düzeyi ile maddi kaygı yaşaması arasında düşük düzeyde negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir.

Xiao ve Meg (2024) tarafından COVID-19 salgını öncesi ve COVID-19 salgını sırasında maddi yeterlilik faktörleri ile maddi kaygı arasındaki ilişkiyi karşılaştıran bir araştırma yapılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler, COVID-19 pandemisi öncesi maddi bilgiler ve yeterliliklerin maddi kaygı ile ilişkisi daha az önemliyken, salgın döneminde maddi bilgi ve yeterlilik faktörlerinin maddi kaygı ile daha fazla ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır. Ayrıca maddi bilginin maddi güvenle, maddi davranışın, maddi güvenle pozitif yönde anlamlı ilişkili olduğu saptanmıştır. Maddi kaygı ve diğer değişkenler arasındaki ilişkiye bakılacak olursa, maddi bilginin, maddi davranışın ve maddi güvenin maddi kaygı ile negatif yönlü ilişkisinin olduğu ortaya çıkarılmıştır. Elde edilen bulgularda, gelir düzeyinin pandemi öncesi ve pandemi sırasındaki maddi kaygılar hakkında önemli bir etkisinin olduğu ortaya

çıkmıştır. Buna göre yüksek gelir grubundaki bireyler pandemi sırasında maddi bilgi ve davranışın maddi kaygıyı etkilediği yönünde veri sunmuşlardır.

Ahamed vd. (2024) tarafından Polonya ve Çekya'da öğrenim gören üniversite öğrencileri arasında maddi kaygıya neden olabilecek durumlar çeşitli değişkenler aracılığıyla araştırılmıştır. Araştırmaya 265 lisans öğrencisi katılım göstermiştir. Elde edilen bulgulara göre, maddi kaygıya neden olan faktörler şu şekilde sıralanmıştır: Sınırlı düzeyde maddi bilgiye sahip olmak, kadın olmak, ebeveynle birlikte yaşamını sürdürmek, düşük miktarda algılanan aylık gelire sahip olmak, bekar olmak, uzun saatler çalışmak.

Adam vd. (2024) tarafından yapılan araştırmaya, Gana'nın Accra şehrinde COVID-19 kaynaklı ekonomik kriz sebebiyle işinden olan 457 yetişkin birey katılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, çalıştığı işyerinden çıkarılan bir bireyin maddi kaygı yaşayarak sosyal statüsünde kayıp yaşaması, saygı ve popülaritesinin azalmasına neden olarak sosyal-psikolojik refah mekanizmasının bundan zarar görmesidir. Araştırmanın bir diğer sonucu da işten çıkarılma sonucu maddi kaygı yaşayan bireyin, sosyal destek mekanizmalarında artış olması beklenirken tam aksi bir durumla karşılaşılmasıdır. Buradan çıkan sonuç, yapılan diğer araştırmalarla farklılık göstermektedir. Bunun sebebi pandemi döneminde benzer sosyal çevredeki bireylerin benzer iş kayıpları ve finansal sorunlar yaşamış olmaları olarak ifade edilebilir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırma, betimsel bir araştırma olup, tarama modelinde gerçekleştirilmiş kesitsel bir çalışmadır. Tarama araştırmasında, belirli bir grubun özellikleri belirlenir. Bu amaçla, çeşitli ölçeklerden yararlanılır. Ölçekler yolu ile bireylerden bilgiler edinilir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016). Kesitsel çalışmalar belli bir zaman diliminde bir kişi veya grup üzerinde yapılan gözlemleri içerir ve bu özellikler analiz edilir. Bu araştırmalar nedensel verilerle ilgilenmez sadece mevcut durum üzerine bir tanımlama sunar (Babbie, 2013).

3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Türkiye'nin çeşitli şehirlerinde yaşayan yaşları 22 ila 65 arasında değişen 400 birey olmak üzere yetişkinler oluşturmaktadır. Örneklemin yaş aralığı ve yetişkin çalışan bireyler olarak seçilme nedeni, ülkemizde çalışan grubun ağırlıklı olarak belirtilen yaş aralığında olması ve ilgili değişkenlerle alan yazında yetişkinlere yönelik yapılan çalışmaların sınırlı olmasıdır. Araştırmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örneklemede araştırmacı, yakın ve erişilmesi kolay olan bir katılımcı grubunu seçer (Kılıç, 2013).

Uygun örneklemede veriler, zaman, para ve işgücü gibi kolaylıklar sağlaması bakımından araştırmacının çevresinde, yakınında bulunan, erişimi kolay olan, tanıdık bildik çevrelerden toplanır. Bu örnekleme tipinde katılımcıların daha gönüllü olması beklenir. Bu örnekleme yönteminin yanlılık ve genellenebilirlik gibi bazı kısıtlamaları vardır. Yanlılık, veriler en kolay erişilebilen gruptan elde edildiği için sadece ulaşılabilen kişilerin cevaplarından oluşması nedeniyle risk içerir. Genelleme de ise katılımcı grubunun rastgele seçilmemesi nedeniyle verilerin evrene genellenemeyeceği ifade edilir (Aziz, 2011; Daşdemir, 2016).

Tablo 2'de çalışma grubundaki bireylerin demografik bilgileri yer almaktadır.

Tablo 2. Çalışma Grubuna Ait Demografik Özellikler

Değişken		**N**	**%**
Cinsiyet	Kadın	226	56.5
	Erkek	171	42.75
	Diğer	3	0.01
Yaş	22-32	164	41
	33-43	115	28.75
	44-54	55	13.75
	55-65	22	5.5
Eğitim Düzeyi	Okuryazar	1	0.25
	İlkokul	11	2.75
	Ortaokul	14	3.5
	Lise	49	12.25
	Üniversite	269	67.25
	Lisansüstü	56	14

Tablo 2'de görüldüğü gibi, araştırmanın çalışma grubunda 226 (%56.5) kadın, 171 (%42.74) erkek ve 3 diğer (0.01) yetişkin birey bulunmaktadır. Katılımcıların 164'ü (% 41) 22-32, 115'i (%28.75) 33-43, 55'i (%13.75) 44-54, 22'si (%5.5) 55-65 yaş aralığındadır. Eğitim düzeyini bildiren katılımcıların eğitim düzeylerine ait dağılımlar şu şekildedir: 1 (%0.25) okuryazar, 11 (2.75) ilkokul mezunu, 14 (%3.5) ortaokul mezunu, 49 (%12.25) lise mezunu, 269 (%67.5) üniversite mezunu, 56 (%14) lisansüstü eğitimdir.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veri toplama araçları: "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği", "Maddi Kaygı Ölçeği", "Çalışma İradesi Ölçeği", "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu" ve araştırma için araştırmacı tarafından oluşturulan "Kişisel Bilgi Formu" dur. İlgili ölçeklerin açıklamaları şu şekildedir:

3.3.1. Çocukluk Yaşantıları Ölçeği

Çocukluk Yaşantıları Ölçeği Manap (2015) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 12 maddelik, beşli Likert tipinde bir ölçektir. Ölçekten yüksek puan alınması olumsuz çocukluk yaşantılarının yüksek olacağı anlamını taşımaktadır.

Ölçek geliştirme aşamasında ölçeğin çalışma grubunu 2014-2015 yılında Batman ilinde öğrenim gören 775 lise ve üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Katılımcıların %42.8'ini erkek öğrenciler, %57.2'sini kız öğrenciler; Yine katılımcıların %44.51'ini yükseköğretim, %55.49'unu lise öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma grubunun yaş ortalaması ise 17.05 olarak hesaplanmıştır.

Maddeler ilgili literatür incelenerek maddeler oluşturulmuş, ayrıca Akın ve Uysal (2012) tarafından Türkçeye uyarlanan Çocukluk Dönemi Mutluluk/Huzur Anıları Ölçeği ve yine Akın ve Uysal tarafından (2012) dilimize uyarlanan Çocukluk Deneyimleri Ölçeği'nden de faydalanılmıştır. Türkçe dil bilgisi ve anlam bütünlüğünü sağlamak amacıyla bir Türk Dili uzmanı tarafından düzenlemeye tabi tutulmuştur.

Çocukluk Yaşantıları Ölçeği dört alt boyuta ayrılmıştır: Aile Yaşantısı, Okul Yaşantısı, Sosyal Yaşantı, Kişisel Yaşantı ve 34 madde olarak tasarlanmıştır. Elde edilen veriler, açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ile sınanmıştır. Sonuç olarak; yapılan analizlere göre kişisel yaşantılar alt boyutu sosyal yaşantılar alt boyutu ile birleştirilerek üç alt boyut ve on iki madde olarak ölçeğe son şekli verilmiştir. Her alt boyut 4 maddeden oluşmaktadır. Buna göre; 1, 2, 3, 4 Aile Yaşantısı; 5, 6, 7, 8 Okul Yaşantısı, 9, 10, 11, 12. Maddeler ise kişisel-sosyal yaşantı alt boyutlarını ölçmektedir. Okul yaşantıları alt boyutunda 11. ve 14. Maddeler ters puanlanarak değerlendirilecek, alt boyutların puan aralığı ise 4 ila 20 arasında olacaktır.

Ölçeğin geçerlik çalışması yapılmıştır. Ölçeğin geçerlilik çalışmasını yapmak üzere, lise ve yükseköğrenim öğrencileri üzerinde test edilmesi, açımlayıcı faktör analizi, özgün yanlarının uyumunu incelemek, maddelerin birbirleri arasındaki ilişkileri ve maddelerin temsil gücünü incelemek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi kullanılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına göre, ölçeğin alt boyutlarından aile yaşantısı boyutunun .72 ile .80, kişisel sosyal yaşantı boyutunun .65 ile .75, okul yaşantısı boyutunun .51 ile.84 puan arasında değiştiği bulunmuştur. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda üç alt boyutun geçerliliğini değerlendirmek amacıyla Amos

18 programı aracılığıyla doğrulayıcı faktör analizi yöntemi kullanılmıştır. Buna göre uyum indeksleri şu şekilde bulunmuştur: *x2* : 103.509 (*sd* = 51, *p* <.001), *x2/sd*= 2.031 (Kabul edilebilir), RMSEA= 0.059 (Kabul edilebilir), AGFI= 0.922 (Mükemmel), CFI= 0.948 (Kabul edilebilir), NFI= 0.904 (Kabul edilebilir), anlamlılık düzeyi 0.000 (Mükemmel). Tüm modele ilişkin değerlerin kabul edilebilir veya mükemmel düzeyde veriye sahip olduğu görülmektedir. Faktörler arasındaki ilişkilerin sonuçlarına bakacak olursak aile yaşantıları ile kişisel-sosyal yaşantılar boyutlarının değeri .43; aile yaşantıları ile okul yaşantıları alt boyutlarının değeri .07; kişisel-sosyal yaşantılar ile okul yaşantıları alt boyutlarının değerinin ise .10 olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgulara göre; alt boyutların birbirleriyle ilişkisiz olduğu bu nedenle alt boyutların birbirlerinden bağımsız yapılara sahip olduğu; ayrı ayrı puanlanması gerektiği anlaşılmıştır.

Ölçeğin güvenirlik çalışması yapılmıştır. Çalışmanın güvenirlik katsayısını bulmak amacıyla likert tipi derecelendirme ölçeklerinde kullanılan Cronbach Alfa katsayısı yöntemi kullanılmıştır. Geçerlik sonuçlarına göre alt boyutların bağımsız bulunması sonucu alt boyutlara ayrı ayrı güvenirlik çalışması yapılmıştır. Buna göre Aile yaşantısının .82 okul yaşantıları alt boyutunun .77, kişisel sosyal yaşantı alt boyutunun .70 olduğu saptanmıştır. Az sayıda maddeli formlarda .60 üstü değerlerin güvenilir olduğu sonucundan hareketle ölçeğin alt boyutlarının güvenilir olduğu söylenebilir. Bu araştırmada hesaplanan Cronbach Alfa değeri ise .82'dir.

Ölçeğe ilişkin yapılan çalışmaların sonuçlarına bakıldığında, ölçeğin üç alt boyutunda dörder maddeden toplamda 12 maddeden oluşacağı, okul yaşantısı boyutundaki 5.ve 7. Maddelerin ters puanlanacağı, ölçeğin alt boyutlarının puanlanmasının ayrı ayrı yapılmasının, ölçekten yüksek puan alan bir bireyin olumsuz çocukluk yaşantılarına maruz kalmış olabileceğinin, çalışmanın geçerli ve güvenilir sonuçlar vereceği, ölçeğin çocukluk ve ergenlik dönemlerindeki yaşantılara dair ipuçları vereceği ve yapılacak çalışmalarda alan yazına katkılar sunacağı öngörülmektedir (Manap, 2015).

3.3.2. Maddi Kaygı Ölçeği

Maddi Kaygı Ölçeği, Ayvaz ve Şahin (2024) tarafından aynı adlı yabancı ölçeğin Türkçeye uyarlanması ile elde edilmiştir. Ölçek tek boyut ve 7 maddeden oluşmaktadır. 7'li likert tipi derecelendirme ölçeği olarak geliştirilmiştir. Ölçeğin

puanları 7 ila 49 arasında değişmekte ve ölçekten yüksek puan almak yüksek maddi kaygı taşındığı anlamına gelir. Ölçeği geliştirmek amacıyla ilgili literatür araştırması yapılmıştır. Günümüz küresel koşulları ve buna bağlı ekonomik durumların insan hayatına ve ruhsal sağlığına doğrudan etki etmesi öngörülmektedir. Zorlu ekonomik koşullar, geçim sıkıntısı, fiyat artışı gibi durumlar insanın temel ihtiyaçlarını ve kendisini mutlu eden aktivitelerin azalmasına, bu da kişinin mutluluk düzeyine etki etmesine neden olabilir (Blanchflower vd., 2014; Helliwell & Huang, 2014; van Hal, 2015). Bu yaşantıların sonucu kaygılı duygu durumlarını olağan bir sonuç haline getirebilir. Maddi kaygı, yaşanan maddi anksiyetenin duygu boyutuna yansıması sonucu mutluluk düzeyine negatif bir etkide bulunabilir.

Ölçeğin, uyarlama çalışmalarında örneklem grubunu üniversite öğrencileri ve yetişkinler oluşturmaktadır. Uygulama sonucu uç değerler ölçekten arındırıldıktan sonra geçerlik çalışmaları için doğrulayıcı faktör analizi 314 kişiye, güvenirlik çalışmaları için test-tekrar-test yöntemi kullanılarak sağlanmıştır.

Ölçeği uyarlama çalışmalarında yazarlardan gerekli izinler alınmış, ölçekte bulunan maddeler dil uzmanları ve alan uzmanlarının oluşturduğu komisyonlarca değerlendirmelere tabi tutulmuş, sınamalar yapılmış, anlam bütünlüğü sağlanması için sınamalardan geçmiş ve son halini almıştır.

Ölçeğin orijinali bireylerin maddi kaygılarını tespit etmek amacıyla Archuleta vd. (2013) tarafından 7'li likert tipi derecelendirme seçeneği ile oluşturulmuştur.

Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır. Geçerlik çalışmalarında kullanılan açımlayıcı faktör analizi sonuçlarının .72 ila .90 arasında değiştiği ve güvenirlik çalışmaları için Cronbach Alfa ve Test Tekrar Test yöntemleri kullanılmıştır. Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı .94 ve Test Tekrar Test sonuçlarına göre Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu, $r = .86$, $p < .001$ olarak bulunmuş ve güvenirliği sağladığı sonucunu ulaşılmıştır. Bu araştırmada hesaplanan Cronbach Alfa değeri .95'tir. Yapı geçerliliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi kullanılmış ve ulaşılan değerler .63 ile .91 arasında değiştiği saptanmıştır.

Analizler neticesinde veri toplama aracının geçerliğinin güçlü bir şekilde sağlandığı ortaya koyulmuş, ayrıca güvenirlik için iç tutarlılık katsayısı ve test tekrar test

çalışması gerçekleştirilmiş, ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğu kanıtlanmıştır (Ayvaz ve Şahin, 2024).

3.3.3. Çalışma İradesi Ölçeği (Yetişkin Formu)

Çalışma İradesi Ölçeği Büyükgöze-Kavas ve Ünal tarafından 2019 yılında yerli alan yazında kullanılmak üzere, Duffy ve Arkadaşları (2012) tarafından geliştirilen 'engellere rağmen mesleki tercihler yapma kapasitesi' olarak tanımlanan "Çalışma İradesi" düzeyini ölçmek amacıyla uyarlanmıştır.

Ölçek 13 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin formu Kesinlikle katılmıyorum (1), Kesinlikle katılıyorum (7) olmak üzere derecelendirilen yedili likert tipi dereceleme ölçeğidir. Ölçekten yüksek puan almak yüksek düzeyde Çalışma iradesi'ne sahip olmak anlamına gelmektedir. Ölçekten alınacak puanlar 13 ila 91 arasındadır. Ölçekten yüksek puan almak yüksek çalışma iradesine sahip olmak anlamına gelir. Orijinal Adı: Work Volition Scale (WVS) olan ölçek bireylerin engellere rağmen mesleki seçimler yapma kapasitesinin araştırılmasında kullanılmak üzere irade, finansal engeller ve yapısal engeller olmak üzere üç alt başlıktan oluşmaktadır.

Ölçekte yer alan 1,2,12 ve 9. maddeler iradeyi, 5,10,6,7 ve 8. maddeler finansal engelleri, 3,11,13 ve 14. maddeler ise yapısal engeller alt ölçeğini oluşturmakta, sadece irade alt ölçeği doğrudan puanlanır diğer iki alt boyut (finansal engel, yapısal engel) ise tersine puanlanarak çalışma iradesi puanı hesaplanır.

Orijinal ölçekte Duffy ve diğerleri (2012) tarafından ölçeğin alt boyutları için iç tutarlılık katsayıları hesaplanmıştır: İrade .78, finansal engeller .81, yapısal engeller .70, genel iç tutarlılık katsayısı ise .86 olarak bulunmuştur. Çalışma İradesi Ölçeğinin çalışma ve iş yaşamının diğer kavramları olan temel benlik değerlendirmesi, iş kontrol odağı ve iş doyumu ile pozitif yönde anlamlı ilişkileri olduğu bulunmuştur. Duffy ve diğerleri (2012) tarafından yapılan açımlayıcı faktör analizi sonuçlarına göre 41 olan madde sayısını 14'e düşürmüşlerdir. Ölçeğin amaca daha uygun ölçme sonuçlarını sağlaması amacıyla yine doğrulayıcı faktör analizi yapılmış, uygun olmayan maddeler ölçekten ayrıştırılmıştır. Tekrar yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre uyum iyilik düzeylerinin ($\chi 2$ = 108.70; RMSEA = .07, CFI = .93, TLI = .91, SRMR = .06) iyi düzeyde sonuçlandığı gözlenmiştir.

Ölçeğin dilimize çevrilmesi aşamasında sorumlu yazar Duffy'den gerekli izinler alınmış, dört ayrı uzman psikolojik danışmandan ayrı ayrı ve birbirinden habersiz

çeviri yapılması sağlanmıştır. Dört ayrı uzmandan gelen çevirilere ek olarak üç ayrı uzman gelen çeviriler arasındaki amaca en uygun ifadeyi belirlemişlerdir. Elde edilen ifade her iki dile de hakim bir uzman tarafından değerlendirilmiş, yüksek lisans ve doktora öğrencilerinden oluşan 8 kişilik bir odak grubunun önerdiği birkaç husus düzenlenerek son halini almıştır.

Ölçeğin "Temel Benlik Değerlendirmeleri Ölçeği" ve "İş Doyumu Ölçeği" ile ilişkisinin incelenmesi amacıyla korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Veriler analiz edilme aşamasında, çalışmanın sıklık, ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmış ve ölçeğin yapı geçerliliğinin sınanması amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin güvenirliği çalışmalarında Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Veriler SPSS 22 ve Amos 18 programları aracılığıyla analiz edilmiştir.

Ölçeğin geçerlik çalışmaları yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ile denenmiş, üç faktörlü yapının uyum iyiliği endeksleri (CFI = .96, TLI = .95, RMSEA = .048, %90 Güven Aralığı = [.026 - .067], SRMR = .049) ölçeğe ait üç faktörlü yapı ile uyum sağladığı, yapılan regresyon katsayılarının anlamlı düzeyde oldukları saptanmış, yapılan geçerlik denenceleri sonucu iyi derecede uyuma ulaşılmıştır.

Ölçeğin güvenirlik çalışması yapılmıştır. Güvenirlik çalışmaları sonucu ulaşılan Cronbach Alfa değer, .86 olarak hesaplanmış ve bulunan sayısal değer ölçeğin kararlı ve güvenilir olduğunu açığa çıkarmıştır. Alt ölçekler açısından hesaplanan iç tutarlık katsayıları ölçeğin orijinal çalışması ile Türkçe versiyonu karşılaştırıldığında irade (sırasıyla .78, .75), finansal engeller (.81, .82) ve yapısal engeller (.70, .72) alt ölçeklerinde oldukça benzer olduğu ve tüm güvenirlik katsayılarının .70'ün üzerinde olduğu görülmektedir. Bu araştırmada hesaplanan Cronbach Alfa değeri .68'dir.

Yapılan çalışmalar ve bulgular ışığında Çalışma İradesi Ölçeği'nin yetişkin formunun ülkemizde çalışan yetişkinler için kullanılabilir nitelikte olduğu düşünülmektedir (Büyükgöze-Kavas ve Ünal, 2019).

3.3.4. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-K)

Ölçek 7 maddelik beşli likert tipi dereceleme seçeneğiyle, Hiç katılmıyorum (1), tamamen katılıyorum (5) olmak üzere beş derece ile derecelendirilmiştir. Ölçekten yüksek puan almak, algılanan mutluluk düzeyinin yüksek olduğu anlamını taşımaktadır. Ölçekten alınacak puanlar minimum 7, maximum 35'tir. Ölçekten

yüksek puan almak yüksek mutluluğa sahip olmak anlamına gelir. Psikoloji ile ilgili çalışmaların önem kazanmasıyla birlikte psikoloji biliminin ilgilendiği alanların başında mutluluk kavramı gelmiş, bu da pozitif psikolojinin doğuşuna kaynaklık etmiştir. Pozitif psikolojiye dair araştırmalara kaynaklık etmek amacıyla ölçüm aracı geliştirme ihtiyacı doğmuştur. Oxford Mutluluk Ölçeği de bu ihtiyaçtan doğarak mutluluğu ölçen en geçerli ölçeklerin başında gelmiştir. Oxford Mutluluk Envanteri (OME), Argyle, Martin ve Crossland (1989) tarafından 29 maddelik 4' lü Likert tipi (0-3) bir envanter olarak geliştirilmiştir. Türkçe'ye uyarlama çalışması Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖK) olarak Doğan ve Akıncı-Çötok (2011) tarafından yapılmıştır.

Mutluluğun temel bileşenlerini, olumlu duygulanım ve neşenin sıklığı ve belirli bir yaşam sürecinde yaşanan yüksek düzeyde yaşam doyumu ve düşük düzeyde kızgınlık, öfke, kaygı gibi duygulanımlardır. Argyle ve arkadaşları, ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısını .90 bulmuştur. 7 hafta arayla uyguladığı test-tekrar test metodu ile de güvenirlik katsayısını .78 olarak bulmuştur. Devamında Beck Depresyon Ölçeği ile yapılan kıyasta .-52 puanlık bir korelasyon değeri elde edilmiştir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması çalışmaları 2009-2010 yıllarında Sakarya Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde eğitim gören 246 erkek, 286 kadın; yaş ortalaması 21.42 olmak üzere toplam 532 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma üç grup ile gerçekleştirilmiş, birinci grupta 321, ikinci grupta 81, üçüncü grupta ise 130 kişi yer almıştır.

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu'nun (OMÖK) Türkçe'ye çevirisi, iyi derecede İngilizce bilen çeviri alanında uzmanlaşmış 5 kişi (ikisi uzman psikolojik danışman) tarafından yapılmıştır. Akabinde temsil edilen anlama en uygun ifadeler benimsenmiş ve yine bir uzman psikolojik danışman aracılığıyla İngilizce'ye çevrilmiş ve karşılaştırılmıştır.

Derecelendirmede 'bazen', 'ara sıra', 'seyrek', 'nadiren', 'çok az' gibi muallakta olan arada kalmış Türkçe ifadeyi içeren bir derecelendirme şıkkı ölçekten ayrılarak 6 olan dereceleme sayısı daha net sonuçlara ulaşmak amacıyla 5'e indirgenmiştir.

Ölçeğin geçerlik çalışmaları yapılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yöntemleriyle incelenmiştir. Yine geçerlik çalışmaları

kapsamında benzer ölçeklerle ilişkisini saptamak maksadıyla Zung Depresyon Ölçeği (Zung, 1965), Yaşam Yönelimi Testi (Scheiver ve Carver 1985) ve Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener ve ark. 1985) ile ilişkisine bakılmıştır. Verilerin analizi SPSS ve Lisrel programları ile yapılmıştır.

Madde analizi çalışmalarında Büyüköztürk'e göre toplam madde korelasyon değerinin .30 ve üzerinde olması gerektiğinin yeterli olacağı bilinmektedir. OMÖK formunun toplam değerinin .36 ile .55 arasında değiştiği, dolayısıyla çalışmalarda kullanılmasında ayırt edicilik gücünün yeterli seviyede olduğu anlaşılmıştır. OMÖK'ün yapı geçerliliğini ölçmek amacıyla açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yöntemleri kullanılmıştır. Ölçeğin faktör analizine uygunluğunu belirlemek amacıyla Barlett Sphericity testleri yapılmıştır. Büyüköztürk (2014)'e göre KMO değerinin .60'dan yukarı olması gerektiği saptanmış, söz konusu sayısal değer .80 bulunmuştur. Açımlayıcı faktör analizi verilerine göre 2.782 olan ve toplam varyansın % 39.74' ünü açıklayan tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi çalışmalarında Ki-kare testi kullanılmıştır. Kabul edilebilir değerin 5'den küçük olacağı bilinmektedir. Söz konusu çalışmada bu oran 2.77 olarak saptanmıştır. Uyum iyiliği endeksleri incelendiğinde AGFI, GFI, NFI, CFI, IFI için .90 üzeri, RMR ve RMSEA için ise .08 değerlerin kabul edilebilir değerler olacağı bulunmuş ve bu değerleri iyi düzeyde karşıladığı saptanmıştır.

Benzer ve zıt amacı ölçen veri toplama araçları ile yapılan çalışmalarda depresyon ölçekleri ile negatif yönde anlamlı farklılıklar, yaşam doyumu ölçekleri ile de pozitif yönde anlamlı farklılıklar gösterdiği açığa çıkmıştır.

Ölçeğin güvenirlik çalışması yapılmıştır. Güvenirliğe ilişkin yapılan çalışmalarda Cronbach Alfa ve Test Tekrar Test yöntemleri kullanılarak CA katsayısının .74, Test-Tekrar-Test güvenirlik çalışmalarında .85'lik korelasyon değeri ile beraber güvenilir bir çalışma olduğu bulunmuştur. Cinsiyete dair yapılan araştırmada erkek-kadın cinsiyetlerine göre farklılaşmada anlamlı bir fark bulunamamış dolayısıyla farklı cinsiyetlerde kullanılabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmada hesaplanan Cronbach Alfa değeri .80'dir.

Ölçek son şekli ile 7 maddelik beşli likert tipi derecelendirme seçeneğiyle özellikle Türk toplumunda pozitif psikoloji-mutluluk çalışmalarında basite indirgenmiş, kolay

anlaşılması, amacı ölçmesi ve güvenirliği gibi nedenleriyle tercih edilen bir ölçme aracı olarak kullanılmaktadır (Doğan ve Akıncı-Çötok, 2011).

3.3.5. Kişisel Bilgi Formu

Form, katılımcıların kişisel özellikleri hakkında bilgi edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Formda katılımcıların cinsiyetlerine, yaşlarına ve eğitim düzeylerine ilişkin sorular bulunmaktadır.

3.4. Verilerin Toplanması

Bu araştırmada, yetişkinlerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri, çocukluk çağı yaşantılarına, maddi kaygılarına, cinsiyetlerine, yaşa ve eğitim düzeylerine göre incelenmiştir. Araştırmada verileri toplamak için "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği", "Maddi Kaygı Ölçeği", "Çalışma İradesi Ölçeği", "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu" ve araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. İlgili veri toplama araçlarını kullanabilmek için, söz konusu ölçeği oluşturan, geçerlilik ve güvenilirlik analizlerini gerçekleştiren kişilerle e-posta aracılığıyla irtibata geçilerek kullanım onayı alınmıştır.

Araştırmanın başlangıç aşamasında Akademik Etik Kurul Başvuru Formu aracılığıyla Yıldız Teknik Üniversitesi Etik Kurulundan 05.01.2025 tarih ve 2025.01 toplantı no'lu karar ile araştırma onayı alınmıştır. Veri toplama araçları "Google Forms" üzerine işlenerek uygulamaya hazır hale getirilmiştir. Araştırmada Google Forms kullanılmasının nedenleri, katılımcılara erişimde kolaylık sağlanması, kullanımının kolay ve pratik olması, geniş katılımcı kitlesine erişim olanağı sağlaması, toplanan verilerin analiz programlarına aktarımının basit olması, verilerin dijital ortamda saklanarak korunumunun ve güvenliğinin sağlanması olarak sıralanabilir. Araştırma için gönüllü olan katılımcıların "Gönüllü katılım onayı" alınmıştır. Araştırmaya katılım öncesinde, katılımcılara verecekleri yanıtların gizli tutulacağına dair bilgilendirme yapılmıştır. Araştırma hakkındaki açıklamalar ve merak edilenler uygulama öncesi bilgilendirme metninde yer almış, araştırmacı ile iletişime geçip, soru sormak isteyen katılımcılar için araştırmacı iletişim bilgilerine de yer verilmiştir. Araştırmanın katılımcılara ulaştırılması için WhatsApp, Instagram ve G-mail gibi dijital platformların mesaj sekmeleri kullanılmıştır. Araştırma verileri

2025 Ocak ila Mart ayları arasında katılımcılardan elde edilen yanıtlar aracılığıyla oluşturulmuştur.

3.5. Verilerin Analizi

Verilerin analizi bölümünde SPSS 30 paket programı kullanılmıştır. Araştırmada, "Çalışma İradesi" ve "Mutluluk" bağımlı değişkenler olarak, "Çocuklukta Aile Yaşantısı", "Çocuklukta Okul Yaşantısı", "Çocuklukta Kişisel-Sosyal Yaşantı", Maddi Kaygılar", "Cinsiyet", "Yaş", "Eğitim Düzeyi" ise bağımsız değişkenler olarak ele alınmıştır. "Çocuklukta Aile Yaşantısı", "Çocuklukta Okul Yaşantısı", "Çocuklukta Kişisel-Sosyal Yaşantı" ve Maddi Kaygılar" ölçeklerinden elde edilen puanların ortalaması bulunmuştur. Ortalamanın (ortalama puan -/+ 1 standart sapma) 1 standart sapma altında olan tüm puanlar 1, ortalamanın 1 standart sapma üstünde olan tüm puanlar 2 olarak kodlanmıştır.

Araştırmada, Çalışma İradesi Ölçeğinden ve Oxford Mutluluk Ölçeğinden elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu amaçla alınan puanların çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) katsayılarına bakılmıştır. Ayrıca, varyans ve kovaryans matrislerinin homojenliğini incelemek için Box's M Testi de yapılmıştır (Büyüköztürk, 2012). Varyans-kovaryans eşitliği sağlandığında MANOVA-Wilks Lambda Testi kullanılmıştır. Eşitliğin sağlanmadığı durumlarda da bu koşul olmadan karar verilmesi amacıyla MANOVA-Pillai's Trace Testi kullanılmıştır. MANOVA WilksLambda (λ) değeri anlamlı çıkarsa, grupların bağımlı değişken açısından gözlenen bu farklarının kaynağını yorumlamak için gruplar, her bir bağımlı değişkende ANOVA ile karşılaştırılır (Büyüköztürk, 2002). Araştırmada, grupların puan ortalamaları ve standart sapma değerleri de hesaplanmıştır.

Ayrıca araştırmada, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde ne derece etkili olduğunu gösteren etki büyüklüğü (η *2* /eta kare) değerleri de incelenmiştir. Etki büyüklüğü aldığı değere göre η *2* = .01-.05 düşük düzeyde etki; η *2* = .06 -.13 orta düzeyde etki ve η *2* = .14 ve üstü değerler yüksek düzeyde etki şeklinde yorumlanır (Büyüköztürk, 2012, s.45).

Araştırmada, anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmada ele alınan problem ve alt problemlerin çözümü için toplanan verilerin istatistiksel çözümlenmesi yapılmış ve çözümleme sonucunda elde edilen bulgulara yönelik ulaşılan sonuçlara yer verilmiştir.

Araştırmada, ilk olarak "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği", "Maddi Kaygı Ölçeği" "Çalışma İradesi Ölçeği" ve "Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu" ndan elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için alınan puanların çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılmıştır (Tablo.3). Ayrıca, ölçeklerin Cronbach Alfa değerleri de hesaplanmıştır (Tablo.3). Bununla beraber, varyans ve kovaryans matrislerinin homojenliğini incelemek için Box's M Testi de yapılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2013: 79). Sonuçları Tablo.4'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Çocukluk Yaşantıları Ölçeği , Maddi Kaygılar Ölçeği Çalışma İradesi Ölçeği, Oxford ve Mutluluk Ölçeği Kısa Formu, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri İle Cronbach Alfa Değerleri

Değişkenler	*n*	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alfa
Çocukluk Yaşantıları	400	.-75	.35	.82
Maddi Kaygılar	400	.62	.-67	.95
Çalışma İradesi	400	.35	.52	.68
Mutluluk	400	.21	.09	.80

Verilerin analizinde, ilk olarak "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği", "Maddi Kaygı Ölçeği", "Çalışma İradesi Ölçeği" ve "Oxford Mutuluk Ölçeği-Kısa Formu"ndan elde edilen puanların normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için alınan puanların çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) katsayılarına bakılmıştır. Tablo

3'te görüldüğü gibi çarpıklık katsayı değerleri Çocukluk Yaşantıları Ölçeği için .-75, Maddi Kaygılar Ölçeği için .62, Çalışma İradesi Ölçeği için .35; Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu için ise .21 olarak bulunmuştur. Basıklık katsayı değerleri ise Çocukluk Yaşantıları Ölçeği için .35, Maddi Kaygılar Ölçeği için .67, Çalışma İradesi Ölçeği için .52; Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu için ise .09 olarak bulunmuştur. Analizlerde önemli olan, elde edilen puanların normalden aşırı bir sapma göstermemesidir. Bir veri grubunda çarpıklık ve basıklık değerleri "-1.5 ile +1.5" aralığı içinde kalıyorsa, bu durum puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ayrıca "Çalışma İradesi Ölçeği"nden ve "Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu"ndan elde edilen puanların varyans ve kovaryans matrislerinin homojenliğini incelemek için Box's M Testi de yapılmış ve sonuçları Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Çalışma İradesi Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu Ölçeği Box's M Testi

Değişkenler	**Box's M**	***p***
Çocuklukta Aile Yaşantısı ve Çalışma İradesi / Mutluluk	4.48	.23
Çocuklukta Okul Yaşantısı ve Çalışma İradesi / Mutluluk	2.51	.49
Çocuklukta Kişisel-Sosyal Yaşantı ve Çalışma İradesi / Mutluluk	5.21	.21
Maddi Kaygılar ve Çalışma İradesi / Mutluluk	6.30	.10
Cinsiyet ve Çalışma İradesi / Mutluluk	8.98	.33
Yaş ve Çalışma İradesi / Mutluluk	13.32	.16
Eğitim Düzeyi ve Çalışma İradesi / Mutluluk	22.92	.04

Tablo 4'te görüldüğü gibi, Box's M Testi sonucunda çocuklukta aile yaşantısına göre çalışma iradesi ve mutluluk için Box's M= 4.48 (p > .05); çocuklukta okul yaşantısına göre çalışma iradesi ve mutluluk için Box's M= 2.51 (p > .05); çocuklukta kişisel-sosyal yaşantına göre çalışma iradesi ve mutluluk için Box's M= 5.21 (p > .05); maddi kaygılara göre çalışma iradesi ve mutluluk için Box's M= 6.30 (p > .05); cinsiyete göre çalışma iradesi ve mutluluk için Box's M= 8.98 (p > .05); yaş düzeyine göre çalışma iradesi ve mutluluk için Box's M= 13.32 (p > .05); eğitim düzeyine göre çalışma iradesi ve mutluluk için Box's M= 22.92 (p < .05)olarak bulunmuştur.

Tablo 4'te görüldüğü gibi Box's M Testi sonucunda, çocuklukta aile yaşantısına, çocuklukta okul yaşantısına, çocuklukta kişisel-sosyal yaşantıya, maddi kaygılara, cinsiyete ve yaşa göre çalışma iradesi ve mutluluk için varyans-kovaryans eşitliğinin sağlandığı görülmüştür. Bu nedenle, grup ortalama puanlarını karşılaştırmak için MANOVA Wilks-Lambda (Λ) Testi'nden yararlanılmıştır. Yine Tablo 4'te görüldüğü gibi Box's M Testi sonucunda, eğitim düzeyine göre çalışma iradesi ve mutluluk için varyans-kovaryans eşitliğinin sağlanmadığı görülmüştür. Bu nedenle, bu eşitliğin sağlanmadığı durumlarda da karar verilmesini sağlayan ve daha güvenilir sonuçlar veren MANOVA-Pillai's Trace Testi yapılmıştır. Grupların puan ortalamaları ve standart sapma değerleri de hesaba katılmış ayrıca anlamlılık düzeyi .05 olarak ele alınmıştır.

4.1. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocukluk Çağı Yaşantılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri çocukluk çağı yaşantılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Ölçme aracı olarak kullanılan "Çocukluk Yaşantıları Ölçeği", çocuklukta aile yaşantıları, çocuklukta okul yaşantıları ve çocuklukta kişisel-sosyal yaşantılar olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır.

Çocuklukta aile yaşantılarına göre çalışma iradesi ve mutluluk MANOVA Wilks-Lambda (Λ) Testi sonuçları Tablo 5'te, çocuklukta okul yaşantılarına göre çalışma iradesi ve mutluluk MANOVA Wilks-Lambda (Λ) Testi sonuçları Tablo 6'da, çocuklukta kişisel-sosyal yaşantılarına göre çalışma iradesi ve mutluluk MANOVA Wilks-Lambda (Λ) Testi sonuçları Tablo 7'de yer almaktadır.

Tablo 5. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocuklukta Aile Yaşantısına Göre MANOVA Wilks-Lambda (Λ) Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Kaynak	Değişkenler	Kareler Toplamı	*Sd*	Kareler Ortalaması	*F*	*p*	η^2
Çocuklukta Aile Yaşantısı	Çalışma İradesi	97.23	1	97.23	.63	.43	.00
	Mutluluk	719.18	1	719.18	31.94	.001	.09
Wilks' Lambda (Λ)= .90, $F_{hesaplanan}$ (2,313) = 16.16, p <.05, η^2 = .94							

	Çocuklukta Aile Yaşantısı	*n*	$\bar{x}$	*Ss*
Çalışma İradesi	Düşük	300	52.28	12.36
	Yüksek	16	49.75	13.23
Mutluluk	Düşük	300	23.69	4.68
	Yüksek	16	16.81	5.76

Tablo 5'te görülen MANOVA Wilks' Lambda Testi sonuçları, yetişkinlerin çocukluktaki aile yaşantılarına göre çalışma iradesi ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği ve etki değerinin de, yüksek düzeyde bulunduğunu ortaya koymuştur [Wilks' Lambda (Λ)= .90, $F_{hesaplanan}$ (2, 313) = 16.16, p <.05, η^2 = .94].

Tablo 5'te MANOVA uzantısında yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, çocukluktaki aile yaşantılarına göre yetişkinlerin çalışma iradesi (F hesaplanan= .63, p >.05, η^2 = .00) puan ortalamaları anlamlı bir farklılık göstermediğini; çocuklukta aile yaşantısına göre mutluluk düzeyleri (F hesaplanan= .31.94, p < .05, η^2 = .09) puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği sonucu bulunmuştur. Etki büyüklükleri incelendiğinde (Eta Kare) çocukluktaki aile yaşantılarına göre çalışma

iradesi için düşük düzeyde etki bulunurken, çocuklukta aile yaşantısına göre mutluluk üzerinde orta düzeyde etkili olduğu saptanmıştır.

Tablo 5'te görüldüğü gibi, çocuklukta aile yaşantısı ölçeğinden düşük puan alan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 52.28, *Ss* = 12.36, *n* = 300'dür. Çocuklukta aile yaşantısı ölçeğinden yüksek puan alan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 49.75, *Ss* = 13.23, *n* = 16'dır. Aile yaşantısı ölçeğinden düşük puan alan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 23.69, *Ss* = 4.68, *n* = 300'dür. Çocuklukta aile yaşantısı ölçeğinden yüksek puan alan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 16.81, *S*s = 5.76, *n* = 16'dır. Çocuklukta aile yaşantısı ölçeğinden yüksek puan alınması olumsuz çocukluk yaşantılarının yüksek olacağı anlamını taşımaktadır. Olumsuz çocukluk yaşantılarına göre yetişkin bireylerin çalışma iradesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak, olumsuz çocukluk yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır.

Tablo 6. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocuklukta Okul Yaşantısına Göre MANOVA Wilks-Lambda (*Λ*) Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Kaynak	Değişkenler	Kareler Toplamı	*Sd*	Kareler Ortalaması	*F*	*p*	η^2
Çocuklukta Okul Yaşantısı	Çalışma İradesi	764.17	1	764.17	4.97	.03	.02
	Mutluluk	330.23	1	330.23	13.86	.001	.06
Wilks' Lambda (*Λ*)= .93, $F_{hesaplanan}$ (2,220) = 7.88, $p < .05$, $\eta^2 = .07$							

	Çocuklukta Okul Yaşantısı	*n*	$\bar{x}$	*Ss*
Çalışma İradesi	Düşük	206	52.98	12.46
	Yüksek	17	46.00	11.55

Mutluluk	**Düşük**	206	23.76	4.78
	Yüksek	17	19.18	5.97

Tablo 6'da görülen MANOVA Wilks' Lambda Testi sonuçları, yetişkinlerin çocukluktaki okul yaşantısına göre çalışma iradesi ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği ve etki değerinin de, orta düzeyde bulunduğunu ortaya koymuştur [Wilks' Lambda (Λ)= .93, $F_{hesaplanan}$ (2, 220) = 7.88, $p < .05$, $\eta^2 = .07$].

Tablo 6'da MANOVA uzantısında yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, çocukluktaki okul yaşantısına göre yetişkinlerin çalışma iradesi (F hesaplanan= 4.97, $p < .05$, $\eta^2 = .02$) puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık saptandığı; çocuklukta okul yaşantılarına göre mutluluk düzeyleri (F hesaplanan= 13.86, $p < .05$, $\eta^2 = .06$) puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği sonucu bulunmuştur. Etki büyüklükleri incelendiğinde (Eta Kare) çocukluktaki okul yaşantısına göre çalışma iradesi için düşük düzeyde etki bulunurken, çocukluktaki okul yaşantısına göre mutluluk için orta düzeyde etkili olduğu saptanmıştır.

Tablo 6'da görüldüğü gibi, çocukluktaki okul-yaşantısı ölçeğinden düşük puan alan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 52.98, *Ss* = 12.46, *n* = 206'dır. Çocuklukta okul yaşantısı ölçeğinden yüksek puan alan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 46.00, *Ss* = 11.55, *n* = 17'dir. Çocuklukta okul yaşantısı ölçeğinden düşük puan alan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 23.76, *Ss* = 4.78, *n* = 206'dır. Çocuklukta okul yaşantısı ölçeğinden yüksek puan alan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 19.18, *Ss* = 5.97, *n* = 17'dir. Çocuklukta okul yaşantısı ölçeğinden yüksek puan alınması olumsuz okul yaşantılarının yüksek olacağı anlamını taşımaktadır. Olumsuz okul yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır.

Tablo 7. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Çocuklukta Kişisel Sosyal Yaşantıya Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Kaynak	**Değişkenler**	**Kareler Toplamı**	***Sd***	**Kareler Ortalaması**	**F**	***p***	***η* ,2**

Çocuklukta Kişisel-Sosyal Yaşantı	**Çalışma İradesi**	591.53	1	591.53	4.13	.04	.01
	Mutluluk	158.60	1	158.60	6.94	.01	.02

Wilks' Lambda (Λ)= .97, $F_{hesaplanan}$ (2, 317) = 4.64, $p < .05$, $\eta^2 = .03$

	Çocuklukta Kişisel-Sosyal Yaşantı	***n***	***$\bar{x}$***	***Ss***
Çalışma İradesi	**Düşük**	313	52.44	12.04
	Yüksek	7	43.14	7.78
Mutluluk	**Düşük**	313	23.53	4.81
	Yüksek	7	18.71	2.56

Tablo 7'de görülen MANOVA Wilks' Lambda Testi sonuçları, yetişkinlerin çocukluktaki kişisel-sosyal yaşantılarına göre çalışma iradesi ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği ve etki değerinin de, düşük düzeyde bulunduğunu ortaya koymuştur [Wilks' Lambda (Λ)= .97, $F_{hesaplanan}$ (2, 317) = 4.64, $p < .05$, $\eta^2 = .03$].

Tablo 7'de MANOVA uzantısında yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, çocukluktaki kişisel-sosyal yaşantılara göre yetişkinlerin çalışma iradesi (F hesaplanan= 4.13, $p < .05$, $\eta^2 = .01$) puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Çocuklukta kişisel-sosyal yaşantılara göre mutluluk düzeyleri (F hesaplanan= 6.94, $p < .05$, $\eta^2 = .02$) puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Etki büyüklükleri incelendiğinde (Eta Kare) çocuklukta kişisel-sosyal yaşantının hem çalışma iradesi hem de mutluluk için düşük düzeyde etkide bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 7'de görüldüğü gibi, çocuklukta kişisel-sosyal yaşantı ölçeğinden düşük puan alan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalamasının $\bar{x}$ = 52.44, *Ss* = 12.04, *n* =

313'tür. Çocuklukta kişisel-sosyal yaşantı ölçeğinden yüksek puan alan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 43.14, *Ss* = 7.78, *n* = 7'dir. Çocuklukta kişisel sosyal yaşantı ölçeğinden düşük puan alan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 23.53, *Ss* = 4.81, *n* = 313'tür. Çocuklukta kişisel-sosyal yaşantı ölçeğinden yüksek puan alan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 18.71, *Ss* = 2.56, *n* = 7'dir. Çocuklukta kişisel-sosyal yaşantı ölçeğinden yüksek puan alınması olumsuz çocukluk yaşantılarının yüksek olacağı anlamını taşımaktadır. Olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır.

4.2. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Maddi Kaygılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular

Araştırmada, "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri maddi kaygılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Bu amaçla, MANOVA Wilks' Lambda Testi yapılmış ve sonuçları Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Maddi Kaygılara Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Kaynak	Değişkenler	Kareler Toplamı	*Sd*	Kareler Ortalaması	F	*p*	η^2
Maddi Kaygı	Çalışma İradesi	2070.60	1	2070.60	13.05	.001	.04
	Mutluluk	1681.98	1	1681.98	75.96	.001	.20
Wilks' Lambda (Λ)= .79, $F_{hesaplanan}$ (2,299) = 39.88, $p < .05$, $\eta^2 = .21$							

	Maddi	*n*	$\bar{x}$	*Ss*

	Kaygı			
Çalışma İradesi	**Düşük**	221	53.87	12.97
	Yüksek	81	47.96	11.50
Mutluluk	**Düşük**	221	24.61	4.46
	Yüksek	81	19.28	5.33

Tablo 8'de görülen MANOVA Wilks' Lambda Testi sonuçları, yetişkinlerin maddi kaygılarına göre çalışma iradesi ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı farklılığa yol açtığını ve etki değerinin de, yüksek düzeyde bulunduğunu ortaya koymuştur. (Wilks' Lambda (Λ)= .79, $F_{hesaplanan}$ (2, 299) = 39.88, $p < .05$, $\eta^2 = .21$).

Tablo 8'de MANOVA uzantısında yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, maddi kaygıya göre yetişkinlerin çalışma iradesi (F hesaplanan= 13.05, $p < .05$, $\eta^2 = .04$) puan ortalamaları anlamlı bir farklılık gösterirken; mutluluk düzeyleri (F hesaplanan= 75.96, $p < .05$, $\eta^2 = .20$) puan ortalamalarının da anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Etki büyüklükleri incelendiğinde (Eta Kare) maddi kaygıya göre çalışma iradesi için düşük düzeyde etki bulunurken, maddi kaygının mutluluk üzerinde yüksek düzeyde etkili olduğu saptanmıştır.

Tablo 8'de görüldüğü gibi, maddi kaygıları düşük olan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 53.87, *Ss* = 12.97, *n* = 221'dir. Maddi kaygıları yüksek olan yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 47.96, *Ss* = 11.50, *n* = 81'dir. Maddi kaygıları düşük olan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 24.61, *Ss* = 4.46, *n* = 221'dir. Maddi kaygıları yüksek olan yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 19.28, *Ss* = 5.33, *n* = 81'dir. Maddi kaygıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır.

4.3. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular

Araştırmada, "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Bu amaçla, MANOVA Wilks' Lambda Testi yapılmış ve sonuçları Tablo 9'da gösterilmiştir.

Tablo 9. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının, Cinsiyetlerine Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Kaynak	Değişkenler	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	*p*	η^2
Cinsiyet	Çalışma İradesi	936.966	2	468.48	3.34	.06	.02
	Mutluluk	27.31	2	13.65	.54	.59	.00
Wilks' Lambda (Λ)= .98, $F_{hesaplanan}$ (4,792) = 1.88, $p > .05$, $\eta^2 = .01$							

	Cinsiyet	*n*	$\bar{x}$	*Ss*
Çalışma İradesi	Kadın	226	52.38	11.89
	Erkek	171	51.49	11.54
Mutluluk	Kadın	226	22.75	5.09
	Erkek	171	23.11	5.00

Tablo 9'da görülen MANOVA Wilks' Lambda Testi sonuçları, yetişkinlerin cinsiyetlerine göre çalışma iradesi ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır (Wilks' Lambda (Λ)= .98, $F_{hesaplanan}$ (4, 792) = 1.88, $p > .05$, $\eta^2 = .01$).

Tablo 9'da MANOVA uzantısında yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, cinsiyete göre yetişkinlerin çalışma iradesi ($F_{hesaplanan}$= 3.34, $p > .05$, $\eta^2 = .02$) puan ortalamaları ve mutluluk ($F_{hesaplanan}$= .54, $p > .05$, $\eta^2 = .00$) puan ortalamalarının anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur.

Cinsiyet seçeneklerinde üç kişi diğer cinsiyet seçeneğini işaretlediği için analizlerden çıkartılmıştır. Katılımcı sayısı cinsiyete göre farklılaşma açısından 397 kişi olarak değerlendirmeye alınmıştır.

Tablo 9'da görüldüğü gibi, kadın yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 52.38, *Ss* = 11.89, *n* = 226'dır. Erkek yetişkinlerin çalışma iradesi puan ortalaması $\bar{x}$ = 51.49, *Ss* = 11.54, *n* = 171'dir. Kadın yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 22.75, *Ss* = 5.09, *n* = 226'dır. Erkek yetişkinlerin mutluluk puan ortalaması $\bar{x}$ = 23.11, *Ss* = 5.00, *n* = 171'dir.

4.4. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Yaşa Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri yaşlarına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Bu amaçla, MANOVA Wilks' Lambda Testi analizi yapılmış ve sonuçları Tablo 10'da gösterilmiştir.

Tablo 10. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Yaşa Göre MANOVA Wilks' Lambda Testi Sonuçları, Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Kaynak	Değişkenler	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	*p*	η^2
Yaş	Çalışma İradesi	222.04	3	74.01	.52	.67	.01
	Mutluluk	428.16	3	142.72	5.83	.001	.04
Wilks' Lambda (Λ)= .95, $F_{hesaplanan}$ (6,790) = 3.37, $p < .05$, $\eta^2 = .03$							

	Yaş	*n*	$\bar{x}$	*Ss*
Çalışma İradesi	**22-32**	214	51.99	11.90
	33-43	107	50.91	11.75
	44-54	59	53.27	12.39

	55-65	20	51.45	12.05
Mutluluk	**22-32**	214	22.04	5.22
	33-43	107	23.36	5.10
	44-54	59	24.10	3.74
	55-65	20	25.75	4.05

Tablo 10'da görülen MANOVA Wilks' Lambda Testi sonuçları, yetişkinlerin yaşına göre çalışma iradesi ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği ve düşük düzeyde etkide bulunduğu saptanmıştır (Wilks' Lambda (Λ)= .95, $F_{hesaplanan}$ (6,790) = 3.37, $p < .05$, $\eta^2 = .03$).

Tablo 10'da MANOVA uzantısında yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, yaşa göre yetişkinlerin çalışma iradesi ($F_{hesaplanan}$= .52, $p > .05$, $\eta^2 = .01$) puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunamamışken; yaşa göre mutluluk ($F_{hesaplanan}$= 5.83, $p < .05$, $\eta^2 = .04$) puan ortalamalarının anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Etki büyüklükleri incelendiğinde yaş düzeyinin (Eta Kare) hem çalışma iradesi hem de mutluluk üzerinde düşük düzeyde etkide olduğu saptanmıştır.

Tablo 10'da görüldüğü gibi, yaşa göre çalışma iradesi puan ortalaması 22-32 yaş için $\bar{x}$ = 51.99, *Ss* = 11.90, *n* = 214; 33-43 yaş için $\bar{x}$ = 50.91, *Ss* = 11.75, *n* = 107; 44-54 yaş için $\bar{x}$ = 53.27, *Ss* = 12.39, *n* = 59; 55-65 yaş için $\bar{x}$ = 51.45, *Ss* = 12.05, *n* = 20'dir. Yaşa göre mutluluk puan ortalamaları 22-32 yaş için $\bar{x}$ = 22.04, *Ss* = 5.22, *n* = 214; 33-43 yaş için $\bar{x}$ = 23.36, *Ss* = 5.10, *n* = 107; 44-54 yaş için $\bar{x}$ = 24.10, *Ss* = 3.74, *n* = 59; 55-65 yaş için $\bar{x}$ =25.75, *Ss* =4.05, *n* = 20'dir. Yaşa göre yetişkinlerin çalışma iradesi değişmezken; yaş düzeyi arttıkça mutluluğun arttığı bulunmuştur.

4.5. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının Eğitim Düzeylerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulgular

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Bu amaçla, MANOVA Pillai's Trace yapılmış ve sonuçları Tablo 11'de gösterilmiştir.

Tablo 11. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluklarının, Eğitim Düzeyine Göre MANOVA Pillai's Trace Testi Sonuçları, Puan Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Kaynak	Değişkenler	Kareler Toplamı	*Sd*	Kareler Ortalaması	F	*p*	η^2
Eğitim Düzeyi	Çalışma İradesi	1047.77	5	209.55	1.48	.19	.02
	Mutluluk	29.48	5	5.90	.23	.94	.00

Pillai's Trace (V)= .02, $F_{hesaplanan}$ (10, 788) = .86, p> .05, η^2 = .01

	Eğitim Düzeyi	*n*	$\bar{x}$	*Ss*
Çalışma İradesi	Okuryazar	1	29.00	-
	İlkokul	11	46.55	8.04
	Ortaokul	14	53.14	12.35
	Lise	49	51.43	10.75
	Üniversite	269	51.81	12.51
	Lisansüstü	56	53.66	10.02
Mutluluk	Okuryazar	1	23.00	-
	İlkokul	11	22.27	2.65
	Ortaokul	14	24.14	5.97
	Lise	49	22.63	5.67
	Üniversite	269	22.89	5.17

	Lisansüstü	56	22.86	3.96

Tablo 11'de görülen MANOVA Pillai's Trace Testi sonuçları, yetişkinlerin eğitim düzeylerine göre çalışma iradesi ve mutluluk puan ortalamalarının anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır (Pillai's Trace V= .02, $F_{hesaplanan}(10, 788) = .86$, $p > .05$, $\eta^2 = .01$).

Tablo 11'de yer alan MANOVA uzantısında yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, eğitim düzeyine göre yetişkinlerin çalışma iradesi (F hesaplanan= 1.48, $p > .05$, $\eta^2 = .02$) puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Eğitim düzeyine göre mutluluk (F hesaplanan= .23, $p > .05$, $\eta^2 = .00$) puan ortalamaları arasında da anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Tablo 11'de görüldüğü gibi, eğitim düzeyine göre okuryazar olan bireylerin çalışma iradesi puan ortalaması okuryazarlar için, $\bar{x} = 29.00$, Ss =-, $n = 1$; İlkokul mezunları için, $\bar{x} = 46.55$, $Ss = 8.04$, $n = 11$; Ortaokul mezunları için, $\bar{x} = 53.14$, $Ss = 12.35$, $n = 14$; Lise mezunları için, $\bar{x} = 51.43$, $Ss = 10.75$, $n = 49$; Üniversite mezunları için, $\bar{x} = 51.81$, $Ss = 12.51$, $n = 269$; Lisansüstü öğrenim seviyesi ve üstündeki yetişkin bireyler için $\bar{x} = 53.66$, $Ss = 10.02$, $n = 56$'dır. Eğitim düzeyine mutluluk puan ortalamaları, okuryazarlar için, $\bar{x} = 23.00$, Ss = -, $n = 1$; İlkokul mezunları için, $\bar{x} = 22.27$, Ss = 2.65, $n = 11$; ortaokul mezunları için, $\bar{x} = 24.14$, $Ss = 5.97$, $n = 14$; lise mezunları için, $\bar{x} = 22.63$, $Ss = 5.67$, $n = 49$; Üniversite mezunları için, $\bar{x} = 22.89$, $Ss = 5.17$, $n = 269$; Lisansüstü öğrenim seviyesi ve üstündeki yetişkin bireyler için $\bar{x} = 22.86$, $Ss = 3.96$, $n = 56$'dır. Eğitim düzeyine göre yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri birbirine yakın bulunmuştur.

5. TARTIŞMA ve YORUM

Bu bölümde araştırma sonucunda ulaşılan bulgular, problem cümleleri üzerinden tartışılmış ve yorumlanmıştır. Tartışmalar ve yorumlar ilgili alan yazın çerçevesinde değerlendirilmiştir.

5.1. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeylerinin Çocukluk Çağı Yaşantılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri çocukluk çağı yaşantılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz aile yaşantısı yüksek ya da düşük düzeyde olan yetişkin bireylerin çalışma iradesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Ancak, çocukluk döneminde olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi düzeyleri düşük çıkmıştır.

5.1.1. Çocukluk Yaşantıları ve Çalışma İradesi

Araştırmanın sonucunda, beklenilenin aksine, çocuklukta olumsuz aile yaşantısı olan ve olmayan yetişkin bireylerin çalışma iradesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Çocuklukta maruz kalınan olumsuz deneyimlerin, kalıcı olabilecek bilişsel inançlara, olumsuz bilişsel şemalara yol açabileceği düşünülmektedir (Kim, 2024). Çocukluktaki aile yaşantılarının özellikle cinsiyet temelinde ayırıcı olduğu söylenebilir. Çocuklukta ailede erkek veya kadın cinsiyet rolüne özel tutumun gelecekteki mesleği seçmede etken olduğu ifade edilebilir (Lawson vd., 2015). Burada erkekler daha gelenekselci mesleki rolleri kabul ederken; kadınlar daha eşitlikçi meslekleri seçme eğilimindedirler. Ailede maruz kalınan şiddet, ihmal ve istismar deneyiminin bireyde yaşam boyu devam eden kalıcı izli bilişsel etkileri olabilir. Bu da seçim yapma becerisini etkileyebilir. İrade (Kugelmann, 2013), bireydeki seçim becerisinin kuvvetini, çalışma iradesi bireyin yaşantısında var olan engellere rağmen etkili mesleki seçimler yapma kapasitesini ifade eder (Büyükgöze-Kavas ve Ünal, 2019).

Çocuklukta ailede edinilen toplumsal cinsiyet kalıplarının meslek seçimine etki ettiği belirtilmiştir (Lawson vd., 2015). Çocuklukta aile içi ilişkiler ve aile içi sevgi bağlarının olmaması da çocuklukta olumsuz aile yaşantısı ile ilişkilendirilebilir (Çakmak-Tolan, 2023). Araştırmanın sonucu, aile içi sevgi eksikliğinin bireyin özgürce meslek seçme kapasitesini doğrudan etkilemeyebileceği ya da bireyin bu olumsuzlukları zamanla telafi edebileceği şeklinde yorumlanabilir. (Ryan ve Deci, 2000; Super, 1990). Dolayısıyla, aile içi sevgi bağlarındaki zayıflık ve ihmal, her zaman bireyin kariyer yönelimi ve çalışma iradesi üzerinde belirleyici bir faktör olmayabilir. Araştırmada, çocuklukta olumsuz aile yaşantılarına maruz kalmak ile engellere rağmen özgürce mesleki seçimler yapabilme düzeyi benzer bulunmuşur. Araştırmanın sonuçları, lisanslı ruh sakinleri klinisyenleri üzerinde yapılan bir araştırma ile benzer sonuçlar vermiştir. Seeger (2023) tarafından yapılan araştırmada, çocukken özellikle ebeveynlerinden kötü muamele gören ve aile içi negatif deneyimler edinen bireylerin yetişkinlikte kariyer kararı verme davranışları ile anlamlı bir ilişkinin olmadığı bulunmuştur. Bryce vd. (2023), tarafından yardımcı meslek elemanlarına yönelik yapılan çalışmada, çocuklukta aile içi işlevsiz yaşantı deneyimleme ile bireylerin kariyer seçimlerini ilişkili olarak saptanmıştır. Öngörülebilir bir aile ortamı altında yetişmenin kariyer kararı verme güçlüğünde iyileştirici bir faktör olduğu da açığa çıkarılmıştır (Xu, 2020). Bu çalışmaların çocuklukta aile deneyimleri ve kariyer kararı verme ile ilişkili çalışmalar olduğu, çalışma iradesi ile doğrudan bağlantılı olmadığı görülmektedir. Seeger (2023)'in çalışması mevcut araştırmanın bulgularını desteklemekte, Xu (2020) ve Bryce vd. (2023)'in çalışmaları ise mevcut araştırma ile ayrışmaktadır.

Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz okul yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi düzeyleri düşük çıkmıştır. Çocuklukta olumsuz okul yaşantıları arasında, akran zorbalığı, öğretmen ayrımcılığı, düşük akademik başarı gösterilebilir. Burada akran zorbalığına maruz kalan ya da zorba bireyin bilişsel ve duygusal bir yük biriktirerek etkili ve özgür seçim yapma becerisinin daha az gelişmiş olacağı sonucuna varılabilir (Williams ve Batten, 1981).

Smith ve Brain (2000) tarafından yapılan araştırmada, çocuklukta akran zorbalığına maruz kalan çocukların yetişkinlikte daha az risk alan ve düşük motivasyonla çalışma yaşantısı ortaya koyan bireyler olduğu görülmüştür. Çalışma iradesi, özgürlük ve etkili seçim yapma becerisinin birleşimi olduğundan bu iki kavramın

zarar görmesi doğal olarak çalışma iradesini de etkileyebilir. Ayrıca olumsuz ve düşük akademik beceriye sahip olmanın bilişsel anlamda eksiklik olarak yorumlanması durumu da çalışma iradesini yordayabilir (Olweus, 1994).

Çocukluk döneminde aile deneyimi dışında okul çevresinde maruz kalınan olumsuz deneyimlerin çalışma iradesini etkilediği anlaşılmıştır. Bu olumsuz okul ve kişisel-sosyal yaşantılardan bazıları akran zorbalığı (Salmiwalli, 2010) sosyal izolasyon, olumsuz öğretmen tutumu (Williams ve Batten, 1981), akademik yetersizlik olarak sıralanabilir. Özellikle okulda meydana gelen olumsuzluklar, okul fobisini açığa çıkarabilir. Çocuklukta okul ortamına aidiyet duygusu geliştiremeyen bireylerin akademik motivasyonu düşük kalmakta, bu da akademik gelişim ve mesleki yönelim üzerinde olumsuz etki yaratmaktadır (Gökçakan ve Özdemir, 2019). Öğretmenlerinden destek görmeyen, sürekli eleştirilen veya ilgisiz bırakılan çocuklarda akademik özgüven düşüklüğü görülebilir (Wentzel, 1998). Arseneault (2010)'un çalışmasına göre okulda zorbalığa uğrayan çocukların gelecekteki yaşantılarında kaygı, güvensizlik, düşük motivasyon ve düşük akademik performans gibi problemler yaşadığı gözlenmiştir. Okul ortamında yaşanan sosyal ve akademik engeller, bireyin mesleki ilgi ve beklentilerini olumsuz etkiler. Özellikle çocukluk dönemindeki olumsuz okul deneyimleri, kariyer yöneliminin netleşmesini geciktirir. (Lent, 1994). Öğretmen desteği ve pozitif okul deneyimi, bireyin uzun vadeli hedefler oluşturmasında kritik öneme sahip olabilir. Bu destekten yoksun kalan öğrenciler, gelecek yaşamlarında kariyer belirleme ve irade ortaya koymada zorlanabilir (Roeser, 2000). Çocukların okul ortamının güçlendirilmesi, veli-okul-öğretmen işbirliğinin artırılması, akran ilişkilerinin geliştirilmesi ve zorbalığın önlenmesine yönelik çalışmaların yapılması çocukluktaki olumsuz okul deneyimi risk faktörlerinin önlenmesi açısından önemlidir.

Araştırmadan elde edilen verilere göre, çocukluğunda olumsuz okul ortamına maruz kalan, okulu sevmeyen, okulda yeterli sosyal beceriler geliştiremeyen ve okulla anlamlı bağ kuramayan çocukların çalışma ve kariyer yaşamları da bundan olumsuz olarak etkilenmektedir. Okul süreçleri başarıyı da merkeze alarak bilişsel süreçlerin ön planda olduğu alanlardır. Bireyin akademik başarı ve motivasyonunun özgüvenine katkı sunması da beklenir.

Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi düzeyleri düşük çıkmıştır. Kişisel-

sosyal yaşantılar, bireyin önce kişiliği sonra da çevresi ile kurduğu anlamlı ilişkilere dayanır. Olumsuz kişisel-sosyal deneyimler, çocuğun çevresi ve akranları ile sağlıklı ilişkiler kuramama ve dışlanma davranışları ile karakterize olur (Leary ve Baumister, 2000). Bu davranışlar bireyde özgüven gelişimini zedeleyebilir. Özgüven kaybı benlik saygısının azalması ile birlikte bireyde yetersizlik hissine neden olabilir.

Mutluluk ve işlevselliğin temelini oluşturan şartlardan bir tanesi de güçlü sosyal ilişkilerdir (Baumeister ve Leary, 2017). İrade, düşünerek yaşamda özgür olma, kararlı olma ve işlevselliğe dayanan olumlu, bilişsel bir kavramdır (Baumeister ve Tierney, 2011). Olumsuz çocukluk deneyimlerinin etkilerinin yaşamda kalıcı olduğu kabul edildiğinde çalışma iradesi ile arasında bağ kurulabilir. Çocukluktaki olumsuz kişisel-sosyal yaşantılar arasında sayılan sosyal dışlanma, benlik saygısı ve öz yeterliliği akamete uğratabilir. Çocukluk yaşantısının da etkilediği özgüvenin, sosyal destek ve risk alma alışkanlıkları gibi faktörlerle gelecek yaşantıda iş hayatı da dahil olmak üzere birçok alanda etkili kariyer seçimi yapmayı bununla beraber mesleki başarıyı da etkileyebileceği düşünülmektedir (Kamas ve Preston, 2012).

Çocuklukta yaşanan sosyal travmalar; örneğin dışlanma, duygusal ihmal vb. olumsuzluklar bilişsel ve sosyal gelişimi olumsuz etkileyebilir. Bu durum, yetişkinlikte düşük mesleki tatmin, sık iş değişikliği, düşük çalışma disiplini ile ilişkilidir. (Koenen, vd., 2003). Sosyal destek eksikliği yaşayan bireylerde kariyer kararsızlığı daha yaygındır. (Aydın ve Kaya, 2016). Görüldüğü gibi okul fobisi (Hoy vd., 1991), başarısız sosyal ilişkiler, düşük akademik örüntü vb. negatif yaşantıların bireyin özellikle bilişsel dünyası ile ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Çalışma iradesi gibi temelde bilinçli olarak gerçekleştirilebilecek bir olgunun bu yaşantılarla ilişkili olması doğaldır.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre çocuklukta olumsuz okul yaşantısı ve kişisel-sosyal yaşantı deneyimlemek ile çalışma iradesi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Erken yaşantılar ve yetkinlik inançları, kariyer planlamalarını ve hedefleri etkiler (Lent vd., 2002).

Xu (2020) tarafından yapılan çalışmada, çocukluk döneminde olumsuz çevresel koşullara maruz kalmanın ve yoksulluğun, kariyer kararı verme yetkinliği üzerinde tahrip edici etkilerinin olduğu ifade edilmektedir. Araştırmamızla doğrudan ilgili olmasa da Kim (2024) tarafından yapılan çalışmada, çocuklukta benlik ve sosyal

çevre açısından oluşmuş çarpık inançların çalışma kabiliyetini etkileyerek iş doyumu üzerinde zorlaştırıcı etkiye neden olduğu ortaya konmuştur. Bu iki çalışma (Kim, 2024; Xu, 2020), araştırmamızın bulgularını desteklemektedir.

Koçak vd. (2022), tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ise araştırmamız ile benzerlik ve farklılıklar barındırmaktadır. Söz konusu araştırmada, çocuklukta olumsuz kişisel sosyal yaşantı ve okul yaşantılarının kariyer seçimleriyle pozitif ve anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu sonucu araştırmamızla benzerlik teşkil etmektedir. Ancak çocuklukta olumsuz aile yaşantılarının, çocuklukta ailede öğrenilen toplumsal cinsiyet rolleri vasıtasıyla meslek seçimi noktasında etkili olduğu ortaya çıkarılmıştır. Bu yönüyle mevcut araştırmadan farklı sonuçlar ortaya konmuştur. Çünkü meslek seçiminin çocukluktaki yaşantılardan etkilenmesi oldukça doğaldır. Bir kariyer kuramı olan gereksinim kuramı da bunu ifade eder. Ancak çalışma iradesi daha çok irade ve bilişsel algılama ile ön plana çıkar, mesleğin ne olacağına yönelik seçimi değil, özgürce meslek seçimi yapabilme algısını ortaya koyar.

Klumpp (2024) tarafından yapılan çalışma, çocuklukta maruz kalınan olumsuz deneyimlerin kariyer kararı verme becerisi ile anlamlı bir ilişkisinin olmadığı yönündedir. Bu araştırma ise çocuklukta olumsuz aile yaşantısı bakımından araştırmanın bulguları ile benzerken, olumsuz okul ve kişisel sosyal yaşantı bakımından sonuçlarımızdan farklı sonuçlar ortaya koyan bir çalışmadır. Bu yönüyle dahi mevcut araştırmayı desteklemektedir.

Ayrıca araştırmamızın sonuçları ile örtüşmesi itibariyle çocuklukta yaşanılan olumsuz deneyimlerin kariyer kararı verme yetkinliği ile ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur (Hartung vd., 2005; Yuan ve Li, 2019; Bryce vd., 2023). Bu çalışmalar doğrudan engellere rağmen özgürce mesleki seçimler yapma becerisini desteklemese de, olumsuz çocukluk yaşantıları ile kariyer seçim becerisi arasındaki ilişki hakkında ipuçları vererek araştırmamızın sonuçlarını destekler.

Olumsuz çocukluk deneyimlerinin özsaygı, özdeğer ve özyeterlilik gibi bireyin bilişsel ve duyuşsal olarak kendini algılama biçimlerine olumsuz etkileri olduğu ortaya koyulmaktadır (AlShawi ve Lafta, 2014; Chen vd., 2022). Olumsuz okul ve kişisel-sosyal çocukluk deneyimleri, özsaygı ve özyeterlik gibi olguları zarara uğratarak bireyde seçim becerisi olan irade ve özgür meslek seçim algısını kişilik özellikleri bağlamında etkileyebilir. Bu bireylerde seçim yapmaya dayalı

özyetersizlik, özdeğerde ise içsel kaynaktan ziyade dışsal onay ve başarısızlık korkusu sürdürülebilir çaba ve motivasyona engel teşkil edebilir.

Mesleki kimlik, bireyin ilk gelişim evrelerinden itibaren oluşturduğu, kişisel ve çevresel kaynaklı mesleki eğitimlerle de desteklenen mesleki benlik imaj ve algısıdır. Mesleki kimlik çocukluk dönemlerindeki yaşantılardan da etkilenir (Neary,2014; Sarıkaya, 2023). Cespedes (2023)'e göre erken dönem olumlu okul deneyimleri, olumlu rol modelliğin ve çocuk haklarını korumanın mesleki kimlik kazanmada etkili olduğunu öne sürer. Çalışma iradesi ile çocukluktaki olumsuz kişisel-sosyal ve okul deneyimlerininin anlamlı düzeyde etkilenmesi nedeniyle de ilişki kurulabilir. Hem mesleki kimlik hem çalışma iradesi okul ortamındaki psikososyal destek çalışmaları ile geliştirilebilir.

Psikolojik sağlamlık, bireyin olumsuz ve zor koşulların üstesinden gelip yaşamında bilişsel-duyuşsal işlevsellik kazanarak uyum sağlama becerisidir (Öz ve Yılmaz, 2009). Çalışma iradesi ise zorluklara rağmen özgürce kariyer tercihi yapmaya yönelik beceri algısıdır. Psikolojik sağlamlık zorlukların sonucunda psikososyal işlevselliği içerdiğinden mesleki ve kişisel yönden ortaklıklar barındırır. Ayrıca psikolojik sağlamlığın oluşumundaki zorluklarının başında çocukluk dönemindeki riskli yaşantılar ve olumsuz deneyimler gelir (Gizir, 2007). Araştırmamızın bulguları da olumsuz çocukluk deneyimlerinin çalışma iradesini düşürdüğü yönündedir. Bu iki pozitif kavramın da olumsuz çocukluk deneyimlerinden etkilendiği görülmektedir.

Çalışma iradesinin çocukluk yaşantıları bakımından değerlendirilmesi alanyazında ilk deneyimlerin, kariyeri ve kariyer seçim gücü üzerinde özgüven, okul başarısı, akran ilişkileri, öğretmen tutumu, destekleyici okul kültürü vb. yönlerden önem teşkil ettiğini ortaya koymaktadır.

Araştırmanın bulgularından hareketle, bu çalışmada çalışma iradesi için belirlenmiş olan risk faktörleri ve destekleyici faktörler Tablo 12'de sunulmuştur:

Tablo 12. Çalışma İradesi İçin Risk Faktörleri ve Destekleyici Faktörler

Risk Faktörleri	Destekleyici Faktörler
Akademik Yetersizlik	Başarı

Akran Zorbalığı	Psikolojik Sağlamlık
Sosyal Dışlanma	Anlamlı Sosyal İlişkiler
Okul Fobisi	Çocuk Grup Oyunları
Olumsuz Öğretmen Tutumu	Özgüven
Kaygı-Sosyal Kaygı	Destekleyici Öğretmen Tutumu
	Veli-Okul-Öğretmen İşbirliği

5.1.2. Çocukluk Yaşantıları ve Mutluluk

Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz aile yaşantıları, olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin mutluluk düzeyleri anlamlı düzeyde düşük çıkmıştır.

Çocukluk döneminde olumsuz aile yaşantıları, olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantılar gibi farklı kategorilendirilen yaşam alanları çocukluk dönemi olumsuz yaşam deneyimlerini oluşturur (Manap, 2015). Çocuklukta karşılaşılan olumsuz yaşantı deneyimlerinin izleri çoğu zaman ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık döneminde de bireye eşlik edebilir (Lacey vd., 2020). Bu olumsuz deneyimler bireyde kaygı, depresyon, anksiyete, stres şeklinde açığa çıkabildiği gibi psikopatolojik rahatsızlıklara da yol açabilir (Daines, 2021).

Çocuklukta ailede karşılaşılan olumsuz deneyimler: güvensiz bağlanma, boşanma, ilgisiz ebeveyn tutumu, aile içi fiziksel, cinsel ve duygusal istismar olarak sıralanabilir (Kara ve Yüksel-Şahin, 2021). Çocuklukta olumsuz okul yaşantıları: akran zorbalığı, öğretmen ayrımcılığı, okulu ve derslere karşı olumsuz tutum, Çocuklukta olumsuz kişisel-sosyal yaşantılar: kaygı ve depresyon, sosyal dışlanma, sınırlı sosyallik, tercih edilmeme vb. olarak sıralanabilir (Önder ve Gülay-Ogelman, 2011; Cichetti ve Toth, 2005).

Olumsuz çocukluk çağı yaşantılarının yetişkinlikte olumsuz duygulara yol açması olumlu duyguların yaşamda var olmasını azaltarak mutluluk düzeyine negatif yönde etki eder (Wang, 2021). Çocukluğunda olumsuz yaşantı ve travmalar deneyimleyen

bireyin yetişkinlikteki mutluluğu, olumsuz deneyimi olmayan bireye göre daha sınırlı olabilir (Erus vd. 2024).

Çocuklukta olumsuz aile yaşantıları, olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantılar, çocukluk çağı olumsuz yaşantılarını oluşturur. Çocukluk çağında olumsuz yaşantı barındırmak gelecekteki mutluluk haline etki edebilir. Alanyazında çalışmamızın bu bulgusunu destekleyen pek çok araştırma mevcuttur (Gündüz ve Gündoğmuş, 2019; Erus vd., 2024; Whitfield vd., 2005; Daines vd., 2021; Finlay vd., 2022). Potter vd. (2024) tarafından yapılan araştırmada, çocuklukta fiziksel veya cinsel istismara maruz kalmış bireylerin yetişkinlikte daha az ve sınırlı düzeylerde öznel iyi oluş bildirdiği aktarılmıştır. Bu sonuç mevcut araştırmanın bulgularını doğrulamıştır. Benzer bir bulgu da Shonkoff vd. (2012), tarafından ortaya konmuştur. Bu çalışmada özellikle sosyal destekten mahrum yetişmiş çocukların, gelecekte stresli yaşantılarla mücadele etmekte zorlandığı, duygusal düzenleme becerilerini sağlayamadığı, bunlara binaen de bu bireylerde mutluluk ve yaşam doyumunun azaldığı ifade edilmiştir. Çocuklukta deneyimlenen olumsuz yaşantıların gelecekte mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisini (Akintunde vd., 2024) tolere etmenin yolu, çocuklukta olumlu deneyimlere şahit olmak ve varsa olumsuz deneyimlerin etkileri ile mücadele etmektir. Bireyin yaşamı boyunca karşılaştığı olumlu deneyimler, sosyal destek sistemleri ve kişisel başa çıkma mekanizmaları vb. bu olumsuz etkileri azaltabilir veya ortadan kaldırabilir (Han vd. 2023; Almeida vd. 2024).

Alanyazında; Araştırmamızın bulgularından farklı olarak, olumsuz çocukluk deneyimlerinin, mutluluk üzerinde hiç etkisi olmadığına ya da pozitif yönlü etkilerinin olduğuna dair bir bilimsel araştırmaya rastlanılamamıştır. Çocuklukta edinilen olumsuz yaşam deneyimlerinin bireyin öznel iyi oluş düzeyine olan azaltıcı etkisi hatırı sayılır bir öneme sahiptir. Mevcut araştırma ve alanyazındaki diğer çalışmalar bu olumsuz deneyimlerinin kişi refahı ve toplum refahı için bir tehdit oluşturduğunu gözler önüne sermektedir.

Araştırmanın bulgularından hareketle, bu çalışmada mutluluk için belirlenmiş olan risk faktörleri ve destekleyici faktörler Tablo 13'de sunulmuştur:

Tablo 13. Mutluluk İçin Risk Faktörleri ve Destekleyici Faktörler

Risk Faktörleri	Destekleyici Faktörler
Boşanma	Aile İçi Sevgi ve Şefkat
Aile İçi İhmal ve İstismar	Aile İle Geçirilen Zaman
Olumsuz Okul Ortamı	Aile İçi İletişim Becerileri
Sosyal Dışlanma ve Zorbalık	Başarı
Akademik Yetersizlik	Anlamlı Sosyal İlişkiler
Zayıf Aile İlişkileri	Özgüven
	Çocuk Grup Oyunları

5.2. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Maddi Kaygılarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri maddi kaygılarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Araştırmanın sonucunda, maddi kaygıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi düzeyleri düşük çıkmıştır.

5.2.1. Maddi Kaygılar ve Çalışma İradesi

Bireylerin kariyerlerinde özgürce seçim yapabilmeleri, kişisel konforlarını geliştirmeleri adına önemlidir. Etkili mesleki seçimler yapabilmek, yaşam kalitesine önemli katkılar sunabilir (Duffy vd., 2011, Duffy vd., 2012). Çalışma iradesinin değindiği engeller temelde; yapısal, finansal ve kişisel-sosyal engeller olarak kategorilendirilebilir. Bu engellerden güncel ve gözle görülür olanların başında finansal kısıtlamalar gelebilir (Büyükgöze-Kavas ve Ünal, 2019). Finansal engellerle karşılaşılması sonucu finansal kaygıların ortaya çıkması beklenen bir durumdur (Archuleta vd., 2013). Maddi-finansal kısıtların kaygıya dönüşerek bireyde çalışma iradesini olumsuz anlamda etkilediği söylenebilir. Maddi kaygı yaşamak bireyi kısıtlayarak arzu ettiği, hedeflediği ve özgürce inşa edeceği kariyerine negatif olarak etki edebilmektedir.

Alanyazında maddi kaygı ile çalışma iradesi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalardan ziyade maddi-finansal zorluklarla çalışma iradesi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara rastlanır (Douglass vd., 2019). Jawahar vd. (2022)'e göre çalışma yaşantısında, şirket-örgüt içi yükselme-terfi, kariyer inşa etme ve buna bağlı gelir artışlarının maddi kaygıların etkisinin azaltılmasında etkili olduğu sonuçlarını paylaşmışlardır. Ekonomik refahı yüksek olan bireylerin, çalışma iradelerinin daha yüksek olduğu dolayısıyla da kendi doğalarına uygun mesleki seçimler yapma yetilerinin daha gelişmiş olduğu söylenebilir.

Song ve Lee (2023), yetişkin bireylerin kariyer kararı verirken ekonomik zorluk yaşamalarının özgür tercihler yapmalarına engel olduğunu çalışmaları ile ortaya koymuşlardır. Allan vd. (2020) de benzer bir veri ortaya koymuşlardır: Üniversite öğrencileri arasında yapılan boylamsal araştırmada, ekonomik yoksunluk yaşamanın çalışma iradesini düşürdüğü sonucuna ulaşmışlardır. Hai ve arkadaşları (2022), maddi zorluk ve engellerin aile desteği ve yeterli iş kaynaklarına sahip olmakla çalışma iradesi üzerindeki olumsuz etkilerinin azaltılabileceğini ileri sürmüşlerdir. Bu çalışmalarla beraber daha yüksek sosyoekonomik düzeye sahip çevreden gelen bireyin, özgürce kariyer tercihler yapma olasılığının daha yüksek olduğunu ifade eden çalışmalarda mevcuttur (Coşkun, 2023). Söz konusu araştırmalar, finansal zorluk yaşama ve buna maruz kalma yoluyla maddi kaygılar yaşamanın çalışma iradesi üzerinde negatif yönlü etkilerinin olduğunu ifade ederek, mevcut araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

Mevcut araştırma ve diğer araştırmalar, finansal kaygı ve çalışma iradesi ya da kariyer kararı verme yetkinliği arasında anlamlı farkılılık olduğunu açıklasa da, finansal kaygının çalışma iradesi ile ilişkisi olduğuna dair alanyazında bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Kariyer keşfi ve arayışı ile finansal kaygı yaşama arasında doğrudan bağlantı olmadığını ortaya koyan araştırmalar ise, bu kaygının bir krize yol açmadıkça kariyer değişikliğinde bulunma ihtimalinin düşük olduğu yönündedir (Schmitt vd., 2024). Zaten maddi kaygı ile baş etmek başlı başına bir engel olduğundan çalışma iradesini kısıtlaması beklenen bir sonuçtur. Genellikle maddi kaygı yaşamak, çalışma iradesinin doğal olarak düşmesine neden olabilir. Zorlu finansal durumlarda örgütsel bağlılığın sağlanması, psikososyal ve maddi destekler sağlanması çalışanların daha istikrarlı ve iradeli kariyer oluşturmalarına katkı sunabilir (Karatepe vd., 2024). Genel olarak maddi kaygıların bireyin çalışma

iradesini kısıtladığı, finansal açıdan zorlanan bireylerin hem kültürümüzde hem de dünyada irade ortaya koyarak sadece beklentilerine göre mesleki seçimler yapma becerisini azalttığını ortaya koymaktadır.

5.2.2. Maddi Kaygılar ve Mutluluk

Araştırmanın sonucunda, maddi kaygıları yüksek düzeyde olan bireylerin mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır. Yapılan araştırmalar, ekonomik kısıtlılıklar ve maddi yoksunluklar ile mutluluk arasında ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Yüksek gelir elde etmenin düşük gelir ve sınırlı maddi kaynaklara sahip olmaya göre daha fazla mutluluk sağladığı ifade edilebilir (Kushlew vd., 2015; Sasaki vd., 2022). Kaygı (Barlow, 2002), gelecekte meydana gelebilecek olumsuzluk ihtimaline karşı zihinsel, duygusal ve fizyolojik tepki verme hali olarak ifade edilirken, maddi kaygının ise ekonomik zorluk yaşama, ihtiyaçları giderememe, maddi olanaklara erişimin kısıtlanması düşüncesi ile beraber gelişen bilişsel stres tepkileri olduğu söylenebilir (Ayvaz ve Şahin, 2024). Olumlu duyguların olumsuz duygulara nazaran daha sık hissedilmesi olarak ifade edilen mutluluk (Diener, 1984) tanımının da olumsuz düşüncelerden kaygı ve kaygı çeşitleri ile ilişkili olduğu söylenebilir.

Yapılmış olan araştırmalarda, kaygı ve mutluluk arasında negatif yönlü kuvvetli ilişkiler bulunmuştur (Lyubomirsky vd., 2005). Wheeler ve Brook (2023), yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, çiftler arasındaki daha yüksek uyum ve mutluluğun, finansal kaygı ile ilişkili olarak daha sağlıklı ve akılcı finansal yönetim sağlayarak genel memnuniyet düzeyi üzerinden mutluluğa katkı sunmaya aracılık ettiğini ortaya koymuşlardır. Lindberg vd. (2021), Finlandiyalı çocuklar ile yaptıkları bir çalışmada, finansal kaygı yaşamanın yaşam memnuniyeti ve mutluluk üzerinde olumsuz etkilerinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Nijerya'da yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırma, mevcut araştırma ile benzer sonuçlar göstermiştir. Buna göre maddi stres altındaki bireylerin mutluluklarının azaldığı fakat aracı bir iyileştirici olarak yaşamdaki anlam arayışının yardımıyla bu etkinin azaltılabileceği söylenmiştir (Shaau ve Gire, 2023).

Maddi kaygıların, bireyin mutluluğu üzerindeki olumsuz etkilerini ortaya koyan yukarıdaki araştırmalarla benzer sonuçlar ortaya koyan çalışmalar da oldukça yaygındır. Birey olumsuz duygu ve düşünce olarak var olan maddi kaygıları ile yaşam doyumunu azaltır (Özyüksel, 2022; Ahamad ve Limbu, 2024). Yukarıda

belirtildiği üzere, yapılan çalışmalar farklı kültürel ve etnik gruplarda yapılmış olsa da benzer sonuçlar ortaya koymuştur. Bu durum evrensel bir kaygı türü olarak literatürde yer alan finansal kaygının, negatif duygulanımlara eşlik ederek mutluluk üzerinde azaltıcı etkilerinin olduğunu göstermektedir.

Diener ve Seligman (2004), yüksek gelir düzeyine sahip bireylerdeki maddi durumun mutluluk üzerindeki etkisinin her zaman pozitif yönde olmayabileceğini ileri sürer. Sosyal ilişkiler, yaşam anlamı, hobiler, aile içi sevgi bağları vb. faktörlerin mutluluğu sağlamak için daha belirleyici hale geldiğini ortaya koymuşlardır. Benzer şekilde, Kahneman ve Deaton (2010) da gelir arttıkça duygusal iyi oluşun belli bir seviyeden sonra sabit kaldığını ve maddi kaygıların mutlulukla olan ilişkisinin zayıfladığını ileri sürmüşlerdir. Bu bulgular, mutluluğun yalnızca ekonomik faktörlerle değil, psikolojik ve sosyal etkenlerle de şekillendiğini ortaya koymaktadır. Esasında bu araştırmalar da mevcut araştırma ile benzer sonuçları açıklamıştır. Çünkü finansal sıkıntı sonucu oluşan kaygıların mutlulukla anlamlı düzeyde ilişkili olduğu görülmektedir. Mutluluğu meydan getiren unsurların psikososyal belirleyicileri olmasının yanı sıra finansal ve yapısal etkenleri de olduğu görülmektedir. Araştırmanın sonucu, hem kültürümüz hem de dünya alanyazını dahilinde yapılan çalışmalarla birlikte maddi kaygıların insanların mutluluğu üzerinde azaltıcı etkilerinin olduğunu ortaya koymaktadır.

5.3.Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Cinsiyetlerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Araştırmanın sonucunda, cinsiyete göre yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Literatürde bu araştırmanın sonucu ile benzer bulgulara ulaşan çalışmalara sayıca pek rastlanılamamakla birlikte, cinsiyetini kadın ve erkek olarak belirten yetişkinler arasında anlamlı farklılık olmadığına dair çalışmalar yaygındır (Büyükgöze-Kavas ve Ünal, 2019; Duffy vd. 2012; Duffy vd., 2016; Jadidian ve Duffy, 2012; Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay, 2023; Pires ve Andrade, 2022; Price-Lee, 2024). Araştırma sonuçlarından farklı olarak, cinsiyetini kadın olarak belirten yetişkin bireylerin çalışma iradelerinin anlamlı düzeyde farklı ve yüksek olduğuna dair

bulgular da mevcuttur (Kirazcı ve Büyükgöze-Kavas, 2021). Belirtilen araştırmaların dışında cinsiyetini kadın olarak belirten yetişkinlerin çalışma iradelerinin, cinsiyetini erkek olarak belirten yetişkin bireylere nazaran anlamlı derecede daha düşük bulunduğunu belirten araştırmalar da mevcuttur (Duffy vd., 2012; Büyükgöze, 2018). Genel olarak bakıldığında, çalışma iradesinin yetişkin bireylerde kadın-erkek cinsiyeti üzerinde belirgin bir farklılığa yol açmadığı, diğer kültürel, geleneksel, toplumsal ve sosyoekonomik bileşenlerden etkilenerek farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılabilir.

Araştırmanın sonucunda, cinsiyete göre yetişkin bireylerin mutluluk düzeyleri benzer bulunmuştur. Buna göre cinsiyet farklılığının veya hissedilen cinsiyetin mutluluk üzerinde bir etkisine rastlanılamamıştır. Yapılan bazı araştırmalar mevcut araştırmanın bulgularını desteklemektedir (Shmotkin, 1990; Ke, 2018; Yakut, 2018). Mevcut araştırma, genel olarak cinsiyetin yüksek yaşam memnuniyeti ve olumlu duyguların olumsuz duygulara nazaran daha fazla hissedilmesi durumu olan mutluluk üzerinde belirleyici bir etken olmadığını ortaya koymuştur. Mevcut araştırmanın bulgularından farklı olarak kadınların erkeklerden veya erkeklerin kadınlardan daha fazla mutluluk bildirdiğini ortaya koyan çalışmalarda mevcuttur: Bunlardan kadınların daha mutlu olduğunu belirtenler (Çirkin ve Göksel, 2016; Ünal vd., 2001; Viviani ve Ray, 2022) ve erkeklerin daha fazla mutluluk bildirdiğini beliten (Kıral-Uçar, 2019; Malmivaara, 2014) araştırmalar mevcuttur. Diğer yandan Yüksel Şahin ve Başar Genç'in (2023) yapmış oldukları araştırmanın sonucunda, cinsiyetini diğer olarak belirten bireylerin psikolojik sağlamlık ve yaşam doyumunun düşük, depresyon ve anksiyete düzeyinin ise yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırmacılar, özellikle cinsiyetini diğer olarak belirten bireylerin cinsel yönelim ve cinsiyet kimliklerinin katı tanımlarından uzak durduklarını; ancak bu belirsiz durumun bireylerde düşük yaşam doyumuna ve mutsuzluğa neden olabileceğini de belirtmektedirler.

Cinsiyet değişkeninin ülkemiz üzerinde çalışan yetişkinler arasında çalışma iradesi ve mutluluk yönünden bir farklılığa yol açmadığı araştırmadan elde edilen sonuçlardandır.

5.4.Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Yaşlarına Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri yaşlarına göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Araştırmanın sonucunda, yaşa göre yetişkinlerin çalışma iradesi değişmezken; yaş düzeyi arttıkça mutluluğun da arttığı bulunmuştur.

Araştırmanın sonucunda, yaşa göre yetişkin bireylerin çalışma iradesi anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Çalışma iradesi, yetişkinlerin yaşından bağımsız olarak diğer sosyoekonomik kısıtlar, öz-yeterlik (Duffy, vd., 2012) içsel kontrol odağı gibi farklı faktörlerle daha fazla etkileşimde olabilir. Yaş, gelişimsel bir özellik olduğundan daha öznel ve bireysel argümanlar bu sonuca ulaşılmasına neden olmuş olabilir (Jadidian ve Duffy, 2012).

Literatürde mevcut araştırma ile benzer bulgulara ulaşılmış araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin ABD'de Duffy vd. (2015), tarafından gaziler üzerinde yapılan bir araştırmada yaş değişiminin çalışma iradesi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulgusuna ulaşılmıştır. Bu sonuç mevcut araştırma ile benzer sonuçlar vermiş ve araştırmanın bulgularını desteklemiştir.

Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay (2023) tarafından aşçılık mesleğini icra eden yetişkin bireyler arasında yapılan araştırmada ise yaşın çalışma iradesi ile pozitif ilişkisinin olduğu, yaş düzeyi arttıkça özgürce mesleki seçimler yapma becerisinin de arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Bouchard ve Margaret (2017) tarafından yapılan araştırmada ise yaşı genç olan bireylerin daha yüksek çalışma iradesi algısına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın sonucunda, yetişkin bireylerin yaş düzeyi arttıkça mutluluk düzeylerinin de arttığı bulunmuştur. Araştırmanın çalışma grubunu Türkiye'de yaşayan yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Ülkemizde özellikle genç yaştaki bireylerin karşılaştığı istihdam problemleri, kariyer engellemeleri, gelecek kaygısı, maddi kaygılar vb. durumların mutluluk algısı üzerinde azaltıcı etkilerinin olduğu söylenebilir.

TÜİK'in yaptığı yaşam memnuniyeti araştırmalarında da benzer sonuçlara rastlanmıştır (TÜİK, 2024). Mevcut araştırmada özellikle yaş artışı ile paralel ve doğru orantılı olarak mutluluğun da arttığı gözlenmektedir. Bulgularda yaş düzeyinin

mutlulukla birlikte kademeli olarak artmasının nedenlerinden biri de ülkemizin kültürel kodlarında bulunan aile içi ve çevresel saygınlığın artması, geniş ve toplulukçu aile yapısının etkileri ile birlikte giderek artan ekonomik refah, sakin ve belirginleşmiş yaşam düzeni de etken olarak gösterilebilir (Altunay ve Özkul, 2022).

Araştırmanın sonucunda, yaşın mutluluk üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan bazı araştırmalar mevcut araştırmanın bulgularını desteklemekte ya da benzer sonuçlar göstermektedir. Ünal (2001)'ın hekimler üzerinde yaptığı araştırmada, ilerleyen yaştaki tecrübeli, kariyerli ve maddi kaynaklara erişimde sorun yaşamayan hekimlerin daha yüksek mutluluk bildirdikleri sonucuna ulaşılmış, benzer bir sonuç da Yinanç vd. (2020) tarafından yapılan araştırmada yer almıştır. Bu araştırmaya göre 65 yaş üstü bireylerin daha fazla mutluluk bildirdiği gözlenmiştir. Mevcut araştırmanın bulgularından farklı olarak görece genç olarak sınıflandırılan yetişkinlerin, yaşı büyük yetişkinlere nazaran daha fazla mutluluk bildirdiğini ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur. Bu çalışmaların örneklem grubunu ülkemiz dışında yaşayan bireyler oluşturmaktadır (Shmotkin, 1990; Vera-Villaroel, 2012). Bunlardan ayrı olarak yaşın mutluluk üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığına dair araştırmalar da mevcutur (Gutierrez vd. 2005; Yakut, 2018).

Yaşa göre mutluluğa bakıldığında kuşaklararası "bölük etkisi" mutluluk bildirimi de önemlidir. Akduman (2000), ülkemiz örnekleminde kesitsel araştırma yöntemiyle yaptığı çalışmada, Y ve Z kuşaklarının Bebek patlaması ve X kuşağına göre daha mutlu olduğunu ortaya koymuştur. Yang (2008)'a göre bebek patlaması kuşağının çocukluk dönemlerindeki deneyimlerden ve sosyal ortamdan etkilenerek daha az mutluluk bildirdikleri gözlenmiştir. Bu bulgu, kritik dönemin söz konusu kuşağa bir yansıması olarak görülmektedir. Mevcut araştırmanın bu bulgulardan farklı sonuçlar ortaya koyması, güncel veriler edinilmesine, kültürümüzdeki dinamiklere, yakın sosyal ilişkilere ve örneklem grubunun seçimine atfedilebilir.

Yaş faktörünün özellikle Türkiye örneklemi üzerinde farklı sonuçlarının olduğu gözlenmektedir. Buradaki farklılığın temelinde, Türkiye'deki sosyoekonomik dengelerin diğer ülkelere kıyasla daha değişken olmasının yer aldığı düşünülmektedir.

5.5. Yetişkinlerin Çalışma İradesi ve Mutluluk Düzeyinin Eğitim Düzeylerine Göre Farklılaşmasına Dair Bulguların Tartışma ve Yorumu

Araştırmada "Yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri eğitim düzeylerine göre anlamlı bir düzeyde farklılık göstermekte midir?" sorusuna cevap aranmıştır. Araştırmanın sonucunda, eğitim düzeyine göre yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri birbirine yakın bulunmuştur.

Çalışma iradesinin önemli belirleyicilerinden bir tanesi de yapısal engeller boyutudur. Yapısal engeller, bireylerin kişisel beklentilerine, akademik ve gelişimsel hedeflerine bağlı olarak değişkenlik gösterebilir.

Literatürde mevcut araştırma ile benzer bulgulara ulaşılmış araştırmalardan ziyade farklı bulgulara ulaşılmış araştırmalar bulunmaktadır. Örneğin ABD'de Duffy vd. (2015), tarafından gaziler üzerinde yapılan bir araştırmada daha yüksek eğitim düzeyine sahip gazilerin çalışma iradelerinin daha yüksek olduğu; Yine Yumuk-Mercan ve Yumuk-Günay (2023) tarafından aşçılık mesleğini icra eden yetişkin bireylerden oluşan örneklem grubundaki gözlenen verilere göre, eğitim düzeyinin çalışma iradesi ile pozitif yönde anlamlı ilişkisinin olduğu, eğitim düzeyi yükseldikçe özgürce mesleki seçimler yapma becerisinin de arttığı bulgusuna ulaşılmıştır. Jadidian ve Duffy (2012) tarafından yapılan araştırmada ise yukarıda belirtilen araştırmalara benzer olarak eğitim düzeyi daha yüksek olan bireylerin daha yüksek çalışma iradesi algısına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut araştırmada ise bahsedilen araştırmalardan farklı olarak eğitim düzeyi ile çalışma iradesi arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre ülkemizde çalışan, eğitim düzeyi yüksek bireylerin bazı yapısal (politik, istihdam, sosyal güvence), finansal engellerin etkisinde kalarak iş yaşamına dair özgürce seçimler yapamadığı ve kısıtlılık hissettiği düşünülebilir.

Araştırmanın sonucunda, eğitim düzeyine göre yetişkin bireylerin mutluluk düzeyleri birbirine yakın bulunmuştur. Eğitim düzeyi ve mutluluk arasındaki ilişkiye bakıldığında, eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin mutluluk beklentileri daha yüksekken, eğitim düzeyi düşük bireylerin ise daha az seviyelerde mutluluk beklentisi içerisinde olduğu söylenebilir. Yapılan araştırmaların geneli, eğitim düzeyinin mutlulukla pozitif yönde ilişkisi olduğu yönündedir. Bu iki çıkarım eğitim düzeyi-mutluluk ilişkisini karıştırıcı hale getirebilir (Yinanç vd., 2020). Araştırma

sonuçlarının ülkemiz özelinde de değerlendirilmesi yararlıdır. Ülkemizde son yıllarda üniversite mezunlarının istihdam problemleri, düşük ücretlerde çalışma mecburiyeti, gelecek kaygısı gibi olumsuzluklarla karşılaşma problemlerinin eğitimli bireyler arasındaki mutluluk düzeyini azaltabileceği düşünülmektedir (Çivilidağ, 2019). Öyle ki mevcut araştırmanın örneklem grubunu büyük oranda 22-32 yaş aralığındaki bireyler oluşturmaktadır. Bu yaş grubundaki bireylerin, belirtilen problemlerle daha fazla karşı karşıya kalması muhtemeldir.

Mevcut araştırma, genel olarak eğitim düzeyinin yüksek yaşam memnuniyeti ve mutluluk üzerinde belirleyici bir etken olmadığını ortaya koymuştur. Mevcut araştırmamızın bulgularını destekleyen çalışmalar alanyazında mevcuttur (Michalos, 2007; Vera-Villarroel vd., 2012). Literatürde mevcut araştırmanın bulguları ile örtüşmeyen çalışmalar da mevcuttur (Witter vd., 1984; Striessing, 2015; Molnar ve Kapitany, 2015). Bu araştırmalar genelde, eğitim düzeyinin artmasıyla mutluluğun da arttığını açıklayan çalışmalardır.

Araştırmalar (Stryzhak, 2020; Yang vd., 2022), eğitim düzeyi arttıkça uzmanlık, terfi ve kariyer olanaklarının, beraberinde gelir artışını getireceğini, bunun da mutluluk üzerinde iyileştirici etkileri olabileceğini ortaya koymaktadır. Kültürümüz özelinde mutluluğun eğitim düzeyine göre farklılaşmamasının nedenleri olarak üniversite mezunlarının işsizlik ve istihdam problemleri, düşük ücretler, beklentilerin karşılanmaması, saygınlığın azalması karşımıza çıkabilir. Ayrıca araştırmanın örneklem grubu özelliği de bu farklılaşmanın kaynağını oluşturabilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Bu bölümde önce araştırma sonuçlarına bağlı olarak ulaşılan sonuçlara ve daha sonra araştırma sonuçlarına ilişkin önerilere yer verilmiştir.

Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz aile yaşantısı yüksek ya da düşük düzeyde olan yetişkin bireylerin çalışma iradesi düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak, çocukluk döneminde olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi düzeyleri düşük çıkmıştır. Araştırmanın sonucunda, çocukluk döneminde olumsuz aile yaşantıları, olumsuz okul yaşantıları ve olumsuz kişisel-sosyal yaşantıları yüksek düzeyde olan bireylerin mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır.

Araştırmanın sonucunda, maddi kaygıları yüksek düzeyde olan bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri düşük çıkmıştır

Araştırmanın sonucunda, cinsiyetini diğer olarak belirten yetişkinlerin çalışma iradesi düzeyi, kadın ve erkek yetişkinlere göre düşük düzeyde çıkarken, mutluluk düzeyleri benzer bulunmuştur.

Araştırmanın sonucunda, yaşa göre yetişkinlerin çalışma iradesi değişmezken; yaş düzeyi arttıkça mutluluğun da arttığı bulunmuştur.

Araştırmanın sonucunda, eğitim düzeyine göre yetişkin bireylerin çalışma iradesi ve mutluluk düzeyleri birbirine yakın bulunmuştur.

6.2. Öneriler

Araştırma sonucunda ulaşılan bulgular dikkate alınarak bazı önerilerde bulunulmuştur. Bu öneriler aşağıda belirtilmiştir.

6.2.1. Araştırmanın Sonuçlarına İlişkin Öneriler

Olumsuz çocukluk deneyimlerinin etkilerinin yaşam boyu sürebildiği göz önünde bulunularak ebeveyn güçlendirme ve farkındalık çalışmaları yapılmasının önleyici ve geliştirici olabileceği düşünülmektedir.

Kariyer Psikolojik Danışmanlığı kapsamında "Çalışma İradesi" düzeyi yapılacak çalışmalar ve kariyer kuramlarını etkin kullanarak mesleki rehberlik çalışmalarıyla geliştirilebilir.

Araştırmanın bulguları, kariyer rehberliği ve danışmanlığı uygulamalarında bireylerin olumsuz çocukluk ve geçmiş yaşantılarının dikkate alınması gerektiğini ortaya koymuştur. Kariyer danışmanlığı uygulamalarında, olumsuz çocukluk deneyimlerinin etkilerini azaltmak, seçim yapma becerisi ve yönelimine yardımcı olma faaliyetlerinde bireylerin biricikliğine önem verilmesi gerektiğini ortaya koymuştur.

Araştırmada olumsuz okul yaşantılarının çalışma iradesini düşürdüğü yönündeki bulguya dayanarak okul psikolojik danışmanlarının okullarda yapacağı bireysel ve grup çalışmaları ile olumsuz öğretmen tutumu ve akran zorbalığı yaşayan bireylerin tespiti ve buna yönelik çözümlerle risk faktörlerinin önüne geçilmesi önerilmektedir.

Araştırmanın sonucu ve alanyazın çerçevesinde, olumsuz çocukluk deneyimlerinin yetişkinlik döneminde mutluluğu azaltıcı etkilerine dayanarak, okullardaki psikolojik danışman istihdamının, psikolojik danışmanların psikolojik danışma yaklaşımları ve özellikle koruyucu-önleyici psikolojik danışma faaliyetlerinin yaygınlaştırılması açısından önemlidir.

Yaşam maliyetleri, sağlık imkanları, gerekli serbest zaman, sosyal olanaklar ve ücret politikaları göz önünde bulundurularak insana yakışır ücret düzeyleri ve çalışma koşulları yeniden değerlendirilmelidir.

Kariyer eğitimleri ve yönlendirmelerinin etkilerinin yalnızca "iş" odaklı değil, yaşam boyu sürdüğü vurgulanarak özellikle "mutluluk" sağlama aracı olduğu da bu kapsama alınmalıdır.

6.2.2. Yeni Yapılacak Araştırmalara İlişkin Öneriler

Özellikle Türk Kültürü özelinde "Toplumsal Cinsiyet" ve "Çalışma İradesi" arasındaki ilişkiyi açıklayan araştırmalara ihtiyaç olabilir.

Mevcut çalışma kesitsel bir çalışmadır. Yapılacak çalışmalar boylamsal araştırmalar olmalı ve bireylerin çocukluk deneyimlerinin, yaşamlarının ilerleyen dönemlerindeki çalışma tutum ve davranışları ile psikolojik iyilik hâlleri üzerindeki etkisi uzun vadeli olarak izlenmelidir.

"Çalışma İradesi" ve "İnsana Yakışır İş" kavramı alt boyutlarıyla birlikte farklı meslek gruplarında ele alınmalı ve hangi boyutların hangi meslek gruplarında daha etkili olduğunun değerlendirilmesi yararlı olabilir.

Mutlulukla ilgili yapılacak araştırmalarda boylamsal çalışmalara bolca yer verilmesi, yaş faktörünün mutluluk üzerindeki etkisinin "Kuşak farkı" ve "Bölük etkisi" bakımından analizlerinin yapılması yararlı olabilir.

Psikolojik sağlamlık ve çalışma iradesi arasındaki ilişkinin önemine dair yeni bilimsel araştırmalar yapılmasının alanyazına katkı sunacağı düşünülmektedir.

Mesleki kimlik ve çalışma iradesinin de dahil edildiği yeni çalışmaların yapılmasının alanyazına katkı sunacağı düşünülmektedir.

Çocukluk yaşantıları ile ilgili deneyimlerin nitel araştırma yöntemleri ile denenmesi, bu döneme ait daha somut verilerin derinlemesine görüşme ve odak grup çalışmaları ile sağlanması, çocukluk deneyimlerinin kariyer yönelimi üzerindeki etkisini daha net gözler önüne serebilir.

Mevcut araştırma ve diğer araştırmalar çocukluktaki olumsuz yaşantılar ve travmalar üzerine ışık tutmuştur. Çocukluk dönemindeki pozitif aile etkisinin çocuk üzerindeki etkilerinin araştırmalara dahil edilmesi, pozitif deneyimlerin birey üzerinde sağladığı olanakları gözler önüne serebilir.

KAYNAKÇA

Abdallah, T. (1998). The Satisfaction with Life Scale (SWLS): Psychometric Properties in an Arabic-speaking Sample. *International Journal of Adolescence and Youth*, *7*(2), 113–119. doi.org/10.1080/02673843.1998.9747816.

Abbott, P., & Wallace, C. (2012). Happiness in a Post-conflict Society: Rwanda. In H. Selin & G. Davey (eds), *Happiness Across Cultures Views of Happiness and Quality of Life in Non-Western Cultures* (pp. 361–376). Dordrecht: Springer. doi.org/10.1007/978-94-007-2700-7_24.

Aca, Z., & Akdamar, E. (2023). İnsana yakışır işin yaşam doyumu, çalışma iradesi ve işin anlamı üzerindeki etkisi. *Dicle Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 13*(25), 216-246. doi.org/10.53092/duiibfd.1222446.

Adam, I., Dayour, F., & Kimbu, A. N. (2023). Crisis-induced financial anxiety, social support, socio-psychological wellbeing, and commitment to work in the tourism sector. *Development Southern Africa*, *40*(5), 1014–1037. doi.org/10.1080/0376835X.2023.2165042.

Adıgüzel, O., & Erdoğan, A. (2016). Anne roe ve holland'ın kişilik kuramları ile Shein'in kariyer değerlerinin içerik analizi yöntemiyle değerlendirilmesi. *Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi, 6*(3).

Ahamed, A. J., Jakubowska, D., & Sadílek, T. (2025). Financial anxiety of university students in Poland and Czechia: fsQCA analysis. *International Journal of Bank Marketing*, *43*(4), 757-779.

Ahamed, A. J., & Limbu, Y. B. (2024). Financial anxiety: a systematic review. *International Journal of Bank Marketing*, *42*(7), 1666-1694.

Akay, G., Oğuzhan, H. & Güdücü Tüfekçi, F. (2024). Kahramanmaraş depremi sonrası üniversitede algılanan stres düzeyleri ile öznel iyi oluş durumları arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Üniversite Araştırmaları Dergisi, 7*(1), 40-47. https://doi.org/10.32329/uad.1358958.

Akdemir, Ç. (1991). Okullarımızda mesleki rehberliğin önemi. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 1* (2), 76-83.

Akduman, G. (2020). Mutluluk (öznel iyi oluş) kuşaktan kuşağa azalıyor mu? mutluluğun (öznel iyi oluş) kuşaklar bazında incelenmesine yönelik bir araştırma. *Journal Of Socıal, Humanıtıes And Admınıstratıve Sciences (Joshas).* Yıl-Sayı: 2020-23. 274-284.

Akın, A. (2008). The scales of psychological well-being: a study of validity and reliability. *Educational sciences: Theory and practice*, *8*(3), 741-750.

Akın, A., Uysal, R., & Çitemel, N. (2013). Çocukluk deneyimleri ölçeğinin türkçeye uyarlanmasi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *21*(4), 1541-1550.

Akintunde, T. Y., Isangha, S. O., Iwuagwu, A. O., & Adedeji, A. (2024). Adverse childhood experiences and subjective well-being of migrants: Exploring the role of resilience and gender differences. *Global Social Welfare*, *11*(3), 243-255.

Aksu, B. Ç., & Orak, B. (2022). Covid-19 pandemisinin sağlik çalişanlarinin finansal kaygi, iş-yaşam dengesi ve sosyal izolasyon düzeylerine etkilerinin incelenmesi. *International Journal of Management Economics & Business / Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, *18*(1), 126–152. https://doi.org/10.17130/ijmeb.964154.

AlShawi, A. F., & Lafta, R. K. (2015). Relation between childhood experiences and adults' self-esteem: A sample from Baghdad. *Qatar Medical Journal*, *2014*(2), 14.

Allan, B. A., Autin, K. L., & Duffy, R. D. (2014). Examining social class and work meaning within the psychology of working framework. *Journal of Career Assessment*, *22*(4), 543-561.

Allan, B. A., Douglass, R. P., Duffy, R. D., & McCarty, R. J. (2016). Meaningful work as a moderator of the relation between work stress and meaning in life. *Journal of Career Assessment, 24*(3), 429–440. https://doi.org/10.1177/1069072715599357.

Allan, B. A., Sterling, H. M., & Duffy, R. D. (2020). Longitudinal relations among economic deprivation, work volition, and academic satisfaction: A psychology

of working perspective. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, *20*, 311-329.

Almeida, T. C., Cardoso, J., Matos, A. F., Murça, A., & Cunha, O. (2024). Adverse childhood experiences and aggression in adulthood: The moderating role of positive childhood experiences. *Child Abuse & Neglect*, *154*, 106929.

Altunay, Z., & Özkul, M. (2022). Geçmişin değeri günün sosyal problemi: yaşlılık ve modern toplumda yaşlı bakımı. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi, 13*(35), 1012-1036. https://doi.org/10.21076/vizyoner.1020968.

Altuntaş, S., Atli, A., & Kış, A. (2016). Öğrencilerin mesleki olgunluk düzeylerinin cinsiyetlerine göre meta analizi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* (*31*),88-106.

Anda, R. F., Felitti, V. J., Bremner, J. D., Walker, J. D., Whitfield, C., Perry, B. D., Dube, S. R., & Giles, W. H. (2006). The enduring effects of abuse and related adverse experiences in childhood. A convergence of evidence from neurobiology and epidemiology. *European archives of psychiatry and clinical neuroscience*, *256*(3), 174–186. https://doi.org/10.1007/s00406-005-0624-4.

Anda, R. F., Porter, J. E., Brown, D. W., Felitti, V. J., Dube, S. R., & Williamson, D. F. (2019). Positive childhood experiences and adult health: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, *173*(11), e193609.

APA Dictionary of Psychology (2025). Anxiety, 02.02.2025. https://www.apa.org/search?query=ANXIETY.

Archuleta, K. L., Dale, A., & Spann, S. M. (2013). College students and financial distress: Exploring debt, financial satisfaction, and financial anxiety. *Journal of Financial Counseling and Planning*, *24*(2), 50-62.

Armstrong, M. I., Birnie-Lefcovitch, S., & Ungar, M. T. (2005). Pathways between social support, family well being, quality of parenting, and child resilience: What we know. *Journal of child and family studies*, *14*, 269-281.

Arpacı, S., & Özek, Y. (2019). Finans sektöründe ekonomik kaygı ve tükenmişlik düzeylerinin örgütsel bağlılığa etkisi. *Kastamonu Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 21*(2), 99-125. https://doi.org/10.21180/iibfdkastamonu.645417.

Arseneault, L., Bowes, L., & Shakoor, S. (2010). Bullying victimization in youths and mental health problems: 'much ado about nothing'?. *Psychological medicine*, *40*(5), 717–729. https://doi.org/10.1017/S0033291709991383.

Arslan, A. (2022). Erken çocukluk döneminde çocuğun gelişiminin desteklenmesinde aile. *Gümüshane Üniversitesi Saglik Bilimleri Dergisi*, *11*(4), 1676–1684. https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1182716.

Arthur, M. B., Khapova, S. N., & Wilderom, C. P. (2005). Career success in a boundaryless career world. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, *26*(2), 177-202.

Atıcı, V. O., Kurtay, A., Demirel, H., & Koyuncu, M. (2024). Pandemi sürecinin okul öncesi dönem çocuklarının oyunlarına etkisi. *Academıc Socıal Resources Journal*, *8*(49), 2671-2677.

Autin, K. L., Douglass, R. P., Duffy, R. D., England, J. W., & Allan, B. A. (2017). Subjective social status, work volition, and career adaptability: A longitudinal study. *Journal of Vocational Behavior*, *99*, 1-10.

Aydın, B., & Kaya, A. (2016). Sources of stress for teachers working in private elementary schools and methods of coping with stress. *Universal Journal of Educational Research*, *4*(n12A), 186-195.

Aydın, B. & Kaya, A. (2016). Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun yordayıcıları olarak yaşam doyumu, sosyal destek ve öz-anlayış. *Kastamonu Eğitim Dergisi, 24*(3), 1301-1316.

Aydın Orhan, A., & Ültanır, E. (2014). Lise Öğrencilerinin Mesleki Olgunluk Düzeyleri ile Karar Verme Düzeyleri. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3*(5), 43-55.

Ayvaz, A, & Şahin, E. S. (2024). Maddi kaygı ölçeğinin (mkö) Türkçeye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 33* (2), 257-268.

Aziz, A. (2011). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri ve teknikleri*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Babahanoğlu, R. (2020). Çalışan annelerin yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası Kültürel Ve Sosyal Araştırmalar Dergisi, 6*(2), 518-530. https://doi.org/10.46442/intjcss.793186.

Babbie, E. (2013). The practice of social research. *Oxford University Press*.

Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd ed.). The Guilford Press.

Basyouni, S. S., & El Keshky, M. E. S. (2021). Job insecurity, work-related flow, and financial anxiety in the midst of COVID-19 pandemic and economic downturn. *Frontiers in Psychology*, *12*, 632265.

Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Pals, J. L. (2008). Narrative identity and eudaimonic well-being. *Journal of happiness studies*, *9*, 81-104.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (2017). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Interpersonal development*, 57-89.

Baumeister, R. F., & Tierney, J. (2011). *Willpower: Rediscovering the greatest human strength.* Penguin Press.

Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child Development, 37*(4), 887–907.

Baumrind, D. (1991). The ınfluence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence, 11*(1), 56–95.

Bekhet, A. K., Zauszniewski, J. A., & Nakhla, W. E. (2008). Happiness: theoretical and empirical considerations. *Nursing forum*, *43*(1), 12–23. https://doi.org/10.1111/j.1744-6198.2008.00091.x.

Bethell, C. D., & Burke Harris, N. (2020). Adverse childhood experiences: What we know, what we're learning, and what needs to be done. *JAMA Pediatrics*, *174*(8), 737-738.

Beyazkürk, D., Anlıak, Ş., & Dinçer, Ç. (2007). Çocuklukta Akran İlişkileri ve Arkadaşlık. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (26).

Bırni, G., Erus, S. M., Satıcı, S. A., & Deniz, M. E. (2025). Psychological flexibility and self-critical rumination: A serial mediation between adverse childhood

experiences and mental well-being in adulthood. *Personality and Individual Differences*, *232*, 112861.

Blustein, D. L. (2006). *The psychology of working: A new perspective for career development, counseling, and public policy.* Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Blustein, D. L. (2011). A relational theory of working. *Journal of Vocational Behavior*, *79*(1), 1-17.

Bouchard, L. M., & Nauta, M. M. (2017). College Students' Health and Short-Term Career Outcomes: Examining Work Volition as a Mediator. *Journal of Career Development*, *45*(4), 393-406. https://doi.org/10.1177/0894845317699517.

Boullier, M., & Blair, M. (2018). Adverse childhood experiences. *Paediatrics and Child Health*, *28*(3)*,* 132-137. https://doi.org/10.1016/j.paed.2017.12.008.

Bozgeyikli, H., Bacanlı, F., & Doğan, H. (2009). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin mesleki karar verme yetkinliklerinin yordayıcılarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*(*21*), 125-136.

Bryce, I., Pye, D., Beccaria, G., McIlveen, P., & Du Preez, J. (2023). A systematic literature review of the career choice of helping professionals who have experienced cumulative harm as a result of adverse childhood experiences. *Trauma, Violence, & Abuse*, *24*(1), 72-85.

Brown, D. (Ed.). (2002). *Career choice and development*. John Wiley & Sons.

Büyükgöze, H. (2018). Predicting work volition from proactive personality trait among university students. *Kastamonu Education Journal*, *26*(1), 117-123.

Büyükgöze-Kavas, A. & Ünal, Ş. (2019). Çalışma İradesi Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2*(2), 194-214.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri.* Ankara: Pegem Akademi.

Cameron, J. J., & Stinson, D. A. (2019). Gender (mis) measurement: Guidelines for respecting gender diversity in psychological research. *Social and personality psychology compass*, *13*(11), e12506.

Can, N. (2021). *Mesleki Gelişim ve Kariyer Planlama*. Ankara: Pegem Akademi.

Chen, Z., Li, J., Liu, J., & Liu, X. (2022). Adverse childhood experiences, recent negative life events, and non-suicidal self-injury among Chinese college students: the protective role of self-efficacy. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, *16*(1), 97.

Cheung, F., Ngo, H., & Leung, A. (2018). Predicting work volition among undergraduate students in the united states and hong kong. *Journal of Career Development*, *47*(5), 565-578. https://doi.org/10.1177/0894845318803469.

Chia, Y. Y. A., Hartanto, A., Wan, T. S., Teo, S. S. M., Sim & W. X., (2025). Tennakoon appuhamillage, s. k. the impact of childhood sexual, physical and emotional abuse and neglect on suicidal behavior and non-suicidal self-injury: a systematic review of meta-analyses. *Psychiatry Research Communications*, *5*(1), 1-19.

Chida, Y., & Steptoe, A. (2008). Positive psychological well-being and mortality: A quantitative review of prospective observational studies. *Psychosomatic Medicine, 70*(7), 741–756. https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e31818105ba.

Chisale, E.T., & Phiri, F.M. (2022). PERMA model and mental health practice. *Asian Journal of Pharmacy, Nursing and Medical Sciences* (ISSN: 2321 – 3639) Volume 10 – Issue 2, August 2022, sf. 21-24.

Cicchetti, D. (2004). An odyssey of discovery: lessons learned through three decades of research on child maltreatment. *American psychologist*, *59*(8), 731.

Clisby, S. (2017). Gendering happiness and its discontents. *Journal of Gender Studies*, *26*(1), 2–9. https://doi.org/10.1080/09589236.2017.1273362.

Crites, J. (1971). The maturity of vocational attitudes in adolescence. *Vocational Guidance Quarterly*, *20*(1), 82-82.

Cohen, H., Baruch, O. K., & Katz, H. (2024). Career Metaphors and Significant Childhood Experiences in Social Entrepreneurs' Career Choice. *The Journal of Entrepreneurship*, *33*(2),268-92. //doi.org/10.1177/09713557241255409.

Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Brooks/Cole Cengage Learning.

Coşkun, P. A (2023). *Comprehensive study on career calling: understanding the role of socioeconomic factors and work volition across cultures.* [Yüksek Lisans Tezi, University Of Padova]. https:// hdl.handle.net/20.500.12608/64528.

Creed, P. A., Fallon, T., & Hood, M. (2009). The relationship between career adaptability, person and situation variables, and career concerns in young adults. *Journal of vocational behavior*, *74*(2), 219-229.

Crouch, E., Radcliff, E., Hung, P. & Bennett, K., (2019). Challenges to school success and the role of adverse childhood experiences. *Academic pediatrcs. 19* (8), 899–907. doi. org/10.1016/j.acap.2019.08.006.

Çakmak Tolan, Ö. (2023). Boşanma ve etkileri: çocuklar ve ergenler üzerindeki psikolojik sonuçları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (50)*, 321-338. https://doi.org/10.52642/susbed.1221560.

Çamalan, V. F., & Demirbaş, E. (2024). Çocuklarda teknolojinin getirdiği risklerden kaçınma ve bilinçli internet kullanımını destekleyen çalışmalar. *Karatay Sosyal Araştırmalar Dergisi*, (13), 31-58.

Çankaya, İ. (2011). İlköğretimde akran zorbalığı. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *24*(1), 81-92.

Çelebi, MA (2023). Psikolojik dayanıklılık ile öznel iyi oluş ilişkisi ve benlik saygısının aracısı rolü. *İş Ve İnsan Dergisi, 10*(2), 97-107. https://doi.org/10.18394/iid.1333759.

Çeven, H. B., BüyükgözeKkavas, A., & Kirazcı, F. (2024). Çalışan yetişkinlerde çalışma iradesi, kariyer uyumluluğu ve dengeli yaşam: iş ihtiyaçları doyumunun aracılık rolü. *Abant Sosyal Bilimler Dergisi*, *24*(3), 812-828.

Çivilidağ, A. (2019). İşsizlik sorununa fenomenolojik bir yaklaşım: üniversite mezunu genç işsizlerin görüşlerine göre işsizlik sorunu. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi, 9*(2), 197-217.

Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları* (Vol. 2). Ankara: Pegem akademi.

Daines, C. L., Hansen, D., Novilla, M. L. B., & Crandall, A. (2021). Effects of positive and negative childhood experiences on adult family health. *BMC public health*, *21*, 1-8.

Dağlı, A., & Baysal, N. (2016). Yaşam doyumu ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 15*(59). https://doi.org/10.17755/esosder.263229.

Daníelsdóttir, H. B., Aspelund, T., Shen, Q., Halldorsdottir, T., Jakobsdóttir, J., Song, H., Lu, D., Kuja-Halkola, R., Larsson, H., Fall, K., Magnusson, P. K. E., Fang, F., Bergstedt, J., & Valdimarsdóttir, U. A. (2024). Adverse Childhood Experiences and Adult Mental Health Outcomes. *JAMA psychiatry*, *81*(6), 586–594. https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2024.0039.

Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, *113*(3), 487-496.

Daşdemir, İ. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The" what" and" why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological inquiry*, *11*(4), 227-268.

Deci, E. L., Ryan, R. M., & Koestner, R. (2001). The pervasive negative effects of rewards on intrinsic motivation: response to. *Review of educational research*, *71*(1), 43-51.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory. *Handbook of theories of social psychology*, *1*(20), 416-436.

Demirtaş-Zorbaz, S., Mutlu, T., Korkut-Owen, F., & Arıcı-Şahin, F. (2020). Kariyer uyumu ve iyimserliğini arttırmada kariyer yelkenlisi modeline dayalı psiko-eğitim programının etkililiği. *Kastamonu Education Journal*, *28*(5), 2100-2111.

Denizli, A. A., & Dündar, G. (2020). Kariyer tatmininin mutluluk düzeyi üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik bir araştırma. *İş'te Davranış Dergisi, 5*(1), 17-25. https://doi.org/10.25203/idd.702802.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-75.

Diener, E. (2000). Subjective well-being: the science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, *55*(1), 34-43.

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2002). Will money increase subjective well-being? *Social indicators research*, *57*, 119-169.

Diener, E., & Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 3*(1), 1–43. https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71–75. //doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13.

Diener E, Pressman SD, Hunter J. & Delgadillo-Chase D. (2017). If, Why, & When subjective well-being ınfluences health, and future needed research. *Appl Psychol Health Well Being.Jul;9*(2):133-167. doi: 10.1111/aphw.12090. PMID: 28707767.

Diener, E., & Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology, 39*(4), 391–406. doi.org/10.1177/008124630903900402.

Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W., & Gallagher, D. (1991). Response artifacts in the measurement of subjective well-being. *Social Indicators Research*, *24*, 35-56.

Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest, 5*(1), 1–31. https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x.

Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research, 40*, 189-216.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*(2), 276–302. //doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276.

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective wellbeing: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology, 54*, 403- 25.

Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature human behaviour*, *2*(4), 253-260.

Dikmen, A. A. (1995). İş doyumu ve yaşam doyumu ilişkisi. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, *50*(03).

Doğan, H. (2014). Çağdaş kariyer karar verme yaklaşım ve modellerinin incelenmesi. *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, *4*(6), 100-130.

Doğan, T. & Akıncı Çötok, N. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 4* (36), 165-172.

Doksat, N. G., & Ciftci, A. D. (2016). Bağlanma ve yaşamdaki izdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, *25*(4), 489-501.

Dost, M. T. (2006). Subjective well-being among university students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 31*(31), 188-197.

Douglass, R. P., Autin, K. L., Buyukgoze-Kavas, A., & Gensmer, N. P. (2019). proactive personality and decent work among racially and ethnically diverse working adults. *Journal of Career Assessment*, *28*(3), 512-528. https://doi.org/10.1177/1069072719894571.

Driver, M. (2017). Motivation and identity: A psychoanalytic perspective on the turn to identity in motivation research. *Human Relations, 70*(11), 1261–1291.

Duffy, R. D., Autin, K. L. & Bott, E.M. (2015). Work volition and job satisfaction: examining the role of work meaning and person–environment fit. *The Career Development Quarterly. 63(2)*, June 2015. Pages 126-140. https://doi.org/10.1002/cdq.12009.

Duffy, R. D., Blustein, D. L., Diemer, M. A., & Autin, K. L. (2016). The psychology of working theory. *Journal of Counseling Psychology, 63*(2), 127–148. https://doi.org/10. 1037/cou0000140.

Duffy, R. D., Diemer, M. A., Perry, J. C., Laurenzi, C., & Torrey, C. L. (2012). The construction and initial validation of the Work Volition Scale. *Journal of Vocational Behavior*, *80*(2), 400-411.

Duffy, R. D., Diemer, M. A., & Jadidian, A. (2012). The development and initial validation of the work volition scale-student version. *The Counseling Psychologist, 40*(2), 291-319. doi: 10.1177/0011000011417147.

Duffy, R. D., Douglass, R. P., Autin, K. L., & Allan, B. A. (2016). Examining predictors of work volition among undergraduate students. *Journal of Career Assessment, 24*(3), 441–459. https://doi.org/10.1177/1069072715599377.

Duffy, R. D., Jadidian, A., Douglass, R. P., & Allan, B. A. (2015). Work Volition Among U.S. Veterans: Locus of Control as a Mediator. *The Counseling Psychologist*, *43*(6), 853-878. https://doi.org/10.1177/0011000015576800.

Dwyer, R. E., McCloud, L., & Hodson, R. (2011). Youth debt, mastery, and self-esteem: Class-stratified effects of indebtedness on self-concept. *Social Science Research, 40*(3), 727–741. https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2011.02.001.

Easterlin, R. A. (2001). Income and happiness: Towards a unified theory. *The economic journal*, *111*(473), 465-484.

Eckerman, C., Stein, M., Rubin, K. H. & Ross, H. S. (1982). *Peer relationships and social skills in childhood*. Springer Science & Business Media.

Elliott, A. (2017). *Psychoanalytic theory: An introduction*. Bloomsbury Publishing.

England, J. W., Duffy, R. D., Gensmer, N. P., Kim, H. J., Buyukgoze-Kavas, A., & Larson-Konar, D. M. (2020). Women attaining decent work: The important role of workplace climate in Psychology of Working Theory. *Journal of counseling psychology*, *67*(2), 251.

Erceylan, N., Öztürk, M., Uludağ, K. & Uzunbacak, H. H., (2021). İçsel motivasyon ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki: iş becerikliliği ve akış deneyiminin seri aracılık rolü. *Yönetim Bilimleri Dergisi, 19*(40), 413-436. https://doi.org/10.35408/comuybd.755959.

Ergin, Z. Ö., Kirazcı, F., & Büyükgöze-Kavas, A. (2023). Çalışma psikolojisi kuramı bağlamında insana yakışır iş modeli. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21*(2), 19-32. https://doi.org/10.18026/cbayarsos.1070314.

Erus, S. M., Uygun, E. G., Deniz, M. E., & Satıcı, S. A. (2024). Adverse childhood experiences and subjective happiness: Half-longitudinal mediation role of family sense of coherence. *Personality and Individual Differences*, *230*, 112810.

Eryetiş, M. V. (2016). Meslek seçimi ve mesleki rehberlik. *Anadolu Bil Meslek Yüksekokulu Dergisi* (44).

Eryılmaz, A. (2010). Ergenlerde öznel iyi oluşu artırma stratejilerini kullanma ile akademik motivasyon arasındaki ilişki. *The Relationship Between Using of*

Subjective Well Being Increasing Strategies and Academic Motivation in Adolescence. Klinik Psikiyatri 2010;13:77-84.

Eryılmaz, A. (2023). *Mutluluğun başucu kitabı teoriden uygulamaya pozitif psikoloji*. Ankara: Pegem Yayınları. 6. Baskı.

Eryılmaz A., & Mutlu T. (2017). Yaşam boyu gelişim yaklaşımı perspektifinden kariyer gelişimi ve ruh sağlığı. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*.*9*(2): 227-249. doi:10.18863/pgy.281802.

Eyo, U. E. (2018). Divorce: Causes and effects on children. *Asian Journal of Humanities and Social Studies 6* (5).

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults. The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American journal of preventive medicine*, *14*(4), 245–258. https://doi.org/10.1016/s0749-3797(98)00017-8.

Figueroa-Céspedes, I. (2023). Professional identity of early childhood educators: Biographical traces of their childhood and adolescence. *Psicoperspectivas*, *22*(3), 1-2.

Finlay, S., Roth, C., Zimsen, T., Bridson, T. L., Sarnyai, Z., & McDermott, B. (2022). Adverse childhood experiences and allostatic load: A systematic review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, *136*, 104605.

Forehand, R., & Long, N. (1988). Outpatient treatment of the acting-out child: Procedures, long-term follow-up data, and clinical problems. *Behavior Therapy*, *19*(2), 161–180.

Fredrickson B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. The broaden-and-build theory of positive emotions. *The American psychologist*, *56*(3), 218–226. doi.org/10.1037//0003-066x.56.3.218.

Gataūlinas, A. & Banceviča, M. (2014) Subjective Health and Subjective Well-Being (The Case of EU Countries). *Advances in Applied Sociology*, 4, 212-223. doi: 10.4236/aasoci.2014.49026.

Geng, F., Zou, J., Liang, Y., Zhan, N., Li, S., & Wang, J. (2021). Associations of positive and adverse childhood experiences and adulthood insomnia in a community sample of Chinese adults. *Sleep Medicine*, *80*, 46-51.

Gedik, A., & Cömert, M. (2018). Ortaöğretim öğrencilerinde okul yaşam kalitesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *22*(2), 989-1006.

Giddens, A. (2008). *Sosyoloji* (H. Özel & C. Güzel, Çev.). Ankara: Ayraç Yayınları. (Orijinal eser 2006 yılında yayımlanmıştır.).

Gignac, G. E., Gerrans, P., & Andersen, C. B. (2023). Financial literacy mediates the effect between verbal intelligence and financial anxiety. *Personality and Individual Differences*, *203*, 112025.

Gilbert, R., Widom, C. S., Browne, K., Fergusson, D., Webb, E., & Janson, S. (2009). Burden and consequences of child maltreatment in high-income countries. *The Lancet*, 373(9657), 68-81. https://www.togetherforgirls.org.

Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, *3*(28), 113-128.

Goodman, F. R., Disabato, D. J., Kashdan, T. B., & Kauffman, S. B. (2017). Measuring well-being: A comparison of subjective well-being and PERMA. *The Journal of Positive Psychology*, *13*(4), 321–332. https://doi.org/10.1080/17439760.2017.1388434.

Govender, T., Vidal-Ribas, P., Yu, J., Haynie, D. L., Augustin, D., & Gilman, S. E. (2025). Adverse childhood experiences and risk of suicide and substance-related mortality through middle adulthood. *Journal of affective disorders*, *369*, 1201–1208. https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.10.085.

Gökçe, B. (2001). *Toplumsal değişme ve eğitim*. Ankara: Savaş Yayınları.

Gökdeniz, İ., & Merdan, E. (2011). Kişilik ile kariyer seçimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi 8* (2).111-121.

Göregenli, M., Demir, A. H. F., Karabulutlar, A. G. Ş., Özkan, A. E., & Yücel, A. H. R. *Toplumsal Cinsiyet Eşitliği Çalışma Grubu Raporu*. İnsan Hakları Merkezi Çalışma Raporu. Türkiye Barolar Birliği.

Grable, J., Heo, W., & Rabbani, A. (2015). Financial anxiety, physiological arousal, and planning ıntention. *Journal of Financial Therapy, 5* (2) 2. https://doi.org/10.4148/1944-9771.1083.

Gregory, A. (2015). Hedonism. In Guy Fletcher, *The Routledge Handbook of Philosophy of Well-Being*. New York,: Routledge.

Gutiérrez, J. L. G., Jiménez, B. M., Hernández, E. G., & Pcn, C. (2005). Personality and subjective well-being: Big five correlates and demographic variables. *Personality and individual differences*, *38*(7), 1561-1569.

Gülay, H. (2009). Okul öncesi dönemde akran ilişkileri. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 12*(22), 82-93.

Güler, B. K. (2015). Geçmişten günümüze çalışma psikolojisi. https://www.researchgate.net/publication/301694214.

Güler, K., & Usluca, M. (2021). Yetişkin bireylerde bilinçli farkındalık ile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi, 5*(1), 372-383. https://doi.org/10.47525/ulasbid.868875.

Güler, Ş., Şahin, Y., & Balcı, E. V. (2022). Sosyal medyada çevrimiçi benlik sunumunun öznel iyi oluş üzerine etkisi: ınstagram kullanıcıları üzerine bir araştırma. *Erciyes İletişim Dergisi, 9*(1), 361-380. https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.993055.

Gündüz, A., & Gündoğmuş, İ. (2019). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı olumsuz yaşantıları ile otomatik düşünceler, ara inançlar, uyumsuz şemalar, anksiyete ve depresif belirti şiddeti ve yaşam kalitesi arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi, 22* (4), s. 424-435. DOI: https://dx.doi.org/10.5505/kpd.2019.72621.

Ha, T., Hoang, N. & Yen, P. (2018) Relationship between Romantic Love, Narcissism, and Subjective Well-Being. *Open Journal of Social Sciences*, *6,* 183-197. doi: 10.4236/jss.2018.69013.

Hai, L., Bao, X., & Li, W. (2022). Factors associated with work volition among Chinese undergraduates. *Frontiers in Psychology*, *13*, 1037185.

Hallman, R. J. (1966). Aesthetic pleasure and the creative process. *Journal of Humanistic Psychology*, *6*(2), 141-147.

Hamididin, R. M., & El Keshky, M. E. S. (2023). Does the dark triad predict intention to commit corrupt acts? The mediating role of financial anxiety among Saudi students. *Australian Journal of Psychology*, *75*(1). https://doi.org/10.1080/00049530.2023.2177498.

Han, D., Dieujuste, N., Doom, J. R., & Narayan, A. J. (2023). A systematic review of positive childhood experiences and adult outcomes: Promotive and protective processes for resilience in the context of childhood adversity. *Child abuse & neglect*, *144*, 106346. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106346.

Hartung, P. J., Porfeli, E. J., & Vondracek, F. W. (2005). Child vocational development: A review and reconsideration. *Journal of Vocational Behavior*, *66*(3), 385-419.

Hasret, Y. (2024). *Çalışma psikolojisi kuramına dayalı grup psikoeğitiminin üniversite öğrencilerinin kariyer uyumuna, çalışma iradesine ve gelecekteki insana yakışır iş algısına etkisi.* (Yayın No: 901894). [Doktora Tezi, Pamukkale Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Haushofer, J., & Fehr, E. (2014). On the psychology of poverty. *Science, 344*(6186), 862–867. https://doi.org/10.1126/science.1232491.

Hawkins, M. A., Layman, H. M., Ganson, K. T., Tabler, J., Ciciolla, L., Tsotsoros, C. E., & Nagata, J. M. (2021). Adverse childhood events and cognitive function among young adults: Prospective results from the national longitudinal study of adolescent to adult health. *Child Abuse & Neglect*, *115*, 105008.

Heathwood, C. (2013). Hedonism. *The International Encyclopedia of Ethics.* February 2013. doi:10.1002/9781444367072.wbiee780.

Heckhausen, J., Wrosch, C., & Schulz, R. (2010). A motivational theory of life-span development. *Psychological Review, 117*(1), 32–60. https://doi.org/10.1037/a0017668.

Herek G. M. (2009). Hate crimes and stigma-related experiences among sexual minority adults in the United States: prevalence estimates from a national probability sample. *Journal of interpersonal violence*, *24*(1), 54–74. https://doi.org/10.1177/0886260508316477.

Hıdır, M., & Kılınç, F. E. (2023). Devlet koruması altında büyüyen bireylerin kurum yaşantılarından önceki olumsuz çocukluk çağı deneyimlerinin incelenmesi. *Toplum Ve Sosyal Hizmet, 34*(2), 335-359. doi.org/10.33417/tsh.1098146.

Hoy, W. K., Tarter, C. J., & Kottkamp, R. B. (1991). Open schools/healthy schools: Measuring organizational climate. *Sage Publications*.

Hunt, T. K. A., Slack, K. S., & Berger, L. M. (2017). Adverse childhood experiences and behavioral problems in middle childhood. *Child abuse & neglect*, *67*, 391–402. doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.11.005.

Iannello, P., Sorgente, A., Lanz, M., & Antonietti, A. (2021). Financial well-being and its relationship with subjective and psychological well-being among emerging adults: Testing the moderating effect of individual differences. *Journal of Happiness Studies*, *22*(3), 1385-1411.

International Labour Organization (ILO). (1999). *Decent work*. Report of the Director-General, International Labour Conference, 87th Session.

Işık, E. (2014). Çocuk kariyer gelişimi ile yaşam doyumu ve durumluk kaygı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Elementary Education Online*, *13*(2).

İnanç, B., Bilgin, M. & Atıcı, M. (2015). *Gelişim psikolojisi*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları. 11. Baskı.

Jadidian, A., & Duffy, R. D. (2012). Work volition, career decision self-efficacy, and academic satisfaction: an examination of mediators and moderators. *Journal of Career Assessment, 20*(2), 154-165. https://doi.org/10.1177/1069072711420851.

Jahoda, M. (1982). *Employment and unemployment: A social-psychological analysis*. Cambridge University Press.

Jawahar, I. M., Mohammed, Z. J., & Schreurs, B. (2022). Effects of financial anxiety and employability on emotional exhaustion and performance. *Journal of Vocational Behavior, 137,* 1–15. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2022.103761.

Jeynes, W. H. (2000). The effects of parental absence on children's educational outcomes. *Education and Urban Society, 32*(4), 496-527.

Joo, B. K., & Lee, I. (2017, August). Workplace happiness: work engagement, career satisfaction, and subjective well-being. In *Evidence-based HRM: A global forum for empirical scholarship* (Vol. 5, No. 2, pp. 206-221). Emerald Publishing Limited.

Judge, T. A., & Watanabe, S. (1993). Another look at the job satisfaction-life satisfaction relationship. *Journal of Applied Psychology, 78*(6), 939–948. https://doi.org/10.1037/0021-9010.78.6.939.

Kahreman, Y. (2024). Toplumsal mutluluğun kaynağı ekonomik performans mı? Yönetişim performansı mı? *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi*, *14*(3), 1620-1644.

Kahneman, D. (1999). Objective happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 3–25). Russell Sage Foundation.

Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *107*(38), 16489–16493. doi.org/10.1073/pnas.1011492107.

Kamas, L., & Preston, A. (2012). The importance of being confident; gender, career choice, and willingness to compete. *Journal of Economic Behavior & Organization, 83*(1), 82–97. https://doi.org/10.1016/j.jebo.2011.06.013.

Kara, A., & Sarsıkoğlu, A. F. (2024). Çalışma iradesi, insana yakışır iş, kariyer arzusu ve mental iyi oluş arasındaki ilişkiler: çalışma psikoloji kuramına dayalı bir model testi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (72)*, 330-355. https://doi.org/10.21764/maeuefd.1434076.

Kara, E. & Yüksel-Şahin, F. (2021). Çocukluk çağında fiziksel, cinsel ve duygusal istismara maruz kalan evli bireylerin romantik ilişkilerindeki güven ve öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 50*(1), 180-216.

Karadeniz, G. (2024). Olumsuz çocukluk yaşantıları ve zihinsel temsiller. *Kahramanmaraş İstiklal Üniversitesi Psikoloji Dergisi* (KİÜ*), 2*(1), 76-103.

Karatepe, O. M., Çolakoğlu, Ü., Yurcu, G., & Kaya, Ş. (2024). Do financial anxiety and generalized anxiety mediate the effect of perceived organizational support on service employees' career commitment? *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, *36*(4), 1087-1113.

Kaya, A. (2024). *Meslek mensuplarının finansal karar ve finansal tutumlarda finansal kaygının etkisi: davranışsal muhasebe bağlamında bir çalışma.*(Yayın No: 858900). [Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Karatepe, O. M., Çolakoğlu, Ü., Yurcu, G., & Kaya, Ş. (2024). Do financial anxiety and generalized anxiety mediate the effect of perceived organizational support on service employees' career commitment? *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, *36*(4), 1087-1113.

Karaşin, Y. & Öztırak, M. (2023). Çalışanların kariyer adanmışlığının öznel iyi oluşları üzerindeki etkisinin incelenmesi: sağlık sektöründe bir uygulama, *Journal of Healthcare Management and Leadership (JOHMAL), (1)*, 46-56. doi: https://doi.org/10.35345/johmal.1252034.

Katagami, E. & Tsuchiya, H. (2016) Effects of social support on athletes' psychological well-being: the correlations among received support, perceived support, and personality. *Psychology*, *7*, 1741-1752. doi: 10.4236/psych.2016.713163.

Ke, N. (2018) The Effects of Parents' Job Insecurity on the Subjective Well-Being of Adolescents. *Open Journal of Business and Management, (6)* 279-290. doi: 10.4236/ojbm.2018.62020.

Kenny, M. E., & Bledsoe, M. (2005). Contributions of the relational context to career adaptability among urban adolescents. *Journal of Vocational Behavior, 66*(2), 257–272. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2004.10.002.

Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., & Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, *3*(2), 321-342.

Keser, A. (2005). Çalışma yaşamı ile yaşam doyumu ilişkisine teorik bakış. *İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Mecmuası*, *55*(1), 897-913.

Kesici, Ş., & Yılmaz, E. (2009). Mutluluk ile yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi.
Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (21), 285-295.

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*(2), 207–222. https://doi.org/10.2307/3090197.

Kılıç, S (2013). Örnekleme yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, *3*(1):44-46.

Kıral Uçar, G. (2019). Kent kimliği, doğayla temas ve öznel iyi oluş. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi, 9*(2), 419-430.

Kızılcalıoğlu, G. (2024). *Yiyecek ilgilenimi, kültürel mesafe, estetik haz ve davranışsal niyetlerin ilişkisi: Tabak tasarımının düzenleyici rolüne yönelik bir araştırma.* (Yayın No.898211) [Doktora Tezi: Akdeniz Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Killingsworth M. A. (2021). Experienced well-being rises with income, even above $75,000 per year. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *118*(4), e2016976118. https://doi.org/10.1073/pnas.2016976118.

Killingsworth, M. A., Kahneman, D., & Mellers, B. (2023). Income and emotional well-being: A conflict resolved. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *120*(10), e2208661120.

Kim, J., Kim, I., Zhou, K., & Ji, W. (2024). From adverse childhood experiences to adulthood job satisfaction: Mediating roles of posttraumatic beliefs and self-evaluation. *Journal of Employment Counseling*, *61*(3), 154-168.

Kirazcı, F., Yazan, Z. Ö., & Büyükgöze-Kavas, A. (2023). Üniversite bitiyor, ya sonra... okuldan işe geçiş sürecinde çalışma psikolojisi kuramına dayalı bir model testi. *Journal of Management & Labor / Yönetim ve Çalışma Dergisi*, *7*(1), 87–104.

Kirazcı, F., & Büyükgöze Kavas, A. (2021). Çalışma iradesinde kariyer kararı öz-yetkinliğinin ve kariyer karar verme belirsizliğine toleransın rolü. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21*(4), 1071-1088. doi.org/10.18037/ausbd.1039502.

Klumpp, K. (2024). *Adverse childhood experiences and career decision making ın college students: ınvestigating the moderating effects of perceived covid-19 ımpact and ambiguity tolerance.* [Doktora Tezi. The University of Southern Mississippi]. Dissertations. 2291. https://aquila.usm.edu/dissertations/2291

Koçak, O., Ergin, M., & Younis, M. Z. (2022). The Associations between Childhood Experiences and Occupational Choice Capability, and the Mediation of Societal Gender Roles. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, *10*(6), 1004. https://doi.org/10.3390/healthcare10061004.

Koenen, K. C., Stellman, J. M., Stellman, S. D., & Sommer, J. F., Jr (2003). Risk factors for course of posttraumatic stress disorder among Vietnam veterans: a 14-year follow-up of American Legionnaires. *Journal of consulting and clinical psychology*, *71*(6), 980–986. https://doi.org/10.1037/0022-006X.71.6.980.

Kordon, E., & Güngör, A. (2005). Endüstri mühendisliği uzmanlık alanlarına öğrenci atamak için bir kariyer planlama yaklaşımı. *İTÜY, Sempozyum, Kongre ve Konferans Bildiri Koleksiyonu.*[Konferans Sunumu]. İstanbul Ticaret Üniversitesi.

Kugelmann, R. (2013). Willpower. *Theory & Psychology*, *23*(4), 479-498. https://doi.org/10.1177/0959354313490244.

Kuru H. (2024). Sağlık zindelik ve iyi oluş kavramlarının incelenmesi. *The Journal of Istanbul Rumeli University Health Sciences, 2*(4): 1-11.

Kushlev, K., Dunn, E. W., & Lucas, R. E. (2015). Higher income is associated with less daily sadness but not more daily happiness. *Social Psychological and Personality Science*, *6*(5), 483-489. https://doi.org/10.1177/1948550614568161.

Kuzgun, Y. (2000). *Meslek rehberliği ve danışmanlığı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Kuzgun, Y. (2014). *Meslek rehberliği ve danışmanlığına giriş*. Nobel Yayın Dağıtım.

Küçükkaya, B. (2018). Hemşirelik bölümü öğrencilerinin lezbiyen, gey, biseksüel, transgender ve interseks (lgbti) bireylere ilişkin tutumları. *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, *27*(6), 373-383.

Kwon, J. E. (2019). Work volition and career adaptability as predictors of employability: Examining a moderated mediating process. *Sustainability*, *11*(24), 7089.

Lacey, R. E., Bartley, M., Kelly-Irving, M., Bevilacqua, L., Iob, E., Kelly, Y., & Howe, L. D. (2020). Adverse childhood experiences and early life inflammation in the Avon longitudinal study of parents and children. *Psychoneuroendocrinology*, *122*, 104914. doi.org/10.1016/j.psyneuen.2020.104914.

Lagina, M., Grum, C., Sandhu, G., & Ruff, A. L. (2024). Sources of Joy in Medical Educators as Described by the PERMA Model. *Teaching and learning in medicine*, *36*(1), 53–60. https://doi.org/10.1080/10401334.2022.2131556.

Laine, P., & Kibler, E. (2018). Identity work and the entrepreneurial process. *Entrepreneurship & Regional Development, 30*(1–2), 139–165.

Lamborn, S. D., Mounts, N. S., Steinberg, L., & Dornbusch, S. M. (1991). Patterns of competence and adjustment among adolescents from authoritative, authoritarian, indulgent, and neglectful families. *Child Development, 62*(5), 1049–1065.

Lämsä, A. M., Säkkinen, A., & Turjanmaa, P. (2000). Values and their change during the business education–a gender perspective. *International Journal of Value-Based Management*, *13*(3), 203-213.

Lawson, K. M., Crouter, A. C., & McHale, S. M. (2015). Links between Family Gender Socialization Experiences in Childhood and Gendered Occupational Attainment in Young Adulthood. *Journal of vocational behavior*, *90*, 26–35. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.07.003.

Lazarus, R.S. (1982). Thoughts on the relations between emotion and cognition. *American Psychologist 37*(9):1019-1024. DOI:10.1037/0003-066X.37.9.1019.

Lazarus, R. S. (2003). Does the Positive Psychology Movement Have Legs? *Psychological Inquiry, 14*(2), 93–109. doi.org/10.1207/S15327965PLI1402_02.

Leary, M. R., & Baumeister, R. F. (2000). The nature and function of self-esteem: Sociometer theory. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social*

psychology, Vol. 32, pp. 1–62). Academic Press. https://doi.org/10.1016/S0065-2601(00)80003-9.

Lee, J. M., Rabbani, A., & Heo, W. (2023). Examining financial anxiety focusing on interactions between financial knowledge and financial self-efficacy. *Journal of financial therapy*, *14*(1), 2.

Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (2002). Social cognitive career theory. *Career choice and development*, *4*(1), 255-311.

Lent, R. W., Brown, S. D., & Hackett, G. (1994). Toward a unifying social cognitive theory of career and academic interest, choice, and performance. *Journal of Vocational Behavior, 45*(1), 79–122. https://doi.org/10.1006/jvbe.1994.1027.

Leza, L., Siria, S., López-Goñi, J. J., & Fernández-Montalvo, J. (2021). Adverse childhood experiences (ACEs) and substance use disorder (SUD): A scoping review. *Drug and alcohol dependence*, *221*, 108563. doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.108563.

Lindberg, M., Nygård, M., Nyqvist, F., & Hakovirta, M. (2021). Financial stress and subjective wellbeing among children-evidence from Finland. *Child Indicators Research*, *14*(2), 799-819.

Linley, P. A., Joseph, S., Harrington, S., & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology, 1*(1), 3–16. doi.org/10.1080/17439760500372796.

Llamas-Díaz, D., Cabello, R., Megías-Robles, A., & Fernández-Berrocal, P. (2022). Systematic review and meta-analysis: The association between emotional intelligence and subjective well-being in adolescents. *Journal of Adolescence*, *94*(7), 925-938.

Locke, E. A. (1969). What is job satisfaction?. *Organizational behavior and human performance*, *4*(4), 309-336.

Lu, L. & Gilmour, R. (2004). Culture and conceptions of happiness: İnvidual oriented And Social Oriented SWB. *Journal of Happinies Studies*, 5,269-291.

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success?. *Psychological Bulletin*, *131*(6), 803–855. https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803.

Lyubomirsky, S., Sheldofn, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology, 9*(2), 111-131.

Lyubomirsky, S. (2007).*The How of happiness: A scientific approach to getting the life you want*. New York: The Penguin Press, https://researchgate.net.

Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: parent-child interaction. ın p. h. mussen (series ed.) & e. m. hetherington (vol. ed.), *Handbook of child psychology: Vol. 4. Socialization, personality, and social development* (4th ed., pp. 1-101). Wiley.

Manap, A. (2015). Çocukluk yaşantıları ölçeği'nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması*, The Journal of International Social Research.* Volume: 8 Issue: 41, Issn: 1307-9581.

Manninen, M., Dishman, R., Hwang, Y., Magrum, E., Deng, Y., & Yli-Piipari, S. (2022). Self-determination theory based instructional interventions and motivational regulations in organized physical activity: A systematic review and multivariate meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise, 62,* 1–17. doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102248.

Margolis, S., Schwitzgebel, E., Ozer, DJ & Lyubomirsky, S. (2018). Yaşam Memnuniyetinin Yeni Bir Ölçüsü: Riverside Yaşam Memnuniyeti Ölçeği. *Kişilik Değerlendirme Dergisi* , *101* (6), 621–630. https://doi.org/10.1080/00223891.2018.1464457.

Masdonati, J., Schreiber, M., Marcionetti, J., & Rossier, J. (2019). Decent work in Switzerland: Context, conceptualization, and assessment. *Journal of Vocational Behavior*, *110*, 12-27.

Menesini, E., & Salmivalli, C. (2017). Bullying in schools: the state of knowledge and effective interventions. *Psychology, Health & Medicine*, *22*(sup1), 240–253. doi.org/10.1080/13548506.2017.1279740.

Michalos, A. C. (2008). Education, happiness and wellbeing. *Social Indicators Research, 87*(3), 347–366. https://doi.org/10.1007/s11205-007-9144-0.

Miller, G. E., & Chen, E. (2010). Harsh family climate in early life presages the emergence of a proinflammatory phenotype in adolescence. *Psychological science*, *21*(6), 848-856.

Molnár, G., & Kapitány, Z. (2010). *Unreported income, education and subjective well-being* (No. MT-DP-2010/27). IEHAS Discussion Papers.

Moore, A. (2004). *Hedonism*. Stanford Encyclopedia of Philosophy. https://plato.stanford.edu/eNtRIeS/hedonism/.

Myers D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *The American Psychologist*, *55*(1), 56–67. https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.56.

Nabakooza, M. P. (2024). *Financial stress, social support and depression among Makerere University postgraduate students* [Doctoral dissertation, Makerere University]. School of Psychology (SPsy.) Collections. http://hdl.handle.net/10570/13533.

Neary, S. (2014). Professional identity: what ı call myself defines who ı am. *Career Matters*, (2.3).

Oflaz, M. (2021). *Yenilik arayışı, heyecan arayışı, risk algısı ve tereddüdün karar verme tarzına etkisi: kamp yapan yerli ziyaretçiler örnekleminde incelenmesi.* (Yayın No. 679484) [Doktora Tezi, Balıkesir Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Oğuz, N., Soyduk, D. N., Doğan, B. & Bayram, M. (2022). Çocukluk çağı travmalarının benlik saygısı üzerine etkisi. *İstanbul Kent Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, *3*(2), 61-77.

Okun, M. A., Stock, W. A., & Haring, M. J. (1984). The relation of social support to subjective well-being: A meta-analysis. *Journal of Community Psychology, 12*(2), 105–125. https://doi.org/10.1002/1520-6629(198404).

Olweus, D. (1994). Bullying at school: Basic facts and effects of a school based intervention program. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *35*(7), 1171–1190.

Önder, A., & Gülay-Ogelman, H. (2011). The reliability-validity study for the Ego Resiliency Scale (Teacher-Mother-Father Forms) for children aged between 5 and 6. *International Refereed Academic Social Sciences Journal*, *2*(1), 5-21.

Önem, H.B. (2022). Finansal iyi oluşum düzeyine demografik etkisi: Üniversitenin kişisel üzerindeki bir uygulama. *Oltu Beşeri Ve Sosyal Bilimler Fakültesi Dergisi, 3*(1), 46-51. https://doi.org/10.54614/OJFHSS.2022.1037991.

Öngider, N. (2013). Boşanmanın çocuk üzerindeki etkileri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, *5*(2), 140-161.

Öz, P. D. F., & Yılmaz, U. H. E. B. (2009). Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, *16*(3), 82-89.

Özaydın, S. (2024). Çalışan yetişkinlerde çalışma iradesi, kariyer uyumluluğu ve dengeli yaşam: iş ihtiyaçları doyumunun aracılık rolü. *Abant Sosyal Bilimler Dergisi, 24*(3), 812-828. doi: 10.11616/asbi.1393431.

Özaydın, M., & Özdemir, Ö. (2014). Çalışanların bireysel özelliklerinin iş tatmini üzerindeki etkileri: bir kamu bankası örneği. *İşletme Araştırmaları Dergisi, 6* (1), 251-281

Özbilge, G., Canatan, B. & İpek, Ö. (2024). Türkiye'de finansal kaynak yönetiminin finansal kaygılar üzerine etkileri, *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Dergisi, 19*(1), 199 –220. Doi:10.17153/oguiibf.1347848.

Özdemir, S. (2018). *Ekonominin Temelleri*. Nobel Yayın Dağıtım.

Özen, Y., & Gül, A. (2007). Sosyal ve eğitim bilimleri araştırmalarında evren-örneklem sorunu. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, *(15)* 394-422.

Özer, B. U., & Tezer, E. (2008). Umut ve olumlu-olumsuz duygular arasındaki ilişkiler. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi* (23). Sf. 82.

Özgüngör, S. & Kapıkıran, N. A. (2011). Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ölçeklerinin türk kültürüne uygunluğunun karşılaştırmalı olarak incelenmesi: Ön bulgular. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal, [s. l.], v. 4, n. 36*, p. 114–124.

Özyüksel, S. (2022). Financial stress relationship with work life and financial well-being. *European Scientific Journal, ESJ*, *18*(6), 87.

Padela, A. I., & Heisler, M. (2010). The association of perceived abuse and discrimination after September 11, 2001, with psychological distress, level of happiness, and health status among Arab Americans. *American Journal of Public Health*, *100*(2), 284–291. doi.org/10.2105/AJPH.2009.164954.

Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience human development* (14th ed.). McGraw-Hill Education.

Park, N., Peterson, C., & Ruch, W. (2009). Orientations to happiness and life satisfaction in twenty-seven nations. *The Journal of Positive Psychology, 4*(4), 273–279. https://doi.org/10.1080/17439760902933690.

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.

Pines, A. M. (2000). Career burnout: Causes and cures. *The Career Development Quarterly, 49*(1), 13–20.

Pires, F. M., & Andrade, A. L. D. (2022). Career choices: Adaptation and initial evidence of the Work Volition Scale in Brazil. *BBR. Brazilian Business Review*, *19*(2), 153-170.

Pişkin, M. (2003). Okul öncesi dönemde akran ilişkileri ve sosyal davranış gelişimi. *Milli Eğitim Dergisi*, *159*, 112-118.

Price-Lee, J. (2024). *Finding The Dream Job Or Finding Another Dream: Work Volition And Go Tion And Goal Reenga Al Reengagement As Predic T As Predictors Of Work-Fulfillment, Wellbeing And Calling.* Dissertations and Theses. 273. [Doktora Tezi, University of South Dakota]. https://orcid.org/0009-0002-2395-5216.

Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, *10*, 583-630.

Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and family*, *69*(3), 576-593.

Potter, S., Bridger, E., & Drewelies, J. (2025). Daily health and well-being in adulthood and old age: The role of adverse childhood experiences. *Applied psychology. Health and well-being*, *17*(1), e12637. https://doi.org/10.1111/aphw.12637.

Ragins, B. R., Singh, R., & Cornwell, J. M. (2007). Making the invisible visible: Fear and disclosure of sexual orientation at work. *Journal of Applied Psychology, 92*(4), 1103–1118. https://doi.org/10.1037/0021-9010.92.4.1103.

Rao, M. , Wang, X. , Sun, H. & Gai, K. (2018) Subjective Well-Being in Nostalgia: Effect and Mechanism. *Psychology*, *9,* 1720-1730. https://doi: 10.4236/psych.2018.97102.

Razon, N. (1983). Meslek seçimi ve mesleğe yöneltme. *Eğitim ve Bilim*, *8*(43).

Reiland, M. (2023). *The Role of Childhood Trauma History in Relation to Decent Work* [Doctoral Dissertation, The University of Wisconsin-Milwaukee]. Milwaukee ProQuest Dissertations & Theses, 30493184.

Regan, A., Radošić, N., & Lyubomirsky, S. (2022). Experimental effects of social behavior on well-being. *Trends in cognitive sciences*, *26*(11), 987–998. https://doi.org/10.1016/j.tics.2022.08.006.

Richardson, T., Elliott, P., & Roberts, R. (2013). The relationship between personal unsecured debt and mental and physical health: a systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, *33*(8), 1148-1162.

Robinson, V. (2016). The accomplishment of happiness: feminism, pleasure, heterosexuality and consumption. *Journal of Gender Studies*, *26*(1), 13–22. https://doi.org/10.1080/09589236.2016.1266999.

Roe, A. (1957). Early determinants of vocational choice. *Journal of Counseling Psychology, 4*(3), 212–217. https://doi.org/10.1037/h0045950.

Roeser, R. W., Eccles, J. S., & Sameroff, A. J. (2000). School as a context of early adolescents' academic and social-emotional development: A summary of research findings. *The Elementary School Journal, 100*(5), 443–471. https://doi.org/10.1086/499650.

Rossier, J., & Ouedraogo, A. (2021). Work volition, decent work, and work fulfilment, in the formal and informal economy in Burkina Faso. *British Journal of Guidance & Counselling, 49*(2), 255–271. doi.org/10.1080/03069885.2021.1879991.

Rojas, M. (2006). Life satisfaction and satisfaction in domains of life: Is it a simple relationship? *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being, 7*(4), 467–497. doi.org/10.1007/s10902-006-9009-2

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52,* 141–166. doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141.

Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of personality*, *65*(3), 529–565. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00326.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069–1081. doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069.

Ryu, S., & Fan, L. (2023). The relationship between financial worries and psychological distress among US adults. *Journal of family and economic issues*, *44*(1), 16-33.

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(4), 719–727. doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719.

Saadedine, M., Faubion, S., Kingsberg, S., Enders, F., Kuhle, C., Kling, J. M. & Kapoor, E. (2023). Adverse childhood experiences and sexual dysfunction in midlife women: Is there a link?. *The journal of sexual medicine*, *20*(6), 792-799.

Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: A review. *Aggression and Violent Behavior, 15*(2), 112–120. doi.org/10.1016/j.avb.2009.08.007.

Sapmaz, F., & Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8*(3), *63-69.*

Sarı, T. (2017). Gençtanırım-Kurt, D. & Çetinkaya-Yıldız, E., (Ed.). *Kişilik kuramları: gerçek yaşamdan kişilik analizi örnekleriyle.* (s. 549-580). 2. Baskı: Pegem Akademi.

Sarıkaya, Ş. D. (2023). Hemşirelik ve mesleki kimlik. *Kapadokya Sağlık Bilimleri Dergisi, 1*(2), 85-97. https://doi.org/10.58241/ksbd.9.

Sasaki, Y., Shobugawa, Y., Nozaki, I., Takagi, D., Nagamine, Y., Funato, M., Chihara, Y., Shirakura, Y., Lwin, K. T., Zin, P. E., Bo, T. Z., Sone, T., & Win, H. H. (2022). Association between happiness and economic status among older adults in two Myanmar regions. *International journal of environmental research and public health*, *19*(6), 3216. https://doi.org/10.3390/ijerph19063216.

Savickas, M. L. (1997). Career adaptability: An integrative construct for life-span, life-space theory. *The career development quarterly*, *45*(3), 247-259.

Savickas, M. L. (1999). The transition from school to work: A developmental perspective. *The career development quarterly*, *47*(4), 326-336.

Schmitt, A., Heihal, T. I., & Zacher, H. (2024). Financial worries, health complaints, and career exploration: the role of action crises. *Occupational Health Science*, *8*(3), 613-635.

Seçer, B. & Çınar, E. (2011). Bireycilik ve yeni kariyer yönelimleri. *Yönetim Ve Ekonomi Dergisi, 18*(2), 49-62.

Seeger, L. R. (2023). *The ımpact of childhood adversity on career decision-making in licensed mental health clinicians: ACEs and the Helping Profession.* [Doktora Tezi: Libety University]. https://digitalcommons.liberty.edu/doctoral/4440.

Shaahu, A. I., & Gire, J. T. (2023). Relationship between financial stress and happiness among Nigerians: the intermediary role of meaning of life. *International Journal of Happiness and Development*, *8*(2), 128-154.

Shapiro, G. K., & Burchell, B. J. (2012). Measuring financial anxiety. *Journal of Neuroscience, Psychology, and Economics*, *5*(2), 92.

Sharif M.A., Mogilner C. & Hershfield H.E. (2021). Having too little or too much time is linked to lower subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *121*(4), 933. doi: 10.1037/pspp0000391. Epub 2021 Sep 9. PMID: 34498892.

Shmotkin, D. (1990). Subjective well-being as a function of age and gender: A multivariate look for differentiated trends. *Social indicators research*, *23*, 201-230.

Shonkoff, J. P., Garner, A. S., (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Section on Developmental and Behavioral Pediatrics, 129*(1), e232–e246. https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663.

Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. National Academy Press.

Seligman, M. E. (2002). Positive feeling and positive character. *Authentic Happiness*, *3*, 14.

Seligman, M. E. (2004). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Simon and Schuster.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, *13*(4), 333–335. doi.org/10.1080/17439760.2018.1437466.

Seligman, M.E. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. American Psychologist, *University of Pennsylvania Claremont Graduate University.* 55, 5-14.

Serter, G. Ö. & Yamaner, E. (2018). Pozitif psikoloji bağlamında öznel iyi oluş ve spor ilişkisi: ergenler üzerine bir araştırma. *The Journal of Social Sciences*, *15*(15), 413-420.

Singh, S. & Tripathi, K.M. (2024). The impact of social media on social comparison and subjective well-being. *International Journal of Indian Psychology, 12*(1), 1152-1176. dip:18.01.108.20241201, doi:10.25215/1201.108.

Smith, P. K., & Brain, P. (2000). Bullying in schools: Lessons from two decades of research. *Aggressive Behavior: Official Journal of the International Society for Research on Aggression*, *26*(1), 1-9.

Song, J. Y., & Lee, K.-H. (2023). Influence of economic and academic barriers on perception of future decent work: A moderated mediation model of work volition and social support. *Journal of Vocational Behavior, 141,* 1–14. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2023.103842.

Striessnig, E. (2015). Too educated to be happy? An investigation into the relationship between education and subjective well-being. *IIASA Interim Report. IIASA*, Laxenburg, Austria: IR-15-015. https://iiasa.ac.at/.

Stryzhak, O. O. (2020). The relationship between education, income, *Economic Freedom And Happiness.* The International Conference on History, Theory and Methodology of Learning (ICHTML 2020). Vol. 75. – doi: https://doi.org/10.1051/shsconf/20207503004.

Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, *16*(3), 282-298.

Super D. E. (1990) A life span, life-space approach to career development. *In Career Choice and Development*, 2nd ed. (Eds D Brown, L Brooks):197–261. San Francisco, Jossey–Bass.

Şanlı, D., & Öztürk, C. (2015). Anne babaların çocuk yetiştirme tutumları ve tutumlar üzerine kültürün etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 8*(4), 240-246.

Tait, M., Padgett, M. Y., & Baldwin, T. T. (1989). Job and life satisfaction: A reevaluation of the strength of the relationship and gender effects as a function of the date of the study. *Journal of Applied Psychology, 74*(3), 502–507. https://doi.org/10.1037/0021-9010.74.3.502.

Tangney, J. P., & Fischer, K. W. (Eds.). (1995). *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride.* Guilford Press. https://psycnet.apa.org/record/1995-97661-000.

Taş, S. (2022). Olumlu çocukluk yaşantılarının bireysel yaratıcılıkla ilişkisinde öz-saygının aracılık etkisi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 15*(2), 296-310. doi.org/10.25287/ohuiibf.946365.

Tatlılıoğlu, K. (2023). Kariyer psikolojik danışmanlığı hizmetlerine kavramsal bir bakış. *Hakkari Review, 7*(2), 50-59. https://doi.org/10.31457/hr.1353867.

Taylor, K. M., & Betz, N. E. (1983). Applications of self-efficacy theory to the understanding and treatment of career indecision. *Journal of Vocational Behavior, 22*(1), 63–81.

Taylor, A. J., Perera, H. N., Hoare, P. N., Salama, M., & McIlveen, P. (2023). Work volition and career control in retail workers. *Australian Journal of Career Development*, *32*(2), 147-157.

Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28*(28-3), 374-384.

Tezel Şahin, F., & Cevher, F. N. (2007). *Türk toplumunda aile-çocuk ilişkilerine genel bir bakış*. Atatürk Kültür Dil ve Tarih Yüksek Kurumu. https:// ayk.gov.tr.

Tunç, B. (2022). Seligman'dan iyi oluşa farklı bir bakış: PERMA modeli. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *9*(1), 1-15. doi.org/10.30803/adusobed.992436.

Turan, N. (2018). Çalışma mutluluğu: kavram ve kapsam. *Uludağ Journal of Economy and Society / B.U.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, *37* (1), 169-212.

Turgut, M. (2021). Türkiye'nin maddi yoksunluk oranındaki değişiminin incelenmesi. *Uluslararası Finansal Ekonomi Ve Bankacılık Uygulamaları Dergisi, 2*(1), 63-108.

Türk Dil Kurumu (2025, 2 Mart). Heyecan. https://sozluk.gov.tr/.

TÜİK (2024). Yaşam Memnuniyeti Araştırması, Erişim Tarihi: 26.01.2025, https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Yasam-Memnuniyeti-Arastirmasi-2023-49692.

Uluğtekin, S. (1977). *Çocuk yetiştirme yöntemleri açısından ana-baba çocuk ilişkileri, ana-baba davranışlarıyla çocuğun saldırganlık ve bağımlılık eğilimi arasındaki ilişkilerin araştırılması,* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi.

Uusitalo-Malmivaara, L. (2014). Happiness decreases during early adolescence-A study on 12- and 15-year-old Finnish students. *Psychology, 5*(6), 541–555. doi.org/10.4236/psych.2014.56064.

Uthayakumar, R., Schimmack, U., Hartung, P. J., & Rogers, J. R. (2010). Career decidedness as a predictor of subjective well-being. *Journal of Vocational Behavior*, *77*(2), 196-204.

Uygun, N., & Kozikoğlu, İ. (2019). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların oyun davranışlarının incelenmesi. *Anadolu Journal of Educational Sciences International, 9*(2), 787-817. doi.org/10.18039/ajesi.582075.

Ünal, S., Karlıdağ, R., & Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumu düzeylerinin yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, *4*(2), 113-118.

Vatandaş, S. (2017). Felsefenin kadim bir konusu olarak ahlâk ve ahlaki eylemin amacı olarak "mutluluk". *Journal of International Management and Social Researches Uluslararası Yönetim ve Sosyal Araştırmalar Dergisi. Volume: 4 Issue*: 7, 1 - 9, 15.01.2017, sf:4-6.

Veenhoven, R. (1996). The study of life-satisfaction. Retrieved from http://hdl.handle.net/1765/16311.

Veenhoven, R. (2003). Hedonism and happiness. *Journal of happiness studies*, *4*, 437-457.

Veenhoven, R. (2008). Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being, 9*(3), 449–469. https://doi.org/10.1007/s10902-006-9042-1.

Veenhoven, R., & Dumludağ, D. (2015). *İktisat ve mutluluk: bugün daha mutlu muyuz*? Behavioral Approaches in Economics. https://www.researchgate.net/publication/329453553.

Vera-Villarroel, P., Celis-Atenas, K., Pavez, P., Lillo, S., Bello, F., Díaz, N., & López, W. (2012). Money, age and happiness: association of subjective wellbeing with socio-demographic variables. *Artículos desde 2007 hasta 2013. Desde 2020 visítenos en http://revistalatinoamericanadepsicologia.konradlorenz. edu. co/*, *44*(2), 155-163.

Verbeke, W. & Belschak, F. D., (2004). The adaptive consequences of pride in personal selling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 32(4), 386–402. doi:10.1177/0092070304267105.

Tüz, M. V. (2003). Kariyer planlamasında yeni yaklaşımlar. *Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 4*(4), 169-176.

Xiao, J. J., & Meng, K. (2024). Financial capability and financial anxiety: comparison before and during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Bank Marketing, 42*(6), 1348-1369.

Xu, H. (2020). Childhood environmental adversity and career decision-making difficulty: a life history theory perspective. *Journal of Career Assessment*, *29*(2), 221-238. https://doi.org/10.1177/1069072720940978.

Viviani, S., & Ray, J. (2022). World Hunger, Severe Food Insecurity Grew in 2021. *Gallup News. https://news. gallup. com/opinion/gallup/395984/world-hungersevere-food-insecurity-grew-2021. aspx*.

Wallerstein, J. S., & Kelly, J. B. (1980). Surviving the breakup: How children actually cope with divorce. *The Modern Law Review 44*(3), (May, 1981), pp. 354-357. https://www.jstor.org/stable/1094949.

Wallerstein, J. S., & Lewis, J. M. (2004). The unexpected legacy of divorce: A 25 year landmark study. *Psychoanalytic Psychology, 21*(3), 353–370.

Wang, D., Jiang, Q., Yang, Z., & Choi, J. K. (2021). The longitudinal influences of adverse childhood experiences and positive childhood experiences at family, school, and neighborhood on adolescent depression and anxiety. *Journal of affective disorders*, *292*, 542–551. doi.org/10.1016/j.jad.2021.05.108.

Wang, J. (2024). Does the Quality of Employment Improve the Subjective Well-Being of Migrant Workers?. *Open Journal of Social Sciences*, *12*, 330-340. doi: 10.4236/jss.2024.128021.

Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology, 64*(4), 678–691. doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678.

Wentzel, KR (1998). Ortaokulda sosyal ilişkiler ve motivasyon: Ebeveynlerin, öğretmenlerin ve akranların rolü. *Eğitim Psikolojisi Dergisi, 90* (2), 202–209. https://doi.org/10.1037/0022-0663.90.2.202.

Wesselbaum, D. (2018). Happiness over the financial crisis. *Oxford Development Studies*, *47*(1), 113–133. doi.org/10.1080/13600818.2018.1524862.

Westbrook, L., & Saperstein, A. (2015). New Categories Are Not Enough: Rethinking the Measurement of Sex and Gender in Social Surveys. *Gender & Society*, *29*(4), 534-560. https://doi.org/10.1177/0891243215584758.

Wheeler, B.E. & Brooks, C. (2023). Financial concerns, relationship happiness, and financial management behaviors: a moderating relationship among married and cohabiting respondents. *Journal of Family and Economic Issues*, *44*(2), 325–341. https://doi.org/10.1007/s10834-022-09824-5.

Whitfield, C. L., Dube, S. R., Felitti, V. J., & Anda, R. F. (2005). Adverse childhood experiences and hallucinations. *Child abuse & neglect*, *29*(7), 797-810.

Williams, D. M. (2019). *Darwinian hedonism and the epidemic of unhealthy behavior.* Cambridge University Press. doi.org/10.1017/9781316275047.

Williams, G. (1955). Universalistic Hedonism vs. Hedonic Individual Relativism. *The Journal of Philosophy*, *52*(3), 72–77. doi.org/10.2307/2021731.

Williams, T., & Batten, M. (1981). The quality of school life. Hawthorn, Victoria: Australian Council for Educational Research.

Witter, R. A., Okun, M. A., Stock, W. A., & Haring, M. J. (1984). Education and subjective well-being: A meta-analysis. *Educational Evaluation And Policy Analysis*, *6*(2), 165-173.

Yağan Güder, S. & Güler Yıldız, T. (2016). Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Toplumsal Cinsiyet Algılarında Ailenin Rolü. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 31* (2), 424-446.

Yakut, S., (2018). Öğretmenlerde öznel iyi oluş: KKTC örneği. *Socıal Scıences Studıes Journal (Sssjournal), Vol.4*, no.18, 1737-1746.

Yalçın, S. (2018). Muhasebe meslek mensuplarının tükenmişlik ve iş doyum düzeyleri. *Alanya Akademik Bakış, 2*(3), 235-257. doi.org/10.29023/alanyaakademik.428884.

Yang, D., Zheng, G., Wang, H., & Li, M. (2022). Education, income, and happiness: evidence from China. *Frontiers in Public Health*, (*10)*, 855327.

Yetgin, D. (2017). *Turist rehberlerinin tükenmişlik ve ekonomik kaygı düzeylerinin mesleki bağlılık düzeyleri üzerindeki etkisi* [Doctoral dissertation, Anadolu University (Turkey)]. ProQuest Dissertations & Theses, 2017. 28633024.

Yıldız İ., Temel-Mert Z. & Akgül-Gündoğdu N. (2021). The relationship between secondary school students' quality of school life and aggression level. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, *15*(2): 236-243.

Yılmaz, H. (2019). Çocukluk dönemi mutluluk ve huzur anılarının bilişsel şemalar ve psikolojik semptomlarla ilişkisi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi. 3*(2). 167-192. 10.24130/eccd-jecs.1967201932116.

Yinanç, A., Kırcı Çevik, N., & Kantar, G. (2020). Türkiye'de eğitim ve sosyal göstergelerin mutluluk ile ilişkisi. *JOEEP: Journal of Emerging Economies and Policy, 5*(2), 50-60.

Yuan, B., & Li, J. (2019). Social-economics, community, campus and family: a nationwide empirical investigation on the association between adverse childhood experiences and early career choice of youths and adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, *25*(1), 221–239. https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1608274

Yukay Yüksel, M., & Yavuz, E. (2023). Olumsuz çocukluk deneyimleri ve aleksitimi arasındaki ilişkide öz-şefkat ve benlik saygısının aracı rolü. *Uluslararası Sosyal Bilimler Akademi Dergisi (11)*, 106-135. https://doi.org/10.47994/usbad.1174880.

Yumuk-Mercan, Ç., & Yumuk-Günay, G. (2023). Duygusal zekâ ile çalışma iradesi arasındaki ilişki: aşçılara yönelik bir araştırma. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 25*(Özel Sayı), 321-340. doi.org/10.26468/trakyasobed.1267696.

Yüksel Şahin, F., & Taşkın, T. (2019). Çalışmayan ev kadınlarının mutluluk ve kişisel gelişim yönelimi düzeylerinin incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, *15*(Özel Sayı 1), 24-36. doi: 10.17244/eku.491068.

Yüksel Şahin, F., & Başar Gençer, D. (2023). LGBT+ bireylerin yaşam doyumu, psikolojik sağlamlık, depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin ebeveyn kabulüne ve yaşam becerilerine göre incelenmesi. *Journal of Human Sciences, 20*(3), 282-297. doi:10.14687/jhs.v20i3.6353.

Zaomıng, M., Larbı, F. O., Fang, Z. & Deniz, G. (2021). Fınancıal anxiety on international students in higher education: a comparative analysis between international students in united states of america and china. *Turkuaz Uluslararası Sosyo-Ekonomik Stratejik Araştırmalar Dergisi, 3*(2), 17-36.

Zhang, W. (2019) Urban Scale, Environmental Pollution and Subjective Well-Being of Urban Residents. *Modern Economy*, *10*, 444-463. doi: 10.4236/me.2019.102030.

EKLER

Ek-1. Bilgilendirilmiş Onay Formu

Ek-2. Çocukluk Yaşantıları Ölçeği

Ek-3. Maddi Kaygılar Ölçeği

Ek-4. Çalışma İradesi Ölçeği

Ek-5. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

Ek-6. Kişisel Bilgi Formu

Ek-7. YTÜ Etik Kurul İzni

Ek-1. Bilgilendirilmiş Onay Formu

Deneklerin Gönüllülüğü ve Aydınlatılmış Onam Formu

12/12/2024

DENEKLERİN GÖNÜLLÜLÜĞÜ
VE
AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Tez Konusu: "Yetişkinlerin Çocukluk Çağı Yaşantılarına ve Maddi Kaygılarına Göre Çalışma İradesinin ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi**"**

"Bu araştırmayı yürüten **M. Ensar ATALAY**, adlı araştırmanın amacı, süresi, ne yapmam istendiği hakkında ayrıntılı sözlü ve yazılı bilgi vermiştir. Araştırmayla ilgili her soruyu kendisine sorabildim. Cevapları ve bana verilen bilgiyi anladım. Bu çalışmadan istediğim zaman çıkabileceğimi anladım. Bu araştırma sonuçlarının kullanılmasını kısıtlamayacağımı; yayın, rapor ve benzeri bilimsel dokümanlarda kullanabileceğini kabul ediyorum"

Katılımcının Onayı: Evet ( ) Hayır ( )

Araştırmayı yapan ben M. Ensar ATALAY, araştırma sırasında etik ilkelere uymayı ve katılımcının kişisel verilerini korumayı kabul ediyorum.

Adres: Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul

Eposta: **Tarih:**

M. Ensar ATALAY Onayı: Evet (x) Hayır ( )

Prof. Dr. Fulya YÜKSEL-ŞAHİN Onayı: Evet (x) Hayır ( )

Ek-2. Çocukluk Yaşantıları Ölçeği

Bu form, 12 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Okul Yaşantıları alt boyutunda bulunan 5. ve 7. Madde ters puanlanmaktadır. Yüksek puan **olumsuz** çocukluk yaşantılarının yüksek olduğunu gösterir. Alt boyutlar birbirlerinden bağımsız olup ölçekten toplam puan alınmamaktadır. Her alt boyut için alınan puanlar 4 ile 20 puan arasında değişmektedir.

1,2,3,4. Madde : Aile Yaşantısı Alt Boyutu

5,6,7,8. Madde: Okul Yaşantısı Alt Boyutu

9,10,11,12. Madde: Kişisel/Sosyal Yaşantı Alt Boyutu

	Her zaman	**Sık sık**	**Bazen**	**Nadiren**	**Hiçbir zaman**
1. Çocukken ailem bana içten ve samimi davranırdı					
2. Çocukken ailemde değer gören biriydim					
3. Çocukken ailemin samimiyet duygusunu hissederdim					
4. Çocukken ailem benimle beraber olmaktan mutluydu					
5. Çocukken okul saati geldiğinde moralim bozulurdu					
6. Çocukken okula gitmeyi severdim					
7. Çocukken okula gitmemek için bahaneler üretirdim					
8. Çocukken öğretmenlerimle ilişkilerim iyiydi					
9. Çocukken yeterince arkadaşım vardı					
10. Çocukken arkadaşlarım beni severdi					
11. Çocukken arkadaşlarımla oyun oynardım					
12. Grup oyunlarında tercih edilen biriydim					

Ek-3. Maddi Kaygılar Ölçeği

Lütfen birkaç dakikanızı ayırıp mevcut maddi durumunuz hakkında düşünerek aşağıdaki maddeleri sizi en iyi yansıtacak şekilde yanıtlayınız.

1	2	3	4	5	6	7
Hiçbir Zaman						**Her Zaman**

1. Maddi durumum hakkında kaygılıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
2. Maddi durumum nedeniyle uyumakta zorlanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
3. Maddi durumum nedeniyle işime/okuluma odaklanmakta zorlanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
4. Maddi durumum nedeniyle asabiyim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
5. Maddi durumumla ilgili endişelerimi kontrol etmekte zorlanıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
6. Maddi durumumla ilgili endişelerim nedeniyle kaslarımda gerginlik hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
7. Maddi durumum hakkında endişelendiğim için yorgun hissediyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)

Ek-4. Çalışma İradesi Ölçeği

Çalışma İradesi Ölçeği-Yetişkin Formu

(Work Volition Scale)

1	2	3	4	5	6	7
Kesinlikle Katılmıyorum						**Kesinlikle Katılıyorum**

Lütfen, aşağıdaki ifadelerden her birine ne ölçüde katıldığınızı belirtiniz.

1. Bugüne kadar istediğim işleri seçebildim.
2. Dış etkenlerden kaynaklanan engellere rağmen, istediğim işi yapabilirim.
3. Ekonominin şu an ki durumu istediğim işte çalışmamı engelliyor. (*)
4. Çalışmayı istediğim işler yaşadığım yerde bulunmuyor. (*)
5. Maddi durumum nedeniyle, bulabildiğim herhangi bir işte çalışmak zorundayım. (*)
6. İş ararken, bulabildiğim herhangi bir işi kabul edeceğim. (*)
7. Ailemi geçindirmek için çoğunlukla sevmediğim işlerde çalışmak zorunda kalıyorum. (*)
8. İşimi sevmiyorum ama şu an yeni bir iş bulmak benim için imkânsız olurdu. (*)
9. İstediğim zaman iş değiştirebileceğimi düşünüyorum.
10. Bir iş seçiminde önemli olan tek şey geçimini sağlamasıdır. (*)
11. Dış etkenlerin işimi ve kariyer seçeneklerimi gerçekten kısıtladığını hissediyorum. (*)
12. İş seçimlerimde kontrolün tamamıyla bende olduğunu hissediyorum.
13. Şu anki kariyer seçimimde, benim kontrolüm dışındaki negatif faktörlerin büyük bir etkisi olmuştur. (*)

(*) *Tersine puanlanan maddeler*

Puanlama: İrade alt ölçeği: 1, 2, 9, 12
Finansal engeller alt ölçeği: 5, 6, 7, 8, 10
Yapısal engeller alt ölçeği: 3, 4, 11, 13

(Toplam puan alınırken finansal engeller ve yapısal engeller alt ölçeklerindeki maddelerin hepsi tersine puanlanır.)

Kaynak: Büyükgöze-Kavas, A. & Ünal, Ş. (2019). Çalışma İradesi Ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi, 2*(2), 194-214.

****Yazarlardan izin alınmaksızın atıf yapılarak araştırma amacıyla kullanılabilir.**

Ek-5. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

Genel olarak yaşamınızı düşününerek aşağıdaki seçeneklerin size ne derece uygun olduğunu (X) ile işaretleyiniz.

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Biraz Katılıyorum	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Kendimden hoşnut değilim.	1	2	3	4	5
2. Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5
3. Hayatımdaki her şeyden oldukça memnunum.	1	2	3	4	5
4. Çevremdeki güzelliklerin farkına varırım.	1	2	3	4	5
5. Yapmak istediğim her şeye zaman bulabilirim.	1	2	3	4	5
6. Zihinsel olarak kendimi tamamen zinde (dinç) hissederim.	1	2	3	4	5
7. Geçmişle ilgili mutlu anılara sahip değilim.	1	2	3	4	5

1. ve 7. Maddeler tersten kodlanmaktadır (reverse). Yüksek puanlar mutluluk düzeyinin yükseldiğine işaret etmektedir.

Ek-6. Kişisel Bilgi Formu

YÜKSEK LİSANS TEZ ARAŞTIRMASI

Değerli katılımcılar, bu ölçekler araştırma amacıyla hazırlanmıştır. Ölçeklerden elde edilen veriler toplu olarak değerlendirilecek ve sadece Yüksek Lisans Tez çalışmasının amacına uygun olarak kullanılacaktır. Bu nedenle ölçeğe adınızı yazmanıza gerek yoktur. İçtenlikle vereceğiniz cevaplar araştırmanın amacına ulaşmasına katkı sağlayacaktır. Lütfen her bir maddeyi atlamadan işaretleyiniz. İlgi ve katkılarınız için teşekkür eder, saygılarımı sunarım.

M.Ensar ATALAY- Yıldız Teknik Üniversitesi Yüksek Lisans Öğrencisi

Prof. Dr. Fulya YÜKSEL-ŞAHİN Yıldız Teknik Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

KİŞİSEL BİLGİ FORMU
Cinsiyetiniz: a)Kadın ( ) b)Erkek ( ) c) Diğer ( )
Yaşınız: a)22-32 ( ) b)33-43 ( ) c)44-54 ( ) d) 55-65 ( ) e)66 ve üstü ( )
Mesleğiniz: ……..
Aktif olarak çalışıyor musunuz? a)Evet ( ) b) Hayır ( ) **Kamu, Özel sektör, Ücretli, Serbest (Belirtiniz)** a)Kamu ( ) b)Özel ( ) c)Ücretli ( ) d)Serbest ( )
Aylık ortalama mesleki kazancınız:……
Yaşadığınız şehir (Plaka kodu):
En Son mezun olduğunuz eğitim kademesi/Eğitim Durumunuz: a)Okuryazar değil ( ) b)Sadece okuryazar ( ) c)İlkokul ( ) d)Ortaokul ( ) e)Lise ( ) f)Üniversite ( ) g)Yüksek Lisans ( ) h)Doktora ( )

Ek-7. YTÜ Etik Kurul Onayı

YILDIZ TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu

Toplantı Tarihi: 05.01.2025 **Toplantı No: 2025.01**

SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU TOPLANTI KARARI

Yürütücülüğünü Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü öğretim üyelerinden Prof. Dr. Fulya YÜKSEL ŞAHİN danışmanlığında lisansüstü öğrencisi MUHAMMED ENSAR ATALAY tarafından yapılacak olan "Yetişkinlerin Çocukluk Çağı Yaşantılarına Ve Maddi Kaygılarına Göre Çalışma İradesinin Ve Mutluluk Düzeylerinin İncelenmesi" adlı çalışma ve bu çalışmada kullanılacak veri toplama araçları ve yöntemlerine ilişkin bilgilerde etiğe aykırı herhangi bir bulguya rastlanmamıştır.

Etik Kurul Üyeleri

DocuSigned by:
07F20CD75ADB430...
Prof. Dr. Murat DONDURAN
Başkan

DocuSigned by:
9D5616D3F2674C8...
Prof. Dr. Fatih GÜLGEN
Üye

DocuSigned by:
D6CAA832588B413...
Prof. Dr. Yiğit EVREN
Üye

DocuSigned by:
95126DCBD72243B...
Doç. Dr. Begüm SATICI
Üye

DocuSigned by:
11BD69611D0B462...
Doç. Dr. Nur CEMELELİOĞLU
Üye

DocuSigned by:
AEDFCC489DA74F0...
Doç. Dr. Gülbin ÖZKAN
Üye

DocuSigned by:
7FF802A54D7049F...
Dr. Öğr. Üyesi H. Ağan KARADUMAN
Üye

Taş Bina A-2013 Oda Davutpaşa Kampüsü Esenler/İstanbul Tel: (0212) 383 31 18
E-posta: sbemdr@yildiz.edu.tr - Web: sbe.yildiz.edu.tr
Rapor Doğrulama Adresi: "etik.yildiz.edu.tr/dogrula" Rapor No: 20250104167 Doğrulama Kodu: 252d3