

Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Seviyelerinin İletişim Becerileri Açısından Bazı Değişkenlerle İncelenmesi

Ayşen Kovan

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsüne Rehberlik ve
Psikolojik Danışmanlık dalında Yüksek Lisans Tezi olarak sunulmuştur.

Doğu Akdeniz Üniversitesi
Eylül 2017
Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs

Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü onayı

Doç. Dr. Ali Hakan Ulusoy
L.E.Ö.A. Enstitüsü Müdür Vekili

Bu tezin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarım.

Doç. Dr. Canan Zeki
Eğitim Bilimleri Bölüm Başkanı

Bu tezi okuyup değerlendirdiğimizi, tezin nitelik bakımından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı Yüksek Lisans derecesinin gerekleri doğrultusunda hazırlandığını onaylarız.

Yrd. Doç. Dr. Gülen Uygarer
Tez Danışmanı

Değerlendirme Komitesi

1. Doç. Dr. Yeliz Akıntuğ

2. Yrd. Doç. Dr. Sertan Kağan

3. Yrd. Doç. Dr. Gülen Uygarer

ABSTRACT

The present research is a comparative study that examines the Subjective Well-Being (SWB) with some variables in terms of Communication Skills (CS) in university students.

The research sample consists of 430 students (249 female and 181 male) attending Psychological Counselling and Guidance (PCG) and Nutrition and Dietetics (ND) programs in Eastern Mediterranean University.

SWB Scale developed by Dost in 2005 and CS Evaluation Scale prepared by Korkut in 1996 were used to collect data for the research. Additionally, the data about students' demographic features were obtained through Personal Information Form, which was prepared by researcher.

The relationship between students' SWB and CS was used by Pearson correlation. To determine whether there is a significant difference in the predictions of CS and SWB levels was used by t-test (gender, department, class, living place), relationships between departments and SWB & CS were measured by Spearman analysis and some variables were conducted by Kruskal Wallis H-test analysis (perceived mother and perceived father behaviour types).

According to results, research is emphasized that how differences were experienced the PCG and ND program students' SWB levels and CS in terms of variables (department, gender, class, perceived mother and father behaviour types and living place).

According to the findings, when variable of department was taken in terms of SWB and CS, no significant differences were found in either program. There was a significant difference in gender in terms of SWB and together with a significant

difference between CS and gender. Also was found that the variable of class with SWB and CS were not significant differences. Additionally there was no significant difference between SWB and perceived mother behaviour types, but SWB and CS were considered that variables in terms of perceived father behaviour types have significantly differences. In these variable shows that perceived mother and father are high level perfectionist. The variable of living place was determined by SWB and CS that significant difference was found. It was determined that the urban living place has a higher level than the rural areas in terms of SWB and CS.

Keywords: Subjective Well-Being, Communication Skills, University Students

ÖZ

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin ‘Öznel İyi Oluş’ (ÖİO) seviyelerinin ‘İletişim Becerileri’ (İB) açısından bazı değişkenlerle incelemesini ele alan karşılaştırmalı bir çalışmadır.

Araştırmanın örneklemini, DAÜ’de Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (RPDA) ve Beslenme ve Diyetetik (BD) programlarında öğrenim gören 249 kadın, 181 erkek toplam 430 öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplama araçları olarak Dost tarafından 2005 yılında geliştirilen “Öznel İyi Oluş Ölçeği” (ÖİÖÖ) ve Korkut tarafından 1996 yılında hazırlanan “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği” (İBDÖ) kullanılmıştır. Ayrıca öğrencilerin demografik özellikleriyle ilgili bilgiler araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” ile elde edilmiştir.

Öğrencilerin öznel iyi oluş ve iletişim becerileri arasındaki ilişki için Pearson korelasyonundan yararlanılmıştır. İB ile ÖİO düzeyleri puanlarının yordanmasında anlamlı farklılık gösterip göstermediğine t-test (cinsiyet, program, sınıf, yaşanılan yer), programlar ile ÖİO ve İB arasındaki ilişki için Spearman, Kruskal Wallis H-test ile (algılanan anne-baba davranış biçimleri) veri analizlerinden yararlanılmıştır.

Araştırma sonucuna göre, DAÜ’de RPDA ile BD programı öğrencilerinin ÖİO ve İB’nin program, cinsiyete, sınıfa, algılanan anne-baba davranış biçimlerine ve yaşanılan yere göre nasıl bir farklılık gösterdikleri üstünde durulmuştur. Bulgular sonucuna göre ÖİO ve İB açısından program değişkeni ele alındığında, her iki programda da anlamlı bir farka rastlanmamıştır. ÖİO açısından cinsiyet değişkeni anlamlı fark tespit edilmiş olmasıyla beraber İB ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Diğer değişken olan sınıf ile ÖİO ve İB

aralarında anlamlı bir farkın bulunmadığı ortaya çıkmıştır. ÖİÖ ile algılanan anne davranış tipi arasında anlamlı farklılık göstermemiş olup algılanan baba davranış tipi arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. İB ile algılanan anne ve algılanan baba davranış tipi değişkenleri açısından ele alındığında anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Algılanan anne ve baba davranış tiplerinde mükemmeliyetçi anne ve babalarının yüksek derecede mükemmeliyetçi oldukları ortaya konmuştur. ÖİÖ ile İB tarafından ele alınan son değişken olan yaşanan yer arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. ÖİÖ ve İB açısından kentsel yaşam yerinin kırsal alanlardan daha yüksek seviyeye sahip olduğu saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Öznel İyi Oluş, İletişim Becerileri, Üniversite Öğrencileri

TEŞEKKÜR

Araştırmanın gidişatı ve ilerleyişinde her anlamda yardımcı olan; her türlü bilgi ve deneyimiyle yol gösteren tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Gülen UYGARER'e teşekkür ederim.

Yüksek lisans yapma motivasyonumu ve gücümü bana kazandıran birlikte yola çıktığım, her şeyi öğretmeye çalışan, her türlü kişisel ve akademik sorunumda yanımda olan Doç. Dr. Tutku AKTER ve Ögt. Gör. Nazif TÜRKMENE'e teşekkür ederim.

Tez sürecimde desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen, psikolojik desteği ile her zaman yanımda olan, öğretmenliklerinin yanında anne sevgisini ve merhametini gösteren Doç. Dr. Bahire Efe ÖZAD ve Doç. Dr. Canan ZEKİ'ye teşekkür ederim.

Tezimin sadece veri analizi aşamasında değil; manevi anlamda desteğini hiç bir zaman esirgemeyen ve her sorun yaşadığımda hemen yardımına koşan çok değerli arkadaşlarım; Hamza Fatih SAPANCA, Serkan YAZICI, Bahadır ÇAVLI ve Muhammet Fethullah EROL'a teşekkür ederim.

Yetişmemde ve eğitim hayatımda en büyük sabır, hoşgörü, maddi ve manevi her türlü desteklerini benden esirgemeyen; hayatımdaki en değerli varlığım annem Bilgin KOVAN ve canım babam Aydın KOVAN'a teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

ABSTRACT.....	iii
ÖZ.....	v
TEŞEKKÜR.....	vii
KISALTMALAR.....	xiii
TABLO LİSTESİ.....	xiv
ŞEKİL LİSTESİ.....	xvi
1 GİRİŞ.....	1
1.1 Problem Durumu.....	7
1.2 Araştırmanın Amacı.....	9
1.3 Problem Cümlesi.....	10
1.4 Alt Problemler.....	10
1.5 Araştırmanın Önemi.....	11
1.6 Varsayımlar.....	12
1.7 Sınırlılıklar.....	12
2 KURAMSAL ÇERÇEVE.....	13
2.1 İletişim ve İletişim Becerileri.....	13
2.1.1 İletişim Türleri ve İletişimin Sınıflandırılması.....	17
2.1.1.1 İletişim Türleri.....	17
2.1.1.2 İletişimin Sınıflandırılması.....	18
2.1.2 İletişimin İşlevleri ve Önemi.....	20
2.1.3 İletişim Becerileri ile Öznel İyi Oluş İlişkisi.....	22
2.1.4 İletişim Becerileri ile İlgili Kuramlar.....	29
2.1.4.1 Sosyal Rol Kuramı.....	29

2.1.4.2 Sosyal Öğrenme Kuramı.....	31
2.1.4.3 Bağlanma Kuramı	31
2.2 Öznel İyi Oluş	32
2.2.1 Öznel İyi Oluşun Bileşenleri	35
2.2.2 Öznel İyi Oluşun Önemi.....	38
2.2.3 Öznel İyi Oluş ile İlgili Kuramlar.....	40
2.2.3.1 Öznel İyi Oluş Kuramları.....	40
2.2.3.1.1 Ereksel Kuram.....	40
2.2.3.1.2 Akış Kuramı	41
2.2.3.1.3 Etkinlik Kuramı.....	42
2.2.3.1.4 Amaç Kuramı	43
2.2.3.2 Öznel İyi Oluşun Alt Boyutları ve İlgili Psikolojik Kuramlar.....	44
2.2.3.2.1 Öz-Kabul	44
2.2.3.2.2 Diğerleriyle Olumlu İlişkiler.....	44
2.2.3.2.3 Özerklik.....	45
2.2.3.2.4 Çevresel Hâkimiyet.....	46
2.2.3.2.5 Yaşam Amacı	46
2.2.3.2.6 Bireysel Gelişim.....	47
2.3 İletişim Becerileri ile Öznel İyi Oluş ile İlgili Araştırmalar	47
2.3.1 İletişim Becerileri ile İlgili Araştırmalar	47
2.3.2 Öznel İyi Oluş ile İlgili Araştırmalar	66
3 YÖNTEM.....	81
3.1 Araştırmanın Yöntemi	81
3.2 Araştırmanın Modeli	81
3.3 Araştırmanın Evren ve Örneklemi	82

3.3.1 Araştırmanın Evreni.....	82
3.3.2 Araştırmanın Örneklemi	82
3.4 Veri Toplama Araçları.....	83
3.4.1 Kişisel Bilgi Formu	83
3.4.2 Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)	83
3.4.3 İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)	83
3.5 Geçerlilik ve Güvenirlilik.....	84
3.5.1 ÖİÖÖ'nin Geçerlilik ve Güvenirliliği	84
3.5.2 İBDÖ'nin Geçerlilik ve Güvenirliliği.....	84
3.6 Veri Analizi ve Uygulama.....	85
3.7 Etik	85
4 BULGULAR	87
4.1 Öğrencilerin Öznel İyi Oluş Seviyeleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki	87
4.2 RPDA ve BD Programı Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ile İletişim Becerileri Seviyeleri Arasındaki İlişki	87
4.3 Öğrencilerin Genel Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları.....	88
4.4 Öğrencilerin Öznel İyi Oluş ile İletişim Becerileri Seviyelerinin Değişkenlere Göre İncelenmesi.....	92
4.4.1 Program Değişkeni	92
4.4.2 Cinsiyet Değişkeni.....	93
4.4.3 Sınıf Değişkeni	94
4.4.4 Algılanan Anne Davranış Tipi Değişkeni	95
4.4.5 Algılanan Baba Davranış Tipi Değişkeni	98
4.4.6 Yaşanılan Yer Değişkeni	100

5 TARTIŞMA	101
5.1 RPDA Ve BD Öğrencileri, Eğitim Gördükleri Lisans Programı Değişkeni ile Öznel İyi Oluş Seviyelerinin Karşılaştırılması.....	101
5.2 RPDA ve BD Lisans Programlarındaki Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni Açısından Öznel İyi Oluş Seviyelerinin Karşılaştırılması	102
5.3 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Sınıf Değişkeni Açısından Öznel İyi Oluş Seviyelerinin İncelenmesi	105
5.4 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Algılanan Anne Ve Baba Davranış Tipi Değişkeni ile Öznel İyi Oluş Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	106
5.5 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Yaşanılan Yer Değişkeni Açısından Öznel İyi Oluş Seviyelerinin Karşılaştırılması	108
5.6 Öznel İyi Oluş Seviyeleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	108
5.7 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Eğitim Gördükleri Lisans Programı Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin Karşılaştırılması	109
5.8 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin Karşılaştırılması.....	110
5.9 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Sınıf Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin İncelenmesi.....	112
5.10 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Algılanan Anne ve Baba Davranış Tipi Değişkeni ile İletişim Becerileri Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	113

5.11 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Yaşanılan Yer Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin Karşılaştırılması.....	115
6 SONUÇ VE ÖNERİLER.....	116
6.1 Sonuç.....	116
6.2 Öneriler.....	118
6.2.1 Uygulamaya Yönelik Öneriler.....	118
6.2.2 İleriki Araştırmalara Yönelik Öneriler	119
KAYNAKLAR	121
EKLER.....	153
EK 1: Kişisel Bilgi Formu.....	154
EK 2: Öznel İyi Oluş Ölçeği	156
EK 3: İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği.....	159
EK 4: RPDA Programının Ders İçeriği.....	162
EK 5: BD Programının Ders İçeriği.....	163

KISALTMALAR

BD	Beslenme ve Diyetetik
CS	Communication Skills
DAÜ	Doğu Akdeniz Üniversitesi
KKTC	Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti
KPSS	Kamu Personeli Seçme Sınavı
MEB	Milli Eğitim Bakanlığı
ND	Nutrition and Dietetics
ÖİÖ	Öznel İyi Oluş
ÖSYM	Ölçme, Seçme ve Yerleştirme Merkezi
PCG	Psychological Counselling and Guidance
RPDA	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
SWB	Subjective Well-Being
TDK	Türk Dil Kurumu
YÖK	Yükseköğretim Kurulu

TABLO LİSTESİ

Tablo 1: Kişiler Arası İletişim Yöntemlerinin Avantajları Dezavantajları	19
Tablo 2: Öznel İyi Oluşun Bileşenleri	37
Tablo 3: Öğrencilerin ÖİÖ – İB Seviyeleri Arasındaki Korelasyon Analizi	87
Tablo 4: Program Değişkeni ile İB-ÖİÖ Seviyeleri Arasındaki Sperman Analizi	88
Tablo 5: Öğrencilerin Program Değişkenine Göre Dağılımları	88
Tablo 6: Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımları	89
Tablo 7: Öğrencilerin Sınıf Değişkenine Göre Dağılımları	89
Tablo 8: Öğrencilerin Algıladıkları Anne Davranış Tipi Değişkenine Göre Dağılımları	90
Tablo 9: Öğrencilerin Algıladığı Baba Davranış Tipi Değişkenine Göre Dağılımları	91
Tablo 10: Öğrencilerin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre Dağılımları	91
Tablo 11: ÖİÖ Seviyelerinin Programı Değişkenine Göre T-Testi Analizi	92
Tablo 12: İB Seviyelerinin Program Değişkenine Göre T-Testi Analizi	92
Tablo 13: ÖİÖ Seviyelerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T-Testi Analizi	93
Tablo 14: İB Seviyelerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T-Testi Analizi	94
Tablo 15: ÖİÖ Seviyelerinin Sınıf Değişkenine Göre T-Testi Analizi	94
Tablo 16: İB Seviyelerinin Sınıf Değişkenine Göre T-Testi Analizi	95
Tablo 17: ÖİÖ Seviyelerinin Algılanan Anne Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi	96
Tablo 18: İB Seviyelerinin Algılanan Anne Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi	97

Tablo 19: ÖİO Seviyelerinin Algılanan Baba Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi.....	98
Tablo 20: İB Seviyelerinin Algılanan Baba Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi	99
Tablo 21: ÖİO Seviyelerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre T-Testi Analizi	100
Tablo 22: İB Seviyelerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre T-Testi Analizi	100

ŞEKİL LİSTESİ

Şekil 1: İletişimin Temel Unsurları (MEGEP, 2007).....	15
Şekil 2: Öznel İyi Oluşun Bileşenleri (Gülaçtı, 2009).....	36

Bölüm 1

GİRİŞ

İnsanoğlu yıllarca iletişim becerileri ve iyi olma halleri üzerine odaklanmış ve insanların bu kavramlar açısından nasıl etkilendiklerini araştırmıştır. Özellikle Sanayi Devrimi ile birlikte yeni buluşların üretime yansması, insanoğlunun yaşam biçiminde büyük değişimlere neden olmuştur. Bu etkinin günümüzdeki yansması ise teknolojik açıdan gelişmelerin, yeni iletişim alanlarının doğması ve ekonominin serileşerek ilişkilerin form değişerek artmasıyla kendini göstermektedir (Uyanık, 2016). Örnek olarak, sosyo-ekonomik gelişim sürecinde toplumların ilk başta ilkel toplumdaki tarım toplumuna, tarım toplumundan sanayi toplumuna, yaşadığımız yüzyılda ise sanayi toplumundan bilgi toplumuna geçişin olduğu belirtilmiştir (Tonta ve Küçük, 2005). Buna ek olarak sanayileşme sürecinden sonra meydana gelen değişimler sadece ekonomik ve teknolojik açılardan olmamış, sosyal yaşamı ve mevcut sosyal değişimin hızını da etkilemiştir (Aktan ve Tunç, 1998). Bilgi toplumunda, kişilerin toplumdan uzaklaşmasıyla birlikte bireysel yaşamların artması söz konusudur. Kişilerin zamanlarının büyük bölümünü teknoloji ürünleriyle geçirirken; çalışma ve oyun arkadaşlarının artık olmazsa olmazı bilgisayarların olduğu ifade edilmiştir (Kocacık, 2003; Abay ve Demir, 2014). Teknolojinin bu hızlı döngüsü, sosyal yapının hızlı bir değişim sürecine girmesiyle bireysel ve toplumsal hayatlar arasında parçalanmaların yaşanmasına neden olmuştur. Bahsedilen hızlı değişimlerden ötürü bireysel hayatların yanında hem aile hayatı hem eğitim, hukuki ve siyasi süreçlerde bireysellik ön plana çıkmaya başlamıştır. Ayrıca teknolojik

gelişmelerin insan hayatına kattığı birçok yeniliklerin yanında, bilgi akışının hızlanması sosyal, ekonomik ve kültürel birçok etkiye sahiptir. Bunun yanında teknolojinin insan hayatında hızlı yer alması, mevcut yapının değişmesine neden olmaktadır. Bu durum; bireysel hayatların gün geçtikçe artmasına sebebiyet verirken, teknolojinin, kültürü ve sosyal ilişkileri doğrudan etkilediği ve eski algının değiştiği vurgulanmıştır (Kocacık, 2003; Gözğü ve Mutioğlu, 2012).

Günümüzdeki iletişim teknolojisinin hızlı gelişmesi, yukarıda da belirtildiği gibi bireyselleşmenin en önemli faktör olduğunu söyleyebilmekteyiz. Örnek olarak Özbay (2014); sanayileşme süreciyle birlikte kültürel ilişkisellik olarak ele alınan aile-akraba-komşuluk ilişkilerinin, bağımsızlık ve bireysellik ilkelerine dayanan ilişkilere dönüştüğünü belirtmiştir. Son yıllarda ailelerde gözlemlenen en belirgin değişim; geniş aile yapılarının parçalanıp yalnız yaşamaların artması, bireyselliğin ön plana çıkmasıdır. Bireyselliğin bu denli artmasının nedeni olarak modernleşme, kentleşme, teknolojik gelişmelerin hızla artış göstermesiyle ilişkilendirilebilir. Diğer yandan Abay ve Demir (2014) tarafından geleneksel ve modern toplumlar arasında birtakım farklılıkların olduğu dile getirilmiştir. Bunlar; geleneksel toplumların aile yapısının daha hiyerarşik bir yapıya sahip olması ve erkek merkezli ilişkinin egemen olmasıdır. Fakat modern toplumlarda ise aile yapısının küçülmesinin yanı sıra ilişkiyel bir sistem oluşmaktadır. Buna bağılı olarak da komşuluk bağıları ve yüz yüze ilişkilerin zayıflaması dikkat çekmektedir ve bu zayıflamada sanal hareketlerin etkisinin oldukça fazla olduğu ifade edilmiştir. Bu sanal hareketlerden kasıt ise özellikle internetin, iletişim teknolojisindeki gelişiminden itibaren komşuluk ilişkilerini olumsuz etkilemiştir (Yıldız ve Gündüz, 2011).

Buna bağılı olarak kişiler arası ilişkilerin gittikçe zayıflaması söz konusudur. Meydana gelen bu gelişmeler (örneğin; teknoloji, çevrimiçi bankacılık, çevrimiçi

alışveriş, çevrimiçi randevu alma gibi) insanoğlunun istediklerine kolay ve zahmetsiz bir şekilde erişmesine büyük katkı sağlarken, geçmiş ile günümüzdeki yaşantılar karşılaştırıldığında iletişim açısından farklılıklar söz konusudur. Kişiler; işlerini, ihtiyaçlarını teknolojinin olanakları sayesinde halledip zamandan tasarruf ederken; ‘bir araya gelme’ durumunun yaşanmamasına ve bireyselliğin/yalnızlaşmanın oluşmasına neden olmaktadır (Karagülle ve Çaycı, 2014; Yılmaz, 2007). Dolayısıyla teknolojideki değişimler ve gelişmeler; tutum, davranış ve yeni davranış şekillerinin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Özellikle geçmişten günümüze kadar ‘toplumsal yapı ve aile ilişkileri’ ele alındığında, kişilerarası ilişkilerin geleneksel dönemlere göre farklılaştığı görülmüştür. Dolayısıyla insanların diyaloga girmesinin azalması ‘asgari iletişim’in oluşmasına neden olarak önümüze çıkmaktadır (Karagülle ve Çaycı, 2014). Bu düşünceyi destekleyici nitelikte olan Zıllıoğlu (2014) ise modern iletişim araçları sayesinde her türlü bilgiye ve tüm dünyaya ulaşırken; modern yaşamın getirişiyle bireyselleşildiğini dile getirmiştir. Bu nedenle kişilerin yakınındaki insanlarla artık başarılı iletişim kuramadığını da belirtmiştir.

Bu bağlamda, çevreleriyle kurdukları iletişim, artık teknoloji vasıtasıyla oluşturulmuş bir iletişim haline dönmüştür. Dolayısıyla alışkanlıkların, düşüncelerin ve duyguların değişerek sanal olmasına neden olmaktadır. Sosyal yaşamdaki oluşan izolasyon sonucunda yabancılık ve yalnızlaşma durumlarının oluştuğu belirtilmiştir (Karagülle ve Çaycı, 2014).

Geçmişteki sosyal ilişkilerde, kişiler birbirleriyle daha sık görüşüp iletişim halinde olurken, günümüzde ise kişilerin kendileriyle iletişim halinde oldukları görülmektedir. Bundan ötürü kişilerin kendileriyle kalma sonucunda içe kapanıklık meydana gelmekte ve yukarıda da belirtildiği gibi sağlıklı ilişkiler kurmada güçlüklerin yaşandığı söylenebilmektedir (MEB, 2014). İnsanoğlunun yaşamında

meydana gelen değişimlerin; ilişkilerine, iletişimlerine ve psikolojik durumlarına yansımalarına dikkat çekilmektedir. Böylece ilişki kurmada güçlüklerin yaşanması, kişilerin kendine dair anlayışlarının ve beklentilerinin oldukça önemli olduğu önümüze çıkmaktadır. Bu çalışmada da insanoğlunun en temel becerilerinden biri olan iletişim becerileri ve kişinin bireyselliğini ele alan kavramlardan birisi olan “öznel iyi oluş” akla gelmektedir.

İlk olarak; ele alınan ‘iletişim’ kavramının, hayatımızın her aşamasında en önemli unsur olduğu bilinmektedir. İnsanoğlu gün içinde iletişimi farklı şekillerde kullanmaktadır (Tuna, Birsen, Erzurum, Küçük, Çolak ve Özkoçak, 2012). Diğer kişilerle kurulan ilişkiler, iletişim aracılığıyla karşılanmaktadır. İhtiyaçların karşılanması ve giderilmesi amacıyla oluşturulan en önemli unsurun iletişim olduğu önümüze çıkmaktadır. Kişilerin karşı karşıya kaldıkları bu süreçte iletişim becerilerine olan gereksinimin önemi oldukça büyüktür (Karataş, 2015). Buna bağlı olarak hayatın büyük çoğunluğunda iletişimi ve iletişim becerilerini etkili kullanmanın hem bireysel hem de toplumsal olarak önem taşıdığı vurgulanmaktadır (Şahin-Görmüş, Aydın ve Ergin, 2013). Kavram olarak ‘iletişim becerileri’, Egan’a göre (1994) kişisel farklılıkların varlığını ve kişilerin değerli, saygı duyma, kişileri olduğu gibi kabul etme, kişilerin kendileriyle ilgili kararlar alabilme haklarının olduğuna inanma, gizliliği korumaktan oluşmaktadır (Korkut-Owen ve Bugay, 2014).

Diğer bir kavram olan ‘öznel iyi olma hali’nin ise; psikoloji literatüründe, mutluluk anlamına geldiği belirtilmiştir (Tatal, 2015). Bu kavramda üç bileşen olan olumlu, olumsuz duygular ve yaşam doyumu alt başlıkları karşımıza çıkmaktadır. Böylece, öznel iyi oluş kavramının kişinin sadece duygusal boyutundan oluşmadığını, yaşam doyumunun oluştuğu bilişsel boyuttan meydana geldiği

açıklanmıştır (Işık ve Bedel, 2015). Ayrıca olumlu duygulanım kişinin yaşayacağı olumlu hislerden oluşmakta olup olumsuz duygulanımlar ise kişinin olumsuz duygularından meydana gelmektedir. Yaşam doyumu, kişinin hayatındaki çeşitli evrelerindeki doyumuna dair kendi seçimlerine göre yaşamının nitelikleri ile ilgili genel değerlendirmelerin olduğu alandır (Doğan, Eryılmaz, Ercan, 2014; Yavuz, 2006). Öznel iyi oluş kavramı, kişinin hayatının her alanında gözlemlenebilen bir kavram olarak önümüze çıkmakta ve toplumsal yaşamın devam edilebilirliği bakımından oldukça önemli olduğu görülmektedir (Şahin, Aydın, Sarı, Kaya ve Pala, 2012). Böylece yaşam doyumunu belirleyen durumlardan birisi olan kişinin iş hayatı örneğini verebiliriz. Örneğin, kişiler meslekleri sayesinde toplumda yerini belirler, geçimini ve ihtiyaçlarını mesleği sayesinde elde eder, devam ettirir. Meslekten doyum sağlandığında ve iletişim becerileri sağlıklı şekilde kullanıldığında çevreyle olan etkileşimi artabilmektedir (Dost, 2007; Doğan, Eryılmaz, ve Ercan, 2014).

İş yaşamı gibi önemli yaşam alanlarında kişi halinden memnunsu ve olumlu duyguları sık yaşayıp; olumsuz duyguları az yaşıyorsa ‘mutlu’ olarak tanımlandıkları söylenmiştir (Eryılmaz ve Doğan, 2012). Ayrıca sosyal ilişkilerin, ruh sağlığını ve öznel iyi oluşu yakından ilgilendirdiği söylenirken öznel iyi oluşla beraber kişinin olumlu ilişkiler kurup yaratıcılıklarının artmasını da olumlu yönde etkilediği ifade edilmiştir (Doğan ve Sapmaz, 2012; Eryılmaz ve Ercan, 2011). Dahası ise öznel iyi oluş düzeyleri yüksek kişilerin mesleki anlamda üretken, yüksek kazanç ve sorumluluk sahibi vatandaş oldukları, ilişkisel ve evliliklerindeki doyumlarının yüksek olmasıyla birlikte stres ile başa çıkmada daha yetenekli oldukları söylenmiştir (Doğan ve Sapmaz, 2012).

Erigüç, Şener ve Eriş (2013) iletişimde meydana gelen problemler duygu, düşünce veya bilgilerin yanlış iletilmesine neden olabilmektedir. Dolayısıyla

sağlıksız iletişim oluştuğunda olumlu ve tatmin edici ilişkiler geliştirilememektedir. Buna bağlı olarak iletişimin başarılı olması için birtakım beceriler vardır. En sade şekli ile kişilerin etkili dinleme ve etkili tepki verme becerileri olarak ele alınabilir. Bu becerilere sahip olan kişiler; daha tatmin edici, anlamlı ve sağlıklı ilişkiler kurabilmektedir.

İletişim becerileri kişilerin algılama biçimlerini ve kendileriyle ilgili fikirlerini şekillendirerek kendilerine dair düşüncelerini etkilemektedir. Kişi öznel olarak iyi olduğunda kendilerine güvenlerinin artacağı, böylelikle kişinin sağlıklı iletişim ortamını yaratabileceği vurgulanmıştır (Yavuz, 2006). Sağlıklı iletişim ortamı yaratılabilir ifadesi aslında, sağlıklı iletişim kurabilecek becerilere sahip olunması gerektiğine dikkat çekmektedir (MEB, 2015). Dolayısıyla araştırmanın konusu olan ‘öznel iyi oluş’un bu açıdan oldukça önemli olduğu düşündürmektedir.

Öznel iyi oluş ve iletişim becerileri kavramlarının mesleki açıdan öneminin yanı sıra gerek kişiler arası ilişkilerde gerekse kişisel hayatlar açısından oldukça büyük öneme sahiptir. Öznel iyi oluşun, özellikle danışan-danışman odaklı yardım mesleklerinde, iletişim becerileri arasındaki etkisinin önemli olduğu görülmektedir. İletişim becerilerinin yardım meslekleri ile ilgili programlarda eğitim gören üniversite öğrencilerinin eğitim programlarına dâhil edilmesiyle, bu becerilerin kazandırılmasının ve geliştirilmesinin oldukça önemli olduğu söylenmiştir (Gülbahçe, 2010; Erigüç ve ark. 2013). Böylece kişilerin çevreleriyle sağlıklı iletişim yürütmelerini esas alan yardım mesleklerinde sahip olunması gereken temel unsurun iletişim becerileri olduğu ifade edilebilir ve etkili iletişim kuramayan yardım mesleği elemanlarının, danışanlarını anlamakta ve sorunlara karşı çözüm bulmada yetersiz olabileceği söylenebilir (Gülbahçe, 2010; Erigüç ve ark, 2013).

1.1 Problem Durumu

Kişilerin kendilerini iyi hissetmelerinin doğrudan doğruştan getirdikleri özelliklere bağlı olmayıp ihtiyaç duyulan becerileri öğrenmeleri ve hayatlarına dâhil etmeleriyle ilgili olduğu bilinmektedir. Bulunulan ortamın/çevrenin getirdiği veya kazandırdığı bir olgu olarak önümüze çıkmaktadır. Günden güne, yardım mesleklerine duyulan ihtiyacın artmasıyla beraber bu alanda yetişen elemanlarda belli başlı beceriler aranmaktadır. Özellikle, sağlıklı ilişki kurabilmenin altında yatan en önemli beceri olarak bilinen iletişim becerilerine sahip olabilme ve kullanma, yüksek öznel iyi oluş seviyesine sahip olma yardım meslekleri (örneğin; psikolojik danışmanlar ve beslenme ve diyetetik uzmanları için) açısından oldukça önemlidir. Yardım mesleklerinde genel olarak kurulan danışan-danışman ilişkisi adına ve etkili, sağlıklı iletişim kurması, yardım niteliğini arttırabilmesi açısından oldukça önemlidir. Yardım mesleği elemanının etkili iletişim becerilerine sahip olması ve sağlıklı şekilde kullanması önemli özelliklerden olup, öznel iyi olma hali ile aralarında anlamlı ilişkinin olması gerektiği düşünülür. İletişim becerilerini yardım mesleği elemanlarının iyi oluş seviyesini etkilediği ve bunları etkili kullanmanın fayda sağladığı düşünülmektedir. Ayrıca sosyal ilişkilerin de kişinin “öznel iyi oluş” seviyesini etkilemesiyle, ilişkilerde ve kişinin sağlıklı model oluşturmada kendisini göstereceği söylenebilmektedir.

Giriş kısmında da belirtildiği üzere kişiler önceden daha toplumsal hareket ederken; günümüzde daha bireysel yaşantılar sürmektedir. Bu süreç ise kişilerin kendileriyle ilgili olarak yaşamlarını idame ettirmeye, toplumsallıktan bir nevi bireyselliğe geçiş süreci olarak tanımlanabilir. Dolayısıyla kişinin öznel iyi olma halini oldukça önemli bir kavram haline getirmiştir.

Araştırma, Doğu Akdeniz Üniversitesi (DAÜ) Eğitim Fakültesi bünyesindeki Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık (RPDA) programı ile Sağlık Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören Beslenme ve Diyetetik (BD) programı 3. ve 4. sınıf öğrencilere uygulanmıştır. Mezun durumuna yaklaşmış öğrencilerin seçilme nedeni ise alana ve çalışma hayatına en yakın öğrenci grubu olmasıdır (Şahin, Zoraloğlu ve Fırat, 2011). Lisans eğitimlerine göre Ek 4'te yer alan RPDA programında iletişim açısından içerik olarak alan derslerinde yer alsa da, bu derslere ek olarak zorunlu olarak RPDA216 "İnsan İlişkileri ve İletişim" ders alınmaktadır. Her ne kadar alana yönelik derslerin içeriklerinde yer almasına rağmen etkili iletişim becerileri üzerine ders bağlamında teori ve uygulama adına başka yatırımların yapılması olumlu sonuçlara neden olacağı düşünülür. Her iki lisans programının alan derslerinin 3. sınıfta almış olmaları, ayrıca büyük çoğunluğunun 3. sınıftaki öğrenciler için zemin hazırladığı ve 4. sınıftaki öğrencilerin çalışma hayatına yaklaştığından dolayı örneklem grubu olarak seçilmiştir. Diğer bir program olan BD müfredatına bakıldığında (bakınız Ek 5) ise iletişim becerileri adına zorunlu ve seçmeli dersin olmadığı görülmektedir. Her iki alan için de sağlıklı iletişim oluşturabilme ve güçlü ilişki kurabilme yeteneğine sahip olunması için iletişim becerileri kavramına dikkat çekilmesi gerekmektedir. Bunların yanında Kamu Personeli Seçme Sınavı'na (KPSS) göre 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin girebilmelerinden dolayı mesleki olarak en yakın öğrenci grubu olması yapılan bu araştırmanın örnekleminin seçilmesinin uygun olduğu düşünülmektedir (ÖSYM, 2016).

Ayrıca iletişim becerisi ve öznel iyi oluş seviyelerinin irdelenmesi, RPDA ile BD öğrencilerinin birtakım değişkenler açısından ele alınması ve durumun farklılaşıp farklılaşmamasının karşılaştırılması, çalışmanın problemi olarak açıklanmaktadır. Her iki meslek grubunda da danışan-danışman ilişkisinde iletişim becerileri açısından

danışmanların iletişim becerilerini mesleki anlamda ne kadar profesyonel kullanırsa o kadar sağlıklı ilişki sürdürebilir. Yukarıda da söylendiği gibi öznel iyi oluş düzeyi yüksek olan kişilerin iletişim becerilerinin de yüksek olması beklenmektedir. Bu bağlamda iki programda öğrenim gören öğrencilerin cinsiyet, yaş, sınıf, algılanan anne-baba davranış tipleri ve yaşanan yer değişkenleri açısından öznel iyi oluş ve iletişim becerileri ele alınmıştır.

1.2 Araştırmanın Amacı

Yardım mesleklerinden olan RPDA ve BD programlarındaki öğrencilerin meslek hayatlarında kendi kararlarını alabilme, çevreleriyle etkili iletişim kurabilme ve sorunlarla mücadele etme, çevreleri ve meslektaşları ile yakın ilişkiler kurma ihtiyacı hissedebilirler. Bu meslek gruplarında, ihtiyaç duyulan iş birliği için çok büyük önem taşımaktadır. Dolayısıyla ihtiyaçların tatmin edilmesine olanak veren ortamlar öznel iyi olma halini kolaylaştırabilir. Ayrıca öznel iyi oluş seviyesinin yüksek ve iletişim becerilerini sağlıklı yürütebilen bir danışman olmak olumlu duyguları olumsuz duygulardan daha fazla yaşamalarına yardımcı olabilir. Dahası ise geleceğin yardım mesleklerinden; psikolojik danışman ve beslenme uzmanı olarak kendilerine dair yeterlilik ve ihtiyaçların tatmin olması, kişilerin meslek hayatlarındaki motivasyon ve performanslarını etkileyerek öznel iyi oluş hallerini arttırabileceği düşünülür. Hatta bu alanlardaki öğrencilerinin temel gereksinimlerinde ve mesleki doyumlarında performanslarını olumlu etkileyeceği düşünülür. Ayrıca RPDA ile BD öğrencilerinin öznel iyi olma hallerinin iletişim becerileriyle olan ilişkisinin uygun eğitim ortamlarının yaratılması için önemli kazanımlar sağlayabilir.

Öğrencilerin iyi oluş halleri ve iletişim becerileriyle olan ilişkilerinin değişkenler tarafından ele alınması, yardım meslekleri açısından yol gösterici özellikte olup hedefler ile önlemlerin belirlenmesi hakkında yardımcı nitelikte

olabilmektedir. Bu bakımdan dolayı araştırmanın amacı ise RPDA ve BD öğrencilerinin öznel iyi olma seviyeleri ile iletişim becerilerinin program, cinsiyet, sınıf, algılanan anne-baba davranış tipleri ve yaşanılan yer gibi değişkenler açısından incelenmesini içermektedir. Bu amaca bağlı olarak, problem cümlesi ve alt problemlere cevap aranmıştır.

1.3 Problem Cümlesi

DAÜ, RPDA programı ile BD programı öğrencilerinin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerilerinin birtakım değişkenlere göre nasıl bir farklılık göstermektedir?

1.4 Alt Problemler

1. DAÜ, RPDA ve BD programı öğrencilerinin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerileri arasında nasıl bir ilişki vardır?

- a) RPDA-Öznel İyi Oluş
- b) RPDA-İletişim Becerileri
- c) BD-Öznel İyi Oluş
- d) BD-İletişim Becerileri

2. DAÜ, RPDA ve BD programı öğrencilerinin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerileri,

- a) Program
- b) Cinsiyet
- c) Sınıf
- d) Algılanan anne davranış biçimi
- e) Algılanan baba davranış biçimi
- f) Yaşanılan yere (kırsal alan/kentsel alan) değişkenlere göre nasıl bir farklılık göstermektedir?

1.5 Araştırmanın Önemi

RPDA ve BD programlarında öğrenim gören lisans 3. ve 4. sınıf öğrencilerin öznel iyi oluş ve iletişim becerilerinin seçilme nedeni, gelecekteki mesleki hayatlarını ve danışman ilişkilerini etkilemesinden kaynaklanmaktadır. Elde edilecek olan bilgiler doğrultusunda yardım mesleklerinde öznel iyi oluş ve iletişim becerilerinde yaşanan ya da yaşanılacak olan olası problemlere karşı önlemlerin alınması açısından önemlidir.

Öznel iyi oluş ile iletişim becerilerinin konu olarak seçilmesi, konuya uygun olarak örneklem grubunun belirlenmesinin ortak noktası danışan-danışman odaklı bir ilişkinin kurulmasına bağlı olarak psikolojik danışmanların ve beslenme uzmanlarının öznel iyi oluş seviyelerinin yüksek olması beklenmektedir. Özellikle RPDA için önemi danışanların olumsuz duygu durumlarından kurtarılması, hayatlarında daha verimli ve mutlu olabilmeleri açısından psikolojik anlamda iyi olmalarını sağlamaktır. Bilindiği üzere, RPDA programını tamamlayan elemanların çoğunluğu eğitim sektöründe çalışmaktadır. Milli Eğitim Bakanlığı (MEB) adına böyle bir çalışmanın yapılması, yetiştirilen okul psikolojik danışmanlarının, okul ortamına ve öğrenciye sağlayacağı katkı açısından kıymetlidir. Dolayısıyla bu yardım mesleğinde olan danışmanların iyi oluş hallerinin araştırılmasının önemi büyükken, diğer yandan günümüzde önemli mesleklerden olan BD açısından da aynı durumlar söz konusudur. Gerek devlet hastanelerinde gerekse özel hastane/kliniklerde hastalara karşı sağlıklı iletişim oluşturulmasıyla beraber öznel iyi oluşlarının yüksek olması hem danışman-danışan hem danışman-hasta ilişkilerinin verimli olacağı düşünülmektedir. Bu ortak noktada uygulama bağlamında benzer özelliklerin bulunması araştırmanın önemini arttırmaktadır.

Ayrıca ilgili literatür incelendiğinde Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde (KKTC) öznel iyi oluş ve iletişim becerilerini içeren bir araştırmanın yapılmamış olmasına bağlı olarak eksikliği kapatma rolüne sahiptir. DAÜ için bu araştırmanın yapılması, literatür kapsamındaki eksikliği kapatacak nitelikte olmasından dolayı oldukça önemlidir. Elde edilen bulguların yeni uygulamaya katkı koyması beklenmektedir. Araştırma gerekçesinde ise, genel anlamda problemin sonuçları ve ortaya çıkan sorunların tespit edilmesi hedeflenmiştir. Öznel iyi oluş ve iletişim becerileri ile ilgili çalışmalara yeni bilgiler kazandıracığı, RPDA ve BD alanı ile danışman-danışan ilişkisi ile ilgili önemli referans olabileceği düşünülmüştür. Dahası bu araştırma, güncel nitelikli konulara sahip olmasıyla birlikte yeni çalışmalara referans olması açısından önemli rol üstlenmektedir.

1.6 Varsayımlar

- Zaman açısından, 2016-2017 eğitim-öğretim yılı ile sınırlıdır.
- Örneklem açısından, Doğu Akdeniz Üniversitesi'nde öğrenim gören RPDA ve BD programı öğrencilerinin kapsamaktadır.

1.7 Sınırlılıklar

- Bu çalışmada DAÜ, RPDA ile BD programlarında öğrenim görmekte olan 3. ve 4. sınıf öğrencileri kapsamaktadır.
- 2016-2017 bahar dönemini kapsamaktadır.

Bölüm 2

KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde; temel kavramlara ve araştırmaya ilişkin yararlanılan kuramlara yer verilmektedir. Öncelikle iletişim, iletişim modelleri, türleri, işlevleri, iletişim becerileri, iletişim becerileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki ve iletişim becerilerinin önemi beraberinde psikolojik yaklaşımlar üstünde durulur.

Daha sonrasında ise diğer temel kavram olan öznel iyi oluş; bileşenleri, alanlarda kullanımı ve öznel iyi oluşun önemine yer verilir. Ardından öznel iyi oluşla ilgili psikolojik yaklaşımlar ve ilgili kuramlar ele alınır. Son olarak, iki kavramla yapılmış ilgili araştırmalar yer almaktadır.

2.1 İletişim ve İletişim Becerileri

İnsanoğlu sosyal bir varlıktır, iletişim yaşama devam ettirebilme ve çevreye uyum sağlayabilme açısından yardımcı önemli faktörlerdendir. Yaşamın her alanında varlığını hissettirmektedir. Örneğin; kişilerin gündelik hayatlarını sürdürebilmek ve karşılaştıkları sorunları çözebilmek için iletişim kurmaları gerekmektedir (Küçük, Eriş, Oğuz, Dal, Aydın ve Orhon, 2012; Cüceloğlu, 2005). Örnek verilecek olunursa; sınıfta öğretmenin öğrencilerle konuşması, telefonda konuşmak, kültürel faaliyetlere katılmak, izlenen filmi başkalarının duygu ve düşünceleriyle karşılaştırmak, bir yerde oturup etrafı gözlemlemek gibi etkinlikler iletişimi doğurmaktadır (Yüksel-Şahin,1997; Uygarer, 2015). Araştırmanın temel kavramlarından olan iletişimin, kökeni ve tanımlarla ilgili açıklamalardan bazıları şunlardır:

Köken olarak iletişim, İngilizce ve Fransızca tanımı olan ‘communication’ Latince ‘communis’ kelimesinden türemiştir. Fransızcadaki anlamı daha çok komünikasyona yani haberleşmeden oluşurken, günümüzde haberleşmeyi de kapsayan iletişim olarak karşımıza çıkmaktadır. Ayrıca iletişim kelimesinin Türk asıllı olmasıyla eski Türkçede elt- veya elet- (fiziksel anlamda bir şeyi taşımak, getirmek, götürmek ve genişletmek anlamlarında) kökünden oluşmaktadır. İletmek eylemi –iş ekiyle beraber iletişmek (karşılıklı iletmek) anlamında olurken sonrasında da –ım ekiyle birlikte iletişim sözcüğünü meydana getirmiştir (Yılmaz, 2003; Kaya, 2013; Talibzade, 2015).

Son zamanlarda oldukça fazla kullanılan iletişim kavramının Latincedeki karşılığı ‘bölüşmek’ anlamına gelmektedir. Farklı bir ifadeyle ise iletişimin iki kişi arasındaki karşılıklı oluşturulan mesaj alışverişine denildiği açıklanmıştır. Buna ek olarak; karşılıklı duygu, düşüncelerin değişmesinin de iletişime bağlı olduğu ifade edilmiştir. Dahası ise iletişim; bilgi üretme, aktarma ve anlamlandırma süreci olarak öne çıkmaktadır (Öztaş, 2001; Bıyık, 2016).

Türk Dil Kurumuna (TDK) göre iletişimin tanımı ise iki şekilde yapılmıştır. Bunlar:

1. “Duygu, düşünce veya bilgilerin akla gelebilecek her türlü yolla başkalarına aktarılması, bildirişim, haberleşme, komünikasyon
2. Telefon, telgraf, televizyon, radyo vb. araçlardan yararlanarak yürütülen bilgi alışverişi, bildirişim, haberleşme, muhabere, komünikasyon” şeklindedir (TDK, 2006).

İletişim, iki taraflı oluşturulan kaynak (gönderici) ve hedef (alıcı) arasında belirli bir konu veya durumla alakalı düşünce birliği oluşturma süreci olarak

açıklanmıştır (MEGEP, 2007; Şişman, 2016). Bu bağlamda iletişimden bahsedilmesi için önce süreci başlatan ve mesajın yönlendirildiği iki taraf ve bu tarafların arasındaki ortak anlayışı oluşturacak düşünce birliği gerekmektedir. İletişim, mesajın kaynak tarafından kodlanarak meydana getirilmesi ve herhangi bir kanal vasıtasıyla hedefe gönderilmesi, hedef tarafından açıklanarak geribildirim sürecinin oluşturulmasıyla oluşan bir süreç olma özelliklerini taşımaktadır (MEGEP, 2007; Şişman, 2016). Aşağıdaki şekilde gösterimi yer almaktadır:



Şekil 1: İletişimin Temel Unsurları (MEGEP, 2007)

Fiske (1996) iletişimin, mesajlar vasıtasıyla sosyal etkileşim şekli olduğunu belirtmiştir. Bir amaç vardır ve temel amaç ortak bir anlam yaratmaktır. Buna bağlı olarak konuşmanın anlamını, konuşmanın içeriğindeki kelimelerin açık şekilde anlamlarının tanımlanması ve biçimlendirilmesiyle oluşacağını söylemiştir.

Yukarıda da belirtildiği üzere kişiler doğdukları andan ölüme kadar olan süreçte, sosyal yapıları gereği diğer kişilerle iletişim halindedir. Gaskar ve Özyazıcıoğlu'na (2014) göre sağlıklı çevre oluşumu için sağlıklı insan ilişkilerine ihtiyaç vardır. Bu noktada da sözel ve sözel olmayan mesajlara duyarlılık, etkili dinleme ve tepki verme gibi birçok becerileri içeren 'iletişim becerileri' varlığını göstermektedir.

Cüceloğlu'na göre (2005) kişilerin ilişki içinde olduğu psiko-sosyal bir süreç olarak karşımıza çıkan iletişim; toplumsal sonuçların ve sorunların altında yatan bireysel davranışlarda, kişilerin yaşamlarından çıkarak şekil almaktadır. Dolayısıyla

iletişim becerilerinin, hem bireysel hem de sosyal yaşama zenginlik katması adına önemli bir yere sahip olduğunu belirtmiştir.

Sağlıklı iletişimin oluşması için konuşmaya teşvik edici tepkilerin verilmesi, ilgili soruların sorulması, etkili dinleme, özetleme, ben dilini kullanma ve geri bildirimleri sağlama gibi tepkilerden oluştuğu açıklanmıştır (Korkut, 2004; Siyez ve Tan, 2014). Uygarer'e (2015) göre; sözel, sözel olmayan, empati, yüzsel ifadeler, beden dili ve özgüven gibi unsurlardan oluşan birtakım içerikten oluşmaktadır.

İletişim becerilerinin hangi becerilere sahip oldukları ile ilgili farklılıklar mevcuttur. Bunlardan bazıları şu şekildedir: Koç ve Kavas (2015), iletişim becerilerini; dinleme, konuşma, yazma ve okuma becerileri ve gönderilen mesajları kavrama ve algılama olarak tanımlamıştır. İletişim becerilerindeki etkili faktörlerin terapötik beceriler gibi değerlendirilmelerinin yapıldığı beceriler olduğu açıklanmıştır. Bunlar; karşılıklı konuşmada kişiye davet etme, cevaplama ve cevapla konuşmacıyı anlaşıldığına dair onaylama, duygularda belirginliği sağlama, sorular sorma, sözlü olmayan iletileri doğru tanımlama, simgeleri anlama, kodlarla çözülen iletilere doğru cevaplar verme, göz kontağı kurma, geri dönütü doğru vermeden oluşmaktadır. "Ben" dilini kullanarak yanıtlama, kişinin kendi duygu ve düşünceleriyle hayatından kesitler sunma, doğru anlama ve kişiye anladığını doğru aktarma, eleştirilere olumlu yaklaşma, girişken olma, çatışmaların üstesinden gelerek sorunlara uygun biçimde ele alma ve koşulsuz kabul etme olarak belirtilmiştir (Kadakal-Dölek, 2015; Toy, 2007). Talibzade'ye (2015) göre iletişim becerileri; algılama becerileri, karar verme becerileri, yeniden yapılanma ve yerine koyma becerileri, düşünme ve kendini gösterme becerisi, ilişkiyi başlatma becerisi, ilişkiyi sürdürme becerisi ve çatışma çözüme becerisi olarak tanımlanmıştır.

Yukarıda aktarılan tanımlardan çıkan sonuç neticesinde Uygarer'e (2015) göre iletişim becerilerinde yetkin olan kişilerin, doğru ve sağlıklı kararlar almalarına olanak sağladığı söylenmiştir. Her bir becerinin iletişim adına oldukça önemli olduğu ve olası problemlerle karşılaşıldığında iletişim açısından sağlıklı sonuçların doğabileceği belirtilmiştir. Buna ek olarak, kişilerin birbirlerini anlayabilmesi için öncelikle kişilerin kendilerini anlama, ifade etme ve tanımları gerekir. Aksi takdirde duygu ve düşüncelerin sağlıklı şekilde ifade edilememesi iletişimin sorunlu olmasına neden olabilir.

2.1.1 İletişim Türleri ve İletişimin Sınıflandırılması

Bu kısımda ilk olarak iletişim türlerinden olan sözlü ve sözsüz iletişim tanımlarına yer verilmiştir. Ardından iletişimin sınıflandırılması başlığı altında kişi içi, kişilerarası, örgüt içi ve kitle iletişimi açıklamaları bulunmaktadır.

2.1.1.1 İletişim Türleri

Kullanılan kodlara göre iletişim tümsel ve farklı yanlardan da ele alınabilmekte ve ilgili olarak iletişim becerilerinin tür olarak alt boyutlarına dair farklı sınıflamaları kapsamaktadır. Bunlar; sözlü veya sözsüz olmak üzere ayrılmaktadır.

Şişman'a göre (2016); sözlü iletişim, etkili bir iletişim aracıdır, dilin ve dilin ötesinde iletişimi etkili kullanmayla alakalı becerilerden oluşmaktadır. Dile ait iletişim becerileri; kişinin iyi söyleyişi, kelimelerin zenginliği, iyi cümle oluşturabilme, uyumlu söz sırası, uygun kelimelerin seçimi gibi etmenlerden meydana gelir. Genelde anlamsal, biçimsel ve kelimeyle ilgili hataların yapılmaması ve bunların telaffuzuyla alakalıdır. Ses tonu, sesin hızı ve şiddeti, vurgular, duraklamalar gibi sesin kalitesiyle alakalı özelliklerin etkili kullanımı dilin ötesindeki iletişim becerilerini oluşturur. Casiadi'ye göre (2017) mesajın paylaşımı ve katılımı

gerçekleştirmek için karşılıklı etkileşimle tepkilerin ölçülmesi, anlaşılmanın kontrolü ve konuşmanın sürekliliğinin sağlanması, sözlerin kesilmemesi, açık ya da kapalı uçlu soruların sorulmasıyla etkili soru sorma metotların kullanılması sözlü iletişimi sağlıklı yapan unsurlardır. Ayrıca fikir alışverişlerinin geliştirilmesi ve uygulanması, sözlü iletişimin sağladığı avantajlardandır.

Sözsüz iletişim ise kişinin beden duruşu, jest ve mimikler, yüz ifadeleri, göz kontağının kurulması, kişisel mekân ve giyimle alakalı mesajlardan oluşmaktadır. Bunların etkili açıklanması ve kullanılması sözsüz iletişim becerilerini meydana getirir. Ayrıca sözsüz iletişimde; iletişimdeki kişinin sadece söylediklerinden oluşmaz. Yüz ifadeleri, ses tonu, beden duruşu ve el kol hareketleri de sözsüz iletişimin sağladığı kolaylıklardandır (Arabul, 2017; Özcan, 2014).

2.1.1.2 İletişimin Sınıflandırılması

Psiko-sosyal alanda iletişim sınıflandırılması dört grupta ele alınmaktadır. Bunlar; kişi-içi iletişim, kişilerarası iletişim, örgüt-içi iletişim ve kitle (toplumsal) iletişiminden oluşmaktadır (Sönmezay, 2010).

Kişi-içi iletişimde; kişinin düşünüp, duygulanma süreci ile kendi kendine iletişim halinde olması ve muhakeme yapması sonucunda kişinin içsel iletişimini ortaya çıkarmaktadır. Kendisiyle konuşması ve sorularına cevaplar bulmasından oluşmaktadır. Bu durumda kaynak ve alıcının kişinin kendisi olması diğer iletişim türlerinden farkını ortaya koymaktadır (Özer, 2011; Bıyık, 2016).

Aydın ise (2012); kişilerarası iletişim türünü, kaynak ile hedefin kişilerden meydana geldiği iletişim şekli olduğunu belirtmiştir. Yılmaz'ın (2007) ifadesinde kişilerarası iletişimde öncelikle kişinin kendisiyle olan iletişimi (kişi-içi iletişim) gerçekleştirmesi gerekmektedir. Bunun doğrultusunda da diğer kişiyle olan ilişki oluşturulur. İki kişinin aynı zamanda hem kendileriyle hem de birbirleriyle olan

ilişkilerinin yaşanmasında etkilidir. Ayrıca kişilerarası ilişkilerin bir takım avantaj ve dezavantajları sözlü ve yazılı iletişim türünde belirtilmiştir. Bunlar aşağıda yer alan şekilde detaylı olarak ele alınmıştır.

Tablo 1: Kişiler Arası İletişim Yöntemlerinin Avantajları Dezavantajları

Kişilerarası İletişim		
Biçim	Avantajları	Dezavantajları
Sözlü	1. Değişirme ve geri bildirim kolaylığı 2. Zaman ve kullanım kolaylığı	1. Yanlışlık yapma olasılığı, görel olarak fazla 2. Kalıcılığı yoktur
Yazılı	1. İletişimin doğru olmasına katkı sağlar 2. İletişimin kayıtlı olmasını ve kalıcılığı sağlar	1. Değişim ve geribildirim yavaştır. 2. Zaman tüketimi ve zorluğu fazladır

Sözlü iletişimde kişilerarası iletişimin avantajları öncelikle geri bildirimleri değiştirme ve zaman ile kullanım kolaylığı sağlamasıdır. Dezavantajları ise hata yapma olasılığının fazla olması ve kalıcılığının olmamasıdır. Diğer yandan yazılı iletişimde kişilerarası iletişimin avantajları ise iletişimin doğru şekilde olmasına olanak sağlamasının yanında kaydedilmesi nedeniyle kalıcılığın artmasıdır. Fakat dezavantajları; geribildirimlerin ve değişimlerin yavaş olması, zaman harcanmasına ve zorlukların meydana gelmesini oluşturur (MEGEP, 2007).

Örgüt içi iletişim ise; ortak bir amaca bağlı olan kişilerin, iş bölümü yaparak belirli bir eylem için düzen ve uyum sağlamadaki iletişim türü olduğu açıklanmıştır (Sönmezay, 2010; Bektaş ve Erdem; 2015). Kocaman (2006) herhangi bir örgütte bulunan kişilerin, örgüt amaçlarını oluşturmak için kurdukları iletişim türü olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca ast-üst ilişkileri ve örgüt kişilerinin kendi aralarındaki kurdukları iletişim olduğunu da eklemiştir.

Kitle iletişiminin, toplumsal (kolektif) özelliğe sahip bir sürecin ürünü olduğu belirtilmiştir. Teknolojik gelişmeler ve kentleşmeler sonucunda ortaya çıkan, kitle iletişimini meydana getiren bir unsurdur. Ayrıca toplumun şekil almasında rol oynayan iletişim araçları, kişiler açısından sosyal etkileşim gibi bir takım hizmetlere sahiptir. Dahası ise teknolojinin gelişmesiyle beraber önemli olan her türlü olayın internet, kitap, dergi, radyo, televizyon gibi çeşitli iletişim araçları sayesinde kişiden kişiye, geçmişten geleceğe taşınması ile kitle iletişiminin öneminin arttığını açıklanmıştır (Korap, 2013; Kaşgarlı, 2014; Erdoğan ve Alemdar, 2010).

2.1.2 İletişimin İşlevleri ve Önemi

İletişimin insanın yaşamında olmazsa olmaz bir parça olmasıyla beraber kişinin hayatını kolaylaştırma ve toplumsallaşma sürecinde önemli bir role sahip olduğu bilinmektedir (Çoştu, 2009; MEGEP, 2006). Kişiler daima çevresindeki insanları gözlemleyerek onların nasıl olduklarını ve bu kişilerin kendilerine nasıl davrandığını inceler. Hayatın sürdürülmesi ve çevreye adapte olmak için uygun davranış örüntülerinin öğrenilmesi gereklidir. Doğum itibarıyla aile yardımıyla devam ederken, okul sürecinde arkadaş ve öğretmenlerle olan etkileşimleriyle yaşam boyu sürmektedir (Ülker, 2016).

Buna bağlı olarak iletişimde ana işlevinin bilgiyi sunmak ve sağlamak olduğu önümüze çıkmaktadır. Böylece bilgi, toplumsallaşma ve çevreyle adaptasyon kurulabilmesi için gereklidir ve kişilerin iletişim sayesinde bilgiye ulaşması kolaylaşmaktadır. Doğru bilginin elde edilmesi için karar verme sürecinden geçmesi gerekmektedir (Koçel, 2000).

İletişimin diğer bir işlevi ise ikna etme ve etkilemedir. Bu fonksiyonlarda önemli olan karşıt tarafta değişim amacı güdülür. İkna etmede kişi isteklerini, düşüncelerini başka yönde değişim uyandırmak için kullanılırken, etkileme amacında

ise istek ve tutumlara zıt düşmeden bir değişim söz konusudur. Sağlıklı bilginin elde edilmesi için karar verme yeteneği iletişimde olmazsa olmazdır (Toy, 2007).

Öğrenme ise diğer önemli bir işlemdir. Öğrenme süreciyle iletişim karşılıklı ilişki halindedir. Birleştiricilik fonksiyonu ise sosyal olarak ilişkilerin devamlılığı için önemlidir. Toplumda bulunan bireyleri ortak noktada buluşturmak ve etkileşimlerinin sürdürülmesini sağlamaktadır. İletişimin hem bireyi hem de toplumu ilgilendiren, önemli işlemlere sahip olduğu açıklanmıştır. Burada önemli nokta iletişimin doğru şekilde devam etmesi hem kişiyi hem de toplumu olumlu sonuçlarla buluştururken, doğru kullanılmadığında da iki tarafı da sağlıksız sonuçlarla yüzleştirmektedir (Kadalak-Dölek, 2015).

İletişimde en temel hedef anlaşmayı oluşturmaktır. Gönderici ile alıcı arasındaki anlam uyumsuzluğunun olması da iletişimde problemin oluşmasına neden olmaktadır. Yanlış kanal seçimi, geribildirim verilmemesi veya geribildirimde yapılan problemler iletişimde olumsuzluklara neden olmaktadır. İletişimin gerçekleştirilememesi başka faktörlere de bağlıdır. Bunlardan bazıları; iletişim becerisi, kişilerin tutumları, iletişim kurulan konuya ait bilgi, toplumsal ve kültürel fonksiyonlardır (Yetişkin, 2016; Elkatmış ve Ünal, 2014).

Cüceloğlu'na göre (2005), iletişim ve tartışma becerisinin gelişmediği toplumlarda kısa sürede sürtüşme ve tartışma meydana gelmektedir. Soruna sorun eklenip, bu çatışmaların kökenine inildiğinde bilinçsiz koşullar altında oluşturulan iletişim düzensizliği görülmektedir. Gerek bireysel gerekse toplumsal sorunların çözümü için karşılıklı iki yönlü iletişim gerekmektedir. İletişim hem bireysel hem de toplumsal bir süreçten oluşmaktadır. Bu bağlamda iki kişiyi ilişki içine sokan psiko-sosyal bir süreç olduğu önümüze çıkmaktadır. Her toplumsal sonuçların ve sorunların altında yatan bireysel davranışlar, kişilerin yaşamlarından çıkarak şekil

almaktadır. Dolayısıyla iletişim becerileri hem bireysel hem de sosyal yaşam adına zenginlik katması adına önemli bir yere sahiptir. İletişim problemlerini ortadan kaldırmanın yaşam doyumunu doğrudan etkilediği ortaya çıkmaktadır. Kişinin sağlıklı kişilik geliştirmesinin yanında iletişim becerilerini de kazanması gerekmektedir. Çoğu insan, doyumlu yaşam gerçekleştirmeyi amaçlar. Üniversiteden sonra kariyer açısından yükselme isteği, kendisinin ve ailesinin en iyi yaşam standardında olma isteği, kişinin yaşam doyumunun anlamlı ve sağlıklı olması istekleri arasındadır. Doyumlu yaşam standardına ulaşmak için en önemli aracın iletişim olduğu ortaya çıkmaktadır. İletişim, sadece diğer kişilerle olan ilişkilerimiz için değil kişinin kendisiyle olan ilişkisi açısından da kilit noktayı oluşturur.

Zıllıoğlu'na göre (2014); iletişimin temelinde, kişilerin diğer kişilerle, toplumsal değer, tutum ve davranışlarıyla ilgili bilgi elde etmesi, kendini güçlü ve güven içinde hissetme arzusu yer almaktadır. Bu açıklamadan da anlaşıldığı gibi kişi çevresindekilerle özellikle iletişim kuramadığında kendisini zayıf, endişeli, güvensiz hissedebilmektedir. İnsan olmanın diğer canlılardan üstün olduğu, toplumun üyesi ve kültürün parçası olup geleceği sürdürebilecek vasıfta olması, toplumda bireysel varlığı ve konumunu çevresindeki insanlar tarafından iletişim aracılığıyla öğrenilip, yine iletişim sayesinde çevresindeki insanlara yönlendirilir.

Yüzyılın sağladığı avantaj da teknolojinin gelişmesiyle beraber mesafenin önemsiz olup her daim iletişim kurma isteğinin artmasının karşılanmasıdır. Kişilerin iletişimi yardım etme amacının yanında sorun çözme, yapıcı eleştiri yapma, destek verme gibi bir takım amaçlarının da olduğu belirtilmiştir (Bekcan, 2015).

2.1.3 İletişim Becerileri ile Öznel İyi Oluş İlişkisi

İletişim becerilerinin arka planında sevgi, anlayış ve hoşgörü yer almaktadır. Temeli oluşturan bu faktörlerde eksikliklerin iletişim becerilerinin sağlıksız ve yalın

olmasına neden olmaktadır. Bilinçsiz bir temele oturtulmuş zenginliğin yıkımının kolay olduğu açıklanmıştır. İletişimin, insan ilişkilerinin hayattaki hem özünü hem de çerçevesini oluşturduğu ifade edilmiştir. İletişim olmadan kişilerin hayatlarını sürdürebilmesi ve çevresiyle etkileşim kurabilmesi imkânsızdır. Bu noktada iletişim becerileri, hem bireysel hem sosyal durum ve sorunlar açısından önemli yere sahiptir (Cüceloğlu, 2005).

Yılmaz (2007); etkili iletişim becerilerine sahip kişilerin, problemlerle daha sağlıklı şekilde baş edebilen, kendine güvenen, problemler karşısında objektif davranabilen ve çözüm odaklı yaklaşım sergileyen kişiler olduğunu belirtmiştir. Diğer yandan iletişim becerilerine sahip olmayan veya kullanmayan kişilerde ise; diğerleriyle olan ilişkilerinde probleme daha açık oldukları, problemlerle baş etmede yetersiz oldukları açıklanmıştır. Buna ek olarak kendilerine ve diğer kişilere karşı güven duygularında sorunların yaşandığı, sosyal ilişkilerde oldukça fazla kaygıya sahip oldukları, kendi sorunlarına çözüm aramaktansa çevreye ve çevredeki olumsuzluklara yöneldikleri, kişilerin kendilerinden memnun olmadıklarının yanında diğer kişilerden sıklıkla şikâyetçi olduklarını ifade etmiştir. Bu bağlamda etkili iletişim becerilerine sahip kişilerin kendilerini daha mutlu, üretken ve girişken kişiler olarak gördükleri açıklanmıştır.

Eroğlu-Akın'ın (2011) açıklamasına göre, kişiler başarılı ve doyurucu ilişkiler kurduklarında kendilerini mutlu hissederler. Bu bağlamda etkili iletişim kurmada önemli role sahip olan becerilerin öğrenilmesinde büyük faydanın olduğunu da eklemiştir. İletişim becerilerinin sağlıklı kullanılmasıyla, kişilerin kendi hayatlarındaki doyumun yanında, sosyal çevreleriyle de akıcı etkileşimler yaşayacaklarını belirtmiştir.

Bekcan'a (2015) göre iletişim becerilerinin kişilerin öznelliğinin yanında dış dünyayı keşfetmesi açısından da önemli olduğu açıklanmıştır. Bu noktada kişilerin ve dünyaları hakkında bir takım belirsizliklerin azaltılmasında iletişim ve iletişim becerileri önemli yere sahiptir. Dolayısıyla iletişim becerilerinin sağladığı avantajlara bakılarak kişilerin bireysel hayatlarından sonra genel bakış açısı kazanmalarına da katkı sağlamaktadır.

Büyükfiliz'e (2016) göre; kişilerin sevgi arayışı ve beklentileri, kimlik arayışları, yakın ilişkiler kurma, diğer bireylerle yaşanan problemler gibi bir takım sosyal etkileşime bağlı psiko-sosyal problemler yaşanmaktadır. Bu durumlar ele alındığında, kişiler arası ilişkilerin sağlıklı olması ve yakın ilişkiler kurulmasının, sosyalleşme açısından iletişim becerilerine sahip olmak ve iletişim becerilerini geliştirmek oldukça önemlidir. İletişim becerilerine sahip olmak ve iletişim becerilerini etkili kullanmak; kişilerin beklentilerini ve arayışlarını karşılamakta, ilişkilerde yaşanan sorunlarla baş etmelerine fayda sağlamaktadır. Bu gibi sorunların çözümü açısından öznel, kişiler arası ilişkiler için sağlıklı ve verimli ilişkilerin kurulması, sosyalleşmenin doyum vermesinde iletişim becerilerinin önemi ortaya çıkmaktadır.

Başerer (2014) sağlıklı insan ilişkileri ve iletişimin kurulması açısından etkili iletişim becerilerinin geliştirilmesi üstünde vurgu yapmıştır. Çünkü etkili iletişim becerilerinin gelişmediği durumlarda hem öznel olarak hem de toplumsal olarak, bireylerin problemlerini çözmek amacıyla iletişim kurmaya çalışmalarının sonucunda iletişimin sağlıklı olmayacağı, hatta çatışma ortamının oluşacağı üstünde durmuştur. Bu bağlamda hem öznel hem de sosyal çatışmanın oluşmaması adına iletişim becerilerinin geliştirilmesinin önemli olduğu ifade edilmiştir.

İletişim becerileri gelişmiş kişiler, gerek karşılaştıkları olaylarla ilgili gerekse kendilerine yöneltilen uyarı, eleştiri ya da şikâyetler karşısında, tek bir bakış açısı yerine farklı açılardan değerlendirme yapabilmektedirler. Etkili iletişim becerilerine sahip kişilerde problemlerin daha verimli şekilde çözüme kavuşturulması ve problemlere karşı yansız bir tutum sergilemelerinin yanında probleme problem olarak bakmamaları çözüme yatkın olmalarının yanı sıra kendilerine duydukları güvenin pozitif yönlü olması önümüze çıkmaktadır. İletişim becerilerine sahip olmayan ya da etkili kullanmayan kişilerin kendilerine güvenlerinin az olduğu, kendileri ve diğer kişilerle olan problemlerde baş etmekte sıkıntılar yaşadıkları ifade edilmiştir. Ayrıca sosyal ilişkilerde kaygı düzeylerinin fazla olması, çözüm yerine probleme odaklanmaları onları olumsuzluk içine sürüklemektedir. Etkili iletişim becerilerine sahip kişilerin; kendilerini mutlu hissetmelerinin yanında, gerek kişisel gerekse sosyal yaşamlarında daha girişken ve üretken olduklarına dikkat çekilmektedir (Özer, 2008; Koç ve Kavas, 2015).

Kişilerarası iletişim kişinin kendine verdiği değeri, benliğini, kendine olan saygı ve güvenini ölçme olanağı verdiği için dolayı kişinin hayatının çok önemli unsurlarından biri olma özelliği taşımaktadır. İlişkilerin sağlıklı olduğu bir dönemde kişilerin kendilerinden hoşnut olma düzeyleri daha yüksektir. Diğer yandan ilişkilerde problemlerin yaşandığı süre zarfında ise kişinin kendisini sorgulamaya ve yargılamaya yatkın olduğu ve özgüvenin daha kolay zarar görebileceği ifade edilmiştir. İletişim becerilerini etkili kullanamayan kişilerde yaşadıkları memnuniyetsizlik ve mutsuzluğun sonucunda; olumlu duygulanımlarının yoksunluğu ve yaşadıkları kaygı ve stres düzeyleriyle beraber olumsuz duygulanımların varlığı, kişilerin yaşam alanlarındaki verimliliğini etkilemektedir. Bunun sonucunda da yaşam doyumları açısından problemlerin yaşanacağı belirtilmiştir (Ülker, 2016).

Etkili iletişim becerilerinin öğrenilmesinin, kişilerin başarı durumlarını ve sosyal açıdan ilişki kurma yeteneklerini etkilemekte olduğu açıklanmıştır. Sahip olunan iletişim becerileri sayesinde yaşam alanlarında etkili ve verimli sonuçların kişilerin duygu durumlarını olumluya döndürdüğü ifade edilmiştir. Bu noktada iletişim becerilerinin etkili kullanılması kişilerin öznel iyi oluşlarını etkilemekte olup olumlu duygulara sahip olmalarına sebep olur. Öznel olarak mutlu olan kişilerin yaşam alanlarındaki yaşam doyumu seviyelerinin de orantılı olarak yüksek olacağı düşünülmektedir. Diğer yandan iletişim becerilerine sahip olmayan ya da kullanmakta sorun yaşayan kişilerin hem bireysel hayatları hem de sosyal anlamda ilişkisel bağlamda sorunlarla karşılaşacağı söylenebilir (Eryılmaz ve Aypay, 2011).

İletişimin sadece tek taraflı olmaması, kişilerin iletişim sayesinde öznel olarak kendileriyle ilgili algıları iletişim sonucunda öğrendiği ortaya konulmuştur. İletişim becerilerinin kişilerdeki özneliğin yanı sıra diğer kişilerin ve kendilerinin dış dünyalarını keşfetmesi açısından önemli rol oynadığı belirtilmiştir. Dış görüşlerin keşfedilmesiyle beraber olası oluşacak belirsizliklerin azalma durumu iletişim ve iletişim becerileri sayesinde ortaya konulmaktadır. İletişimin ve iletişim becerilerinin kişilerin yüz yüze karşılıklı olmasının gerekmediği, çağın sağladığı avantajlardan olan teknolojik gelişmeler ile mesafelerin öneminin olmadığı açıklanmıştır. Artık kişiler uzaktan da olsa iletişimi yardım etme, sorun çözme, eleştirileri yapıcı yapma, destekleme gibi bir takım olumlu amaçlarla da kullandıkları ifade edilmiştir (Bekcan, 2015).

Kumcağız, Yılmaz, Çelik ve Avcı (2011) iletişim becerilerinin geliştirilmesi; ailevi, mesleki ve akademik hayatta başarılı olmak açısından gerekli görüldüğünü belirtmişlerdir. Bu becerilere sahip kişiler deneyimledikleri engelleyici olaylarla daha

sağlıklı şekilde atlatılmakta ve tatmin edici ilişkiler kurup, mesleki anlamda da daha başarılı oldukları söylenmiştir.

Erigüç ve ark. (2013) ise meslek hayatına atılmakta olan kişiler için özellikle öğrenciler açısından iletişim becerileri önemli bir konu olarak önümüze gelmektedir. İletişim becerilerinin üniversite öğrencilerine eğitimleri sürecinde kazandırılması ve geliştirilmesi oldukça önemlidir. Üniversite öğrencilerine verilecek iletişim becerileriyle ilgili konuların eğitimlerinde yer alması gereklidir ve sadece mesleki açıdan öneminin değil gerek kişiler arası etkileşim de gerekse bireysel hayat açısından da önemli yere sahiptir.

Bekcan'a (2015) göre danışan-danışman arasındaki süreci en önemli etkileyen faktörün terapötik iletişimdir. Danışmanın, danışanın problem/lerini çözmeye yardımcı olması, problemlerin özgürce anlatıldığı bir ortam yaratması ve problemlerin yansız olarak ele alıp müdahale plan ve aşamalarını uygulayabilmesi oldukça önemlidir. Danışma becerilerine; kişilerin mesleki kariyerleri açısından yardımcı olunması, kişilerin kendi hayatlarıyla ilgili birtakım karar almalarında destek olunması, problem yaşayan kişilere yardım edilmesi, çocuklar-ergenlerin ailesel problemlerinde çözüm için yardımcı olunması gibi bazı konularda gereksinim duyulmaktadır. Danışmanlardan öncelikle beklenen şey, karşıdaki kişinin neler hissettiğini anlaması, duygusal olarak hangi aşamaları deneyimleyeceğinin farkında olmasıdır. Bu noktada danışmanın kişisel tecrübesi ve akademik bilgisi sayesinde danışanlarla iletişim kurmak ve danışma sürecinde uyum becerisine sahip olması terapötik iletişimin sağlıklı sonuçlar elde edilmesinde önemli rol oynamaktadır. Terapötik süreçte 'şimdi ve burada', 'kendini açma', 'yüzleştirme' gibi bir takım aşamaları iletişimin oluşmasında büyük etkiye sahiptir. Danışanların ilk oturumdan sonraki süreçlerde daha etkili sonuçlar alınması açısından iletişimin sağlıklı

kurulması gerekmektedir. Çünkü danışanın kimliğine bürünme sürecinde, danışanla iletişimin tam kurulması sayesinde onun dünyasından bakmak, problemleriyle yüzleştirmek ve çözüm açısından yardım ve desteğin sağlanması açısından güven sağlanmasında iletişim becerilerinin önemi önümüze çıkmaktadır.

Danışma sürecinde kişilerin, diğer insanlarla ilişkilerinde nasıl bir iletişim tarzı içinde olduklarına yönelik olarak farkındalık kazanmalarına yardımcı olunabilir. Buna göre, sosyal becerilerin ve besleyici ilişki tarzlarının geliştirilmesinde ruh sağlıklarının korunmasında etkili olacağı göz önünde bulundurulabilir. Son olarak, diğer insanlarla iyi ilişkiler içinde olmanın, evlilik ve iş yaşamı gibi değişik yaşam alanlarındaki başarıyı etkileyeceği ve yaşamdan duyulan memnuniyeti yükselteceği söylenmiştir. Dolayısıyla kişiler arası ilişki tarzları ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide, evlilik doyumu, iş doyumu ve yaşam kalitesi gibi değişkenlerin aracılık etkisi de incelenebilir (Doğan ve Sapmaz, 2012).

Yakın ilişkiler kurma öznel iyi olmayı hatta psikolojik iyi olma durumunu da attırır. Kişilerin sosyal ortamda etkili olabilmesi için sosyal beceri ve etkili iletişim becerileri eğitiminin alınmasının önemli rolü vardır. Öncelikle kişinin kendisini değerli hissetmesi, öznel iyi oluş seviyesinin artması için oldukça önemlidir (Özen, 2010).

Sosyal çevre ile olumlu ilişkilere ve kişilerarası ilişkilerde kuvvetli bir bağ kurulduğunda olumlu duyguların fazla olmasından dolayı öznel iyi oluş seviyesinin de arttığını açıklamışlardır. Bunun yanında çevre ve kişilerarası ilişkilerin olumsuz olması sonucunda, olumsuz duyguların artması ve düşük öznel iyi oluş seviyesinin de arttığı ifade edilmiştir. (Yılmaz ve Arslan, 2013).

İyi olma halinin kişisel gelişmeyi içeren boyutları diğer kişilerle olumlu ilişkiler kurma, çevre tarafından kabul görmek ve otorite sağlamaktır. Diğer kişilerle

ve çevreyle kurulan ilişkiler, iyi olmanın sosyal yönünü geliştirmektedir. Sosyal bütünleşme, sosyal uyum, sosyal kabul ve sosyal katkı gibi boyutlara sahiptir. İyi olma ile iletişim arasındaki ilişki ise olumlu duygulanım ve olumlu yaşam doyumuna sahip olduğunda, kişi hem kendisiyle hem de çevresiyle kuracağı etkileşimle sağlıklı sonuçlar alabilir. Olumlu duyguların iletişim becerileri sayesinde yaşam doyumunu arttırabilirken, diğer yandan iletişim sayesinde iyi oluş halini de etkileyebileceği düşünülebilir (Keyes, 1998; Russell, 2008).

Park (2004) kişiler düşük yaşam doyumlarının sonucunda psikolojik ve sosyal durumlarda problem yaşamaktadırlar. Bunun sonucunda da çevreleriyle olan iletişimsizlikleri doyum sağlayamamalarına, dolayısıyla kişilerin depresyon yaşamasına neden olabilmektedir. Harker ve Keltner (2001), Lucas, Clark, Georgellis ve Diener (2003), Diener ve Scollon (2014) mutlu kişilerin daha iyi sosyal hayatlarının olduğu ve sağlıklı sosyal ilişkilerin mutluluğa neden olduğu söylenmiştir. Örnek olarak mutlu insanların evli oldukları ve evliliklerini sürdürme konusunda başarılı oldukları; onların mutluluklarının iletişimleri ve kişilerarası ilişkilerini de etkilediği belirtilmiştir.

2.1.4 İletişim Becerileri ile İlgili Kuramlar

Bu kısımda iletişimi ve iletişim becerilerine ilişkin yararlanılan psikolojik kuramlardan özellikle Sosyal Rol Kuramı, Sosyal Öğrenme Kuramı ve Bağlanma Kuramı üstünde durulur.

2.1.4.1 Sosyal Rol Kuramı

Dulin (2007) Sosyal Rol Kuramı'nın tarihsel olarak 1980li yıllarda geliştiği ve cinsiyetle ilgili bir teori olarak ileri sürülmüştür. O yıllarda Eagly tarafından konu gerçek anlamla ele alınmış olup, 1987 de kuramın ilk kitabı yayınlanmıştır. Bu kuramda toplum tarafından kişilere yüklenen roller tanımlanmıştır. Özellikle kişiler

arası ilişkilerle ilgilenen sosyal psikoloji açısından önemli bir kuram olarak önümüze çıkmaktadır. Kağıtçıbaşı ve Cemalcılar (2014) kadın ve erkeklerin sosyal rolleri ve sosyal beklentilerini açıklamaktadır. Genellikle kadınların erkeklere göre daha uyumlu davranmaları beklense de son yıllarda yapılan araştırmalar kapsamında bu konuda oldukça az bir cinsiyet farkının olduğu belirtilmiştir. Diğer yandan toplulukçu kültürlerde sosyal ortamın; beklentilerin ve sosyal rolün etkisinin bireyci kültürlere göre oldukça fazla olduğu ifade edilmiştir. Fyall ve Gazley'e göre (2013) toplumun değerleri ve değer yargıları, kişinin davranışlarını kontrol etme özelliğine sahiptir. Çevrenin etkisi kişinin hareketlerini kontrol edebilmektedir. Kişiler buldukları çevrenin özelliklerini, davranışlarıyla göstermektedir. Bu bağlamda sosyal çevrenin etkisi olarak kişilerin kendilerini değerlendirdiği bir süreci ele almaktadır. Vatandaş (2011) toplumun iki cinsten oluştuğunu fakat her iki cinsinde varoluşsal ve gelişimsel açılarından birbirlerine bağlı olmalarına rağmen toplumdaki yerleri ve olanakları bakımından birbirinden önemli farklılıklara sahip olduğu belirtilmiştir. Eagly'e (2013) göre kadınlar ve erkekler için farklı statüler verilmiştir. Erkekler, kadınlara göre daha yüksek nitelikteki rollere sahiptir. Bu farklılığa neden olan durum ise kadınlar ve erkekler için belirlenmiş olan kalıplaşmış yargılardan kaynaklanır. Bu bağlamda Thompson (2004) her iki cinsiyetin kendisinden ve diğer cinsiyetten beklenen davranışları etkilediğini söyler. Dolayısıyla sosyal rollerin farklı olması kadınlar ile erkekler arasındaki farklılığa neden olmaktadır.

Dahası Uygarer'in (2015) açıklamasına göre Sosyal Rol Kuramı'nın cinsiyet ve yaşa göre bazı farklılıkları, toplumsal olarak yüklenen rollerle beraber şekillendiği gibi iletişim ve iletişim becerilerinin cinsiyet ile ilişkisinin olduğu ve cinsiyetin bu konuda önemli bir yordayıcı olduğunu ifade etmiştir. Cinsiyet bakımından davranışsal olarak iletişim kurulurken hangi unsurlara önem verilmesi gerektiği bu

noktada önemini göstermektedir. Ayrıca anne baba tutumlarının iletişim becerilerinin toplumsal, kültürel ve anne-babanın üstlendiği rollerle ilişkili olduğu açıklanmıştır.

2.1.4.2 Sosyal Öğrenme Kuramı

Waring (2014) ilk defa Roter tarafından ele alınan Sosyal Öğrenme Kuramı'nı, Bandura tarafından sosyal öğrenme alanında geliştirilmiştir. Kırhan'a göre (2007) Sosyal Öğrenme Kuramı, davranışın; bilişsel, davranışsal ve çevresel faktörler arasındaki etkileşimlerden etkilendiğini belirten bir kuramdır. Davranışların öğrenilmesi ve tecrübelerle bağlı olarak zamanla değişmesi üstünde durulmuştur. Ayrıca öğrenmenin sosyal ortamlardaki tecrübelerden etkilenerek davranışların değişmesini ele alan öğrenme şeklidir.

Bandura (1969) sosyal etkileşimin insan davranışlarının şekillenmesi ve değişmesinde en önemli faktör olduğunu söylemiştir. Kişilerin sosyalleşerek öğrenme süreci içinde olduğunu ve yaşamlarını öğrenmeler sonucunda şekillendirdiğini vurgulanmıştır. Uygarer (2015) Sosyal Öğrenme Kuramı'nın etkisinin hayatın sadece bir bölümünde geçerli olmadığı, genel anlamda hayat boyu öğrenmenin sürdüğünü belirtmiştir. Her türlü becerilerin kazanımının yanında her aşamada öğrenmenin kendisini gösterdiği hayatımızın olmazsa olmazı olduğu üstünde durmuştur. Ayrıca kuram açısından davranışların değişikliğe uğraması, kişilerin gözlem sayesinde olduğu kadar tecrübeler sayesinde de etkilenmekte olduğu açıklanmıştır. Bu bağlamda kişilerin öğrenmiş olduğu iletişim becerileri açısından da önemini göstermektedir.

2.1.4.3 Bağlanma Kuramı

Soysal, Bodur, İşeri ve Şenol (2005) Bowlby tarafından ortaya atılan kuramın ana fikri bağlanmanın bebek ile birincil bakım veren kişi arasında oluştuğunu ve güven duygusuna dayalı bir bağı ifade etmiştir. Bebeklik döneminin önemi hatta

anne-bebek ilişkisi, çocukluk ve ergenlik döneminde meydana gelen problemler üzerinde oldukça etkilidir. Bebeklikteki yaşanan bağlanma; ileride kişinin ikili, sosyal ve kişisel ilişkileri üzerinde rol oynar. Bağın, sosyal ilişkilerin temelini oluşturup ve ilerisi için büyük öneminin olduğu belirtilmiştir.

Yılmaz (2007) Bağlanma Kuramı yalnızca yeni doğanlar için geçerli olmayıp, yetişkinlik sürecinde de devam ettiğini açıklamıştır. Etkili iletişimin gerçekleşmesi için öncelikle güven ortamının oluşması gerekmekte ve sağlıklı ilişkilerin oluşması açısından kuramın önemi ortaya çıkmaktadır. Çelik'e göre (2004) yetişkinlikteki bağlanma ise bebeklikte gözlemlenen bağlanma benzerdir. Özellikle erken yetişkinlikte, yakın ilişkiler, fiziksel yakınlığa arzu duyma ya da yakınlık aramakla ilişkilidir. Partner arama, güvenli barınak için geliştirilen bir bağlanmadır. Geç yetişkinlikte partnerler tarafından güvenli bir üs için bağlanma kurulur. Bu noktadan yola çıkarak Meredith, Strong ve Feeney (2007) Bağlanma Kuramı'nı genel anlamıyla bebeklik ve çocukluk süreçlerine ve temel bakım veren kişi ile yeni doğan arasındaki ilişkiye odaklanan bir kuramken; günümüzde yetişkinlik sürecine odaklanılmaktadır. Dolayısıyla yetişkinlerin sosyal ilişkilerinde kuramın kullanılabilir olması ve araştırmaların artması etkileşim, iletişim ve iletişim becerilerine olan bakış açısına da dikkati çekmektedir.

2.2 Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş kavramı, mutluluğu tanımlamakla beraber Antik Yunan döneminden itibaren felsefe alanında oldukça fazla yer aldıktan sonra pozitif psikolojide adını duyurmuştur. Mutluluğun, Seligman ve Csikszentmihalyi'ye göre olumlu düşüncelerin temelini oluşturduğu ve öznel yaşantı değerleriyle ilgili olduğu belirtilmiştir (Dost, 2005). İyi bir hayatın öznel iyi oluş olarak tanımlanmasına neden olan bu düşünce, günlük hayatta mutluluğun her zaman kullanılan bir kavram olarak

karşımıza çıkmasını sağlamıştır (Balcı, 2011). Geçmişten günümüze kadar mutluluk konu olarak güncelliğini korumuştur. Örneğin; Seki ve Dilmaç (2015) Antik Çağ filozoflarından Aristoteles'e göre insanın hayattaki en nihai amacı mutlu olmaktır. Buna bağlı olarak kişiler bireysel olarak mutluluğu elde etme amacıyla olduklarının yanında her toplumda bu amaca dair arayışların olduğu açıklanmıştır. Genel anlamda mutluluk, hayatın en temel amacı olarak öne çıkmaktadır. Sokrates ise mutlu olmanın erdemli olmak olduğunu söylemiştir. Fakat Dost (2005) psikoloji alanında bu durumun aksine mutsuzluğun ve onun kişilerdeki belirtilerinin sürekli olarak incelenmesi, kişinin iyi olma halinin az ilgilenilmesine neden olmuştur. Bundan ötürü konuya dair ilginin eksikliğine karşı Seligman'ın düşüncesi şu şekilde açıklanmıştır:

“Psikoloji sadece zayıflık ve güçsüzlükle değil, güçlülük ve erdemle de çalışır. Tedavi sadece sorunun giderilmesi değil, kişi için en iyi olanın ortaya konmasıdır” (Dost, 2005).

Seligman'ın bu düşüncesi ile psikolojinin iyi oluş açısından eksik tarafını ortaya koymuştur. Kişilerin problemlerinin çözülmesinin yeterli olmadığı, esas güçlerinin ve potansiyellerinin farkındalığını arttırıp geliştirilmesi ve olumlu tarafları anlamaya çalışılması üstünde durulmuştur (Dost, 2005). Ayrıca Turp (2017) Seligman'ın mutluluk denildiğinde gülen bir yüzden oluşmadığını, psikolojik olarak kavramın ölçülebilir olmasına dikkat çektiğini dile getirmiştir. Dolayısıyla iyilik halinin temel unsurlarını İngilizce olarak şu şekilde ortaya konulmuştur:

P: Positive emotion (olumlu duygu)

E: Engagement (bağlılık, ilgi)

R: Relationships (ilişkiler)

M: Meaning (anlam)

A: Accomplishment (başarı) (Kern, Waters, Adler ve White, 2015; Eryılmaz, 2017; Turp, 2017).

Bağlılık unsuru, kurum veya herhangi bir aktiviteye karşı olarak ruhsal açıdan bağlanmayı kapsamaktadır. Buna örnek verilecek olunursa hayata bağlı olmak olabilir. Olumlu ilişkiler ise kişinin sosyalliğini ortaya çıkarmak, başkaları tarafından ilgiyle karşılanmak, güven duygusuna sahip olmak ve diğer kişilerle olan bağlarından memnun olmaktır (Turp, 2017). Anlam unsurunda kişinin hayatının kendisinden daha yoğun bir şeye bağlı olduğuna ve kendi hayatının anlamlı olduğuna dair olan inanca denmektedir. Başarı unsurunda amaca/amaçlara yaklaşma, günlük aktivitelere katılma olarak söylenebilir (Kern ve ark., 2015). Mutluluk ise sadece ölçülebilir bir kavram olarak söylenmeyebilir. Seligman'ın bu unsurları ile öznel iyi olma haline ulaşılabilirliği üstünde durulmuştur (Eryılmaz, 2017).

İyi oluş kavramında, iki ana bakış açısı çok eski zamanlara dayanmaktadır. İlki, öznel iyi oluş kişilerin öznel değerlendirilmelerine bağlı olan kavram 'hedonizm'dir. Genel yaşam doyumu ile duygusal bileşendeki olumlu ve olumsuz duygunun varlığını ifade etmektedir. Ayrıca hedonizm (hazcılık) iyi olma halindeki haz ve mutluluğu temsil etmektedir. İkinci bakış açısı ise, psikolojik iyi oluşturma (Kartal, 2013).

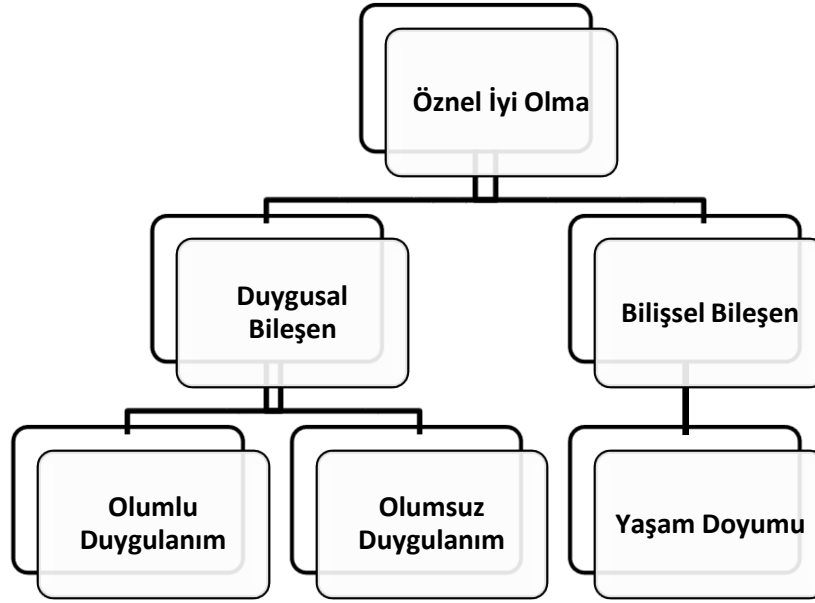
Aristoteles'in görüşüne göre, daha geniş bir hayatla meşgul olma ya da öznel psikolojik duygular yerine nesnel sosyal değerlere bağlı olarak benliğin büyümesi ve dürüst yaşam kalitesi için gerçekliğe bağlı olmaktır. Diğer yandan psikolojik işlevsellikte iyi olma hali (eudimonic) ile kişinin tam işlev yapma ya da kendini gerçekleştirme anlama ve anlamlılık üstünde odaklanılmıştır (Dursun, 2012). Hazsal yaklaşım adından da anlaşıldığı gibi mutluluk üstünde durulan ve mutluluğu keyif alma ve acıdan kaçma açısından ele alırken, eudimonic yaklaşımda tamamen kişisel

algı üstünde durulmuş, mutluluğu kişinin işbirliği yaparak elde edilmesi olarak belirtilmiştir. Bu iki yaklaşım birbirinden farklı olmasına rağmen bütünün parçaları niteliğinde olduğu ifade edilmiştir (Tülek, 2011). Dolayısıyla öznel iyi oluş kavramı, bilişsel ve duygusal boyutlardan oluşmaktadır (Duman, 2016).

Yukarıda açıklandığı üzere öznel iyi oluş kavramı; kişinin mutluluğunu, iyilik halini, yaşam kalitesini ve psikolojik açıdan iyi olma hallerinin hem duygusal hem de bilişsel boyutlardan ele almasından dolayı oldukça önemli bir konu olarak önümüze çıkmaktadır. Bu kavramların hepsi ruh sağlığı ile oldukça yakın ilişkili olmasının yanında kişilerin kendi yaşam örüntülerine dair bilişsel ve duygusal boyutlarını ele almalarını sağlamaktadır (Tülek, 2011).

2.2.1 Öznel İyi Oluşun Bileşenleri

Öznel iyi oluşun iki alt kategoriden oluşmaktadır. Alt kategorilerden öncelikle duygusal ve bilişsel bileşenler şu şekilde açıklanmıştır. Duygusal bileşen adından da anlaşıldığı gibi kişinin olumlu ve olumsuz duygulanımından oluşmaktadır. Bilişsel bileşen ise kişinin yaşam doyumunu temsil etmektedir (Cenkseven ve Akbaş, 2007; Gülaçtı, 2009; Özen, 2010; Dursun, 2012). Şekil 1 de gösterilmektedir;



Şekil 2: Öznel İyi Oluşun Bileşenleri (Gülaçtı, 2009)

Bunun yanında öznel iyi oluşun üç temel fonksiyonu vardır. Bunlar; kişinin tecrübelerinde yer almaktadır. Ayrıca olumlu ölçümlere sahip olması yalnızca olumsuz etmenlerin eksikliği değil, ruh sağlığı ölçümlerinin de fazla olmasıdır. Son olarak ise kişinin hayatının genel bir değerlendirmesini ele almaktadır. Öznel olarak iyi olma kavramı olumlu ve olumsuz duygulanımlar ile yaşam doyumu toplamıdır (Özen, 2010). Buna ek olarak; öznel iyi oluşu olumlu duygularda arzuların olduğu, enerji verici, iyi hissedici ve bunun gibi olumlu duygulara karşılık gelirken; olumsuz duygular ise mutsuzluk, kızgınlık ve kişinin iyi oluşunu etkileyen her türlü olumsuz duygu durumlarını kapsamaktadır. Yaşam doyumu ise hayatı olumlu devam ettirebilme ve mutluluğa ulaşma arzuları ile ilgili yaşam alanlarına dair değerlendirmeleri oluşturmaktadır. Yaşam doyumu kavramı kişinin standartlarına göre hayatı ile ilgili genel değerlendirmesidir. Diğer yandan kişinin şimdiki hayatından almış olduğu doyumu ile geçmişteki doyumu ve gelecekteki doyumu, kişinin etrafındaki insanların, o kişiyle ilgili fikirlerinin birleşimidir. Kişilerin ve buldukları sosyal çevrenin özellikleri onların iyi olma seviyelerindeki farklılıklara

neden olmaktadır. Ayrıca yaşam doyum alanı; mesleki ve aile hayatı, sağlık, benlik, sosyal hayat ve sosyal çevreden oluşmaktadır. Yaşam memnuniyeti, kişilerin ilgi alanları ile yetenekleri, sevinç ya da üzüntüleri gibi duygusal fonksiyonlardan oluştuğu gibi iş, ilişki, sağlık, boş zaman değerlendirmeleri, amaçları ve diğer önemli ilgi alanlarına dair memnuniyetlerinde ki duygulardan da oluşmaktadır. Öznel iyi olma “olumlu duygulanımın varlığı, olumsuz duygulanımın yokluğu ve yaşam doyumunu” ndan oluştuğu ortaya konulur (Dost, 2007; Kartal, 2013; Bushi, 2016; Sancaktar, 2016). Yurcu (2014) tarafından ele alınan öznel iyi oluş bileşenleri Tablo 2 de ele alınmıştır.

Tablo 2: Öznel İyi Oluşun Bileşenleri

Olumlu Duygulanım	Olumsuz Duygulanım	Yaşam Doyumu	Yaşam Alanları
-Sevinç	-Suçluluk	-Yaşamı değiştirme arzusu	-İş
-Neşe	-Utanç	-Şimdiki yaşamdan alınan doyum	-Aile
-Memnuniyet	-Üzüntü	-Geçmiş yaşamdan alınan doyum	-Boş zaman etkinlikleri
-Gurur	-Kaygı ve Kuruntu	-Gelecek yaşamdan alınan doyum	-Sağlık
-Sevgi	-Öfke	-Diğer kişilerin bireyin yaşamı hakkındaki görüşleri	-Gelir
-Mutluluk	-Stres		-Benlik
-Coşku	-Depresyon		-Arkadaşlık
	-Kıskançlık		

Türkdoğan ve Duru (2012) kişinin bilişsel bileşeninde yer alan yaşamından doyum sağlaması ve kurduğu ilişkilerin memnun edici olması, bağlılık (ilişkinlik) ve olumlu duyguları mutluluk algılarını oluşturmaktadır.

Olumlu duygular arttığında, öznel iyi olma seviyesinin de arttığı belirtilmektedir. Diğer yandan olumsuz duygular arttığında olumsuz öznel iyi olma seviyesinin de arttığı ifade edilir. Ayrıca öznel iyi oluşun yüksek seviyede olması için, mutluluğun acıdan fazla olması, kişilerin hayatlarından memnun olması ve güzel duygular hissetmesiyle meydana gelmektedir. Kişinin olumlu duygulara sahip

olmasının önemi vurgulanıp, olumlu/olumsuz duyguların mutluluğu ve kişinin ruhsal sağlığını doğrudan veya dolaylı olarak etkilediği söylenebilir (Yılmaz ve Arslan, 2013; Dost, 2007).

2.2.2 Öznel İyi Oluşun Önemi

Diener ve Scollon (2014) öznel iyi oluşun özellikle öğrenciler açısından önemli olduğunu belirtmişlerdir. Öğrencilerin akademik etkinlikleri açısından, başarılı olması yüksek öznel iyi oluş seviyelerine sahip olduklarını göstermektedir. Olumlu duyguların sağlıkları açısından katkı sağlamasının yanında; stres, öfke ve depresyon gibi olumsuz duyguların kontrol edilmesini sağlamaktadır. Dolayısıyla öznel iyi olma kavramı öğrenciler açısından hem akademik olarak hem de duygusal anlamda önemlidir.

Eryılmaz (2011b) öznel iyi oluşun yüksek seviyede olması kişilerin daha sosyal olmasının yanında yaratıcılıklarının artmasını da sağlamaktadır. Fiziksel açıdan bağışıklık sistemlerinin güçlü olması, onların yaşam sürelerinin uzun olmasına ve maddi anlamda da kendilerine güvenen, verimli çalışıp, iyi kazandıkları ve vatandaşlık sorumluluğunu doğru şekilde yaptıkları belirtilmiştir. Bunların yanında mesleki anlamda doyum sağlamış olup ilişkisel-evilik hayatlarından memnuniyet seviyeleri yüksektir. Problemlerle ve stresle başa çıkma açısından başarılı kişiler oldukları söylenebilir.

Kaya, Bodur ve Yalnız (2014) tarafından öznel iyi oluş, kişilerin geleceğe yönelik tutumlarını etkilediği gibi geleceklerine dair tutumlarının pozitif olduğu, planlar yaptıkları ve kaygı seviyelerinin düşük olduğunu açıklamışlardır. Düşük kaygı ile yüksek öznel iyi olma seviyesi arasında ters orantı ortaya çıkmaktadır. Ek olarak Doğan (2006) tarafından da belirtildiği gibi, geleceğe dair olumlu fikirlere sahip kişilerin, iyilik hallerinin de yüksek olduğu savunulur. Ayrıca geleceğe yönelik

iyi duygulara sahip olmayan kişilerin, iyilik durumlarında da olumsuz olduklarına bağlanmıştır.

Örnek olarak; Tait, Padget ve Baldwin (1989) mutlu kişilerin mesleklerinden doyum seviyelerinin fazla olduğu bulunmuştur. Judge ve Locke (1993) ve Russell (2008) öznel iyi oluşun meslek doyumunu etkilediği ve kişilerin meslekleri hakkında bilgi edinmesine katkı sağladığı belirtilmiştir. Bu yüzden mutlu kişilerin, mutsuz kişilere göre işlerini değerlendirmeleri ve olumlu şekilde yönetmesinin daha kolay olduğu söylenmiştir. Ek olarak meslek doyumunu da kişilerin yaşamında önemli olduğundan dolayı öznel iyi oluşu etkileyebilmektedir. Kişiler işte çok fazla zaman harcarlar ve bu yüzden mutlu olmaları oldukça önemlidir. Dolayısıyla meslek doyumunu, hayatlarının önemli parçası olarak düşünülmeyle beraber öznel iyi oluşlarını etkilemektedir.

Spector (1997) ise hayatlarından memnun olan ve mesleklerinden tatmin olan kişilerin daha işbirlikçi ve daha yardımsever olduklarını, bunun yanında gün içinde zamanlarını iyi ayarlayabilen ve dakik olduklarını belirtmiştir. İş yerindeki olumlu duygular, çalışanların daha olumlu eğilime sahip oldukları söylenmiştir. Staw, Sutton ve Pelled (1994) iş yerinde olumlu duyguların, çalışanların performansına yansıtacağını, daha dikkatli olacaklarına ve yüksek verim sağlamalarını etkilemektedir. Cote (1999) olumlu etkilerin daha iyi performansa ve bu performans sonuçlarının olumlu etkilere dönüşeceğinin altını çizmiştir. Ayrıca kişiler olumlu duygular ile olumsuz duyguları dengede tutarsalar performanslarının artacağı belirtilmiştir (Wright ve Cropanzano, 2000).

Eryılmaz ve Doğan (2012) kişilerin mesleklerine olan bağlılıkları onların ruhsal ve bedensel durumları ile ilgilidir. İnsanoğlu biyo-psiko-sosyal bir varlık olmasıyla beraber, mesleklerinde üretken olmalarının yanında, kapasitelerini

gösterebilmek öznel iyi olma açısından oldukça önemlidir. Bu noktada gerek iş arkadaşları ile olan ilişkilerinde gerek kendi dünyalarında mutlu ve sağlıklı bir birey olması için hayati önem taşımaktadır.

2.2.3 Öznel İyi Oluş ile İlgili Kuramlar

2.2.3.1 Öznel İyi Oluş Kuramları

Antik Yunan döneminden günümüze uzanan öznel iyi oluşu açıklamak için çeşitli felsefe ekollerinin mutluluk kriterleri sunduğu ve kuramsal olarak yoğunlaştığı belirtilmiştir. Günümüzde konuya dair artan araştırma sonuçlarıyla beraber farklı bakış açılarını ele alan kuramların doğmasına neden olmuştur (Güney, 2017). Dolayısıyla öznel iyi oluşu açıklayan çeşitli kuramlar vardır ve bazıları aşağıda belirtilmiştir.

2.2.3.1.1 Ereksel Kuram

1960 yılında Wilson tarafından inşa edilen kuramda; mutluluğun, ihtiyaçların doyuma ulaşmasıyla ortaya çıkmasıyla doyurulmamış ihtiyaçların ise mutsuzluğa sebep olduğunu ele almaktadır. Doyumun alınması için kişinin geçmiş tecrübelerinden, diğer kişiler ile karşılaştırmalarından ve kişisel değerleri gibi birtakım unsurlardan etkilenen uyum ve istek derecesiyle ilgili olduğu ifade edilmiştir (Yavuz, 2006; Malkoç, 2011; Demir-Çelebi, 2014 ve Güney, 2017).

Bu kurama göre öznel iyi oluşun belli bir amaca ulaşıldığında ya da belli bir ihtiyaç giderildiğinde sağlanmakta olduğu önümüze çıkmaktadır. Kişilerin ulaşmak istedikleri hedefleri, öznel iyi oluş ile ilgilidir (Yavuz, 2006). Malkoç (2011) bunun sonucunda gereksinimlerin karşılandığında ve amaçlara ulaşıldığında öznel iyi oluşun meydana geldiği ileri sürülür. Bushi (2016) bu bağlamda Ereksel Kuram, kişinin mutlu olması ve iyi hissetmesi açısından hayatına ait gerçekleştirmek istediği amaçlarını nitelendirir. Güney (2017) kuramın bu noktasında önemli unsur ise kişinin

hayatında belirlediği amaçların gerçekçi ve ulaşılabilir olmasıdır. Bu açıdan bakıldığında kişinin her amacı öznel iyi oluşu etkileyebilir.

Kişilerin gündelik hayatlarını kolaylaştırmak adına belirledikleri amaçlar öznel iyi oluşlarını olumlu yönde etkilemektedir. Planlılık ve anlama duygusunun gelişmesine katkı sağlamakla beraber çeşitli problemlerle mücadele etme ve problemin yaşandığı süre zarfında iyi olma halini sürdürmeyi sağlayabilmektedir. Öznel iyi oluş seviyesinin yüksek olduğu kişilerde kendi amaçlarının önemli ve başarı olasılığının yüksek olduğu görüşü egemendir (Yavuz, 2006; Canbay, 2010; Duman, 2016; Kaplan, 2016).

Malkoç (2011) ve Sancaktar'ın (2016) görüşlerine göre bireysel odaklı toplumlarda kişilerin kendi amaçlarına ulaşma isteği toplumsal odaklı toplumlara göre daha fazladır. Bireysel toplumlarda kişi kendisini çevresinden daha önemli görüp belirlenen amaçlara ulaşma konusunda öznel iyi oluşlarının artacağı belirtilmiştir. Toplumsal kültürlerde kişi amaçlarını toplumdaki diğer kişileri esasa alıp, toplumdaki kişilerin isteklerine ve onların faydalarına olacak şekilde yaşamlarını sürdürdükleri ifade edilmiştir. Bu açıdan bakıldığında bireysel odaklı kültürlerde kişinin kendisini diğer kişilerden daha önemli gördüğü ifadesiyle beraber amaçlara ulaşma ile ilgili mutlu olmasını sağlayacaktır. Toplumcu kültürlerde ise istekler ve amaçlar tamamen kişisellikten uzak toplumsal bir ürün olarak öne çıkmaktadır.

2.2.3.1.2 Akış Kuramı

Öznel iyi oluşu açıklamaya yardımcı olan Akış Kuramı ise Csikszentmihalyi tarafından ortaya konulmuştur. Bu kuram, kişinin iç yaşamını kontrol ederek mutluluğa ulaşma sürecini ele almaktadır. Kişi bilincinin içindekileri değiştirerek kendisini mutlu ya da mutsuz yapmaktadır (Malkoç, 2011; Kaplan, 2016). Bu

bağlamda kişilerin huzur bulduğu ve yaptıkları işten keyif aldıkları sürece o an erişilen zihinsel durum, hedef bir yaşantıdır. Akış üreten etkinliklere bakıldığında kişileri mutlu ve memnun eden şeylerin günlük hayatta spor, oyunlar, hobiler ve sanat gibi unsurlardan oluştuğu önümüze çıkmaktadır. Buna göre kişinin mutluluğu ilginç etkinlikler içerisinde yer almasına dayanmaktadır. Yapılan etkinlik ile beceri denk geliyorsa, kişi etkinliği yapmaktan zevk alacaktır. Bu noktada kişiler hayatlarında ilginç buldukları ve ilgili oldukları etkinlikle uğraşmaları sonucunda mutluluklarını arttırır. Dolayısıyla kişinin kendi ihtiyaçlarına uygun hedefler belirlemesi ve bu hedefler doğrultusundan etkinlik sürecinin kişinin yetenek ve beceri seviyesine uygun olmasıyla beraber kişinin mutlu olmasını sağlayacaktır (Sancaktar, 2016; Güney, 2017).

Kişilerin öznel iyi oluş seviyelerinin artması için, onların akış yaşamalarına neden olan faaliyetler içinde olması gerekmektedir. Bu tecrübeleri yaşamak, kişilerde olumlu duyguların artmasının yanında olumsuz duygularında azalmasına neden olacağı belirtilmiştir (Tülek, 2011; Tatay, 2015; Kaplan, 2016).

2.2.3.1.3 Etkinlik Kuramı

Etkinlik Kuramı'nın ilk ve en önemli temsilcisi olan Aristoteles'e göre mutluluk kişilerin yaptıkları etkinlikleri sonucunda elde edilen haz olarak açıklanmıştır. Kişiler amaçlarına ulaşmak adına yaptıkları bu etkinliklerden doyum sağlarlar. Bu kuramda önemli olan süreçtir. Amaçlara ulaşmak için buldukları ve istediklerini elde etmek amacıyla emek sarf ettiklerini ve bu emekten de doyum sağladıkları belirtilmiştir (Canbay, 2010; Malkoç, 2011; Demir-Çelebi, 2014; Yıldız, 2014; Sancaktar, 2016; Duman, 2016).

Etkinlik Kuramı'nda kişilerin yaşam niteliklerini belirlemesi onları mutluluğa yönlendirecek ve kişinin amaçları ile etkinliklerine odaklanması öznel iyi oluşu

etkileyip düzeyin artmasına neden olacaktır. Hayatta önemli olan etkinliklere ve bu yöndeki amaçlara odaklanıldığında, mutluluğun etkinlikler sonucunda ortaya çıkacağı belirtilmiştir (Yavuz, 2006; Şahin, 2011; Tatay, 2015; Kaplan, 2016; Ok, 2016).

Kişilerin öznel iyi oluşlarını daha olumlu bir konuma getiren onların gerçekleştirmiş oldukları etkinliklerdir (Kartal, 2013). Başka bir ifadeye göre Etkinlik Kuramı kişilerin öznel iyi oluşlarının nedeninin etkinlikler olduğu belirtilmiştir. Kişilerin amaçlarından çok yaptıkları etkinlikler, onların öznel iyi oluş seviyelerini arttıracığı söylenmiştir. Buna verilen örnekse, dağa tırmanma durumu olarak gösterilmiştir. Dağın zirvesine ulaşmak yerine tırmanma etkinliğini kişilerin öznel iyi olma halini daha fazla etkilediği üstünde durulmuştur (Eryılmaz, 2011a).

2.2.3.1.4 Amaç Kuramı

Amaç Kuramı'nda ise kişinin davranışının amacına yönelik olması, kişiyi şekillendirmektedir. Bu amaçlar ise kişinin ulaşmak istediği son durumu göstermektedir. Amaçların kendisiyle bütünlük gösteren bilişsel, duyuşsal ve davranışsal faktörlere sahiptir. Bilişsel faktör, amacın zihinsel göstergesidir. Duyuşsal faktör; istek, arzu, hoşlanma gibi amaçlardan oluşmaktadır. Davranışsal faktörler, ulaşılmak istenen amacın planlanarak eyleme dönüştürülmesidir. Bu kurama göre her kişinin farklı amaç ve istekleri vardır. Dolayısıyla her kişiyi mutlu eden şeyler farklıdır. Başka bir ifadeyle, kişilerin amaçlarına uygun eylem planı oluşturması mutlu olmalarını sağlayabilmektedir (Terzi, 2005). Amaçlar gerçekleştirildiğinde olumlu duygular egemen olur. Dolayısıyla yaşam doyumu seviyeleri artmaktadır. Amaçlara ulaşılmadığında olumsuz duygular yaşanmaktadır. Bu kurama bakıldığında, amaçların belirlenmesinin yanında güçlü inanç sistemi ve yeterli kaynaklara sahip olmak önemlidir. Güçlü inanç sistemi ile amaca yönelme

arasında güçlü bir ilişkinin olması ya da olmaması doğrultusunda öznel iyi oluş olumlu veya olumsuz etkilenmektedir. Özetle kişinin mutluluğundaki değişiklikler, kişilerin farklı amaç ve isteklere sahip olmasından doğmaktadır. Dolayısıyla kişiler amaçlarına uygun olarak doğru şekilde harekete geçtiğinde mutluluk seviyesi artacaktır (Kaplan, 2016).

2.2.3.2 Öznel İyi Oluşun Alt Boyutları ve İlgili Psikolojik Kuramlar

Öznel iyi oluş ile ilgili araştırmaların kuramsal yapıya ihtiyacının olmasının yanında öznel belirleyicilerin ve psikolojik etmenlerin incelenmesi üstünde durulmuştur (Çevik, 2010). Buna bağlı olarak 6 alt boyut ve ilgili psikolojik kuramlar aşağıda ele alınmıştır:

2.2.3.2.1 Öz-Kabul

Öznel iyi oluşun ilk boyutu olarak ele alınan öz-kabul; Maslow'un İhtiyaçlar Hiyerarşisi, Rogers'ın Kişilik (benlik) Gelişim Kuramı, Allport'un Kişilik Özellikleri Kuramı, Jung'un Analitik Kuramı ve Erikson'un Psikososyal Kuramı gibi araştırmacılar ve kuramları tarafından önemi öne sürülmüştür (Akpınar, 2016).

Maslow'un kuramında yer alan 'kendini gerçekleştirme', Rogers'ın 'tam işlevsel kişi', Jung'un 'bireyselleşme', Allport'un 'olgunlaşma', Erikson'un 'ego bütünleşmesi', kişinin kendisini kabullenmesi, geçmiş hayatı kabul etmesi kavramları öz kabulün karakteristiğini oluşturmaktadır. Öz-kabulü oluşturan kuramsal kavramlardır (Özden, 2014).

2.2.3.2.2 Diğerleriyle Olumlu İlişkiler

Öznel iyi oluşta ikinci boyut olarak ele alınan diğerleriyle olumlu ilişkiler boyutunda, kişilerarası ilişkilerde sıcaklık ve güveni belirtmektedir. Maslow, Allport ve Erikson'un kuramları bu boyutu destekleyici niteliktedir. İlk olarak Maslow'un hiyerarşisine göre en üst kategoride yer alan 'kendini gerçekleştirmiş' kişilerin diğer

insanlar için güçlü empati duyguları ve şefkat duygularının geliştiği açıklanmıştır. Bu kişilerin daha fazla sevgi ve güçlü arkadaşlık kurabilme yeteneklerinin geliştiğini ve diğer kişilerle eksiksiz şekilde özdeşim kurma yeteneklerine sahip oldukları vurgulanmıştır (Özden, 2014).

Allport'un kuramında ise sıcak ilişkiler kurabilme olgunlaşma adına bir kriter olarak ele alınmıştır. Olgun kişinin, ilişkilerde yakınlığa önem verdiği ve aile-arkadaş ve diğer tüm ilişkilerde saygı, şefkat, eleştiri ve empati yeteneklerini kullanabilen kişi olduğu belirtilmiştir. Erikson'a göre yetişkinlik dönemindeki çatışmaların yakın ilişkiler geliştirebilmeyi ve bu yakın ilişkilerde olumlu sonuçlar elde ederek diğer kişilere rehberlik etme ve yönlendirme becerilerinin gelişimi üstünde durulmuştur (Akpınar, 2016; Eker, 2016).

2.2.3.2.3 Özerklik

Özerklik alt boyutunda ise kendini kabullenip, karar alıp verebilme duygusunu kapsamaktadır. Bu boyutta özellikle Rogers ve Jung'un kuramları öne gelmektedir. Rogers'ın kuramında özerklik kavramı tam işlevsel bir birey olmak olarak tanımlanabilmektedir. Diğer kişilerin onaylanmasına gereksinim duymayan kendisini kişisel standartlara uygun ayarlayan kişi olarak betimlenmiştir. Burada önemli nokta kişinin kendini gerçekleştirme değil, kendini gerçekleştirmekte olan kişinin olduğudur. Kendisini kabul eden, benliğin yaşantısına uygun olması, benlik ile yaşantı uyumsuzluğu olan durumları fark edebilen ve tutarlı şekilde devam ettirebilen kişi olmanın önemi vurgulanmıştır (Saföz-Güven, 2008; Doğan ve Eryılmaz, 2013).

Jung'un kuramında ise özerklik toplumun zorunlu kıldığı; inanç sistemi ve kolektif korkulardan kurtulma süreci olarak tanımlanmaktadır. Kişiler başkalarının onaylanmasına bakmadan kendi kararlarını alabilme anlamında standartlarını çizerler.

Kişiler kolektif korkulardan, inanç ve kurallara tutunmadığında bireyselleşme ortaya çıkmaktadır. (Timur, 2008; Özden, 2014).

2.2.3.2.4 Çevresel Hâkimiyet

Çevresel hâkimiyet boyutunda, kişilerin istek ve ihtiyaçları yönünde çevresiyle etkili ilişkiler kurması ve olanakları gerektiği şekilde kullanabilmesi olarak tanımlanabilir. Çevresel hâkimiyet seviyesi yüksek olan kişilerde, kişisel ihtiyaçlar ve değerlerine uygun bir çevre yaratmak ve seçme becerilerine sahip olduğu belirtilmiştir. Bu kişiler olanakları etkili kullanabilen ve yönetme becerilerine sahip olduğunu, ayrıca öznel değer ve ihtiyaçlara uygun ortam seçebilme yeteneğine sahiptirler. Düşük seviyedeki kişiler ise gündelik hayatta olayları yönetmede sorunlarla karşılaşan, çevresel şartların ve imkânların farkında olmayan, kontrol sahibi olmayan ve çevre değiştirme gücünün kendilerinde bulamayan kişiler olduğudur. Allport'un kuramında ise olgun kişinin çevresine yoğun ilgi duyan, sevgi ve merhametli ilişkiler kuran, kendini kabullenen, gerçekçi ve iç görü sahibi kişiler oldukları belirtilmiştir (Timur, 2008; Özen, 2010; Doğan ve Eryılmaz, 2013).

2.2.3.2.5 Yaşam Amacı

Yaşam amacı boyutunda hayattaki amaçların değişikliklerinin çeşitliliğine vurgu yapılmıştır. Olumlu amaçlara ve yön duygusunun yaşamı anlamlı kılmasına dair duyguların katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda Jung'un ve Erikson'un kuramlarında yaşam amacı; kişinin olumlu amaçlarının olması, yön duygusunun olması olarak tanımlanmaktadır. Bu durumun yaşamı anlamlı bulmasına neden olacaktır. Yaşam amacına sahip kişiler, amaçlarına ve yön duygusuna sahiptirler. Şuanın ve geçmişin anlamı olduğuna inanırken, yaşam amacı olmayan kişiler ise amaçları ve yaşamlarının onlar için bir anlamı olduğuna inanmazlar. Yaşam yönlerini kaybederler ve geçmişteki yaşanılanların anlamı olduğunu fark

edemezler. Yaşamlarının boş olduğuna inanırlar (Özen, 2010; Özden, 2014, Akpınar, 2016).

2.2.3.2.6 Bireysel Gelişim

Bireysel gelişim boyutunda kişiler, bireysel gelişim seviyesi yüksek olduğunda sürekli gelişim duygusuna sahip olurlar. Potansiyellerinin farkındadırlar ve gelişim onlara daha fazla öz bilgi katar. Düşük bireysel gelişim seviyesine sahip kişilerde ise kişisel duraklama yaşanır. Gelişim duygusundan yoksun olup yeni tutum ve davranış modelleri geliştiremeyeceklerini düşünürler. Bu bakımdan öznel iyi oluş açısından son boyut olan bireysel gelişimin önemi öne çıkmaktadır (Akpınar, 2016).

Ayrıca Rogers, Maslow ve Erikson'un kuramlarında da bu boyuta yer verilmiştir. Öncelikle Balcı (2011) Maslow'un kuramında kendisini gerçekleştiren kişinin en önemli amacının gelişim olduğunu ve bunun yaşam boyunca devam eden bir süreç olduğunu belirtmiştir. Timur (2008) Erikson'un kuramında yaşam boyunca deneyimlediği ikilemler ve kazanımlar ile bu boyutu oldukça güçlendirdiği açıklanmıştır. Özden (2014) Rogers ise kuramında deneyimlere açık kişilerin bireysel gelişimlerini sürdürmeleri açısından olumlu kazanımlara sahip olduğunu ifade etmiştir.

2.3 İletişim Becerileri ile Öznel İyi Oluş ile İlgili Araştırmalar

Öznel iyi oluş ve iletişim becerileri ile ilgili farklı gruplarda farklı içeriklerde hem yurtiçinde hem de yurtdışında çok sayıda yapılmış araştırma bulunmaktadır.

2.3.1 İletişim Becerileri ile İlgili Araştırmalar

Korkut (1996) iletişim becerilerini değerlendirme ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması üzerinde çalışmıştır. Örneklem grubunda lisede okuyan 143 öğrenciye uygulanması ardından 191 öğrenciye tekrardan uygulanması ile geçerlik çalışmalarının da 126 öğrenciyle yürütülmüştür. Örneklem grubunun yaş aralığı 14-

17 arasında değişmektedir. Ayrıca 61 kız 65 erkek olmak üzere dağılım oluşmuştur. İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği'nin bulgularına göre kız ve erkek öğrencilerinin puanlarının karşılaştırılması sonucunda anlamlı bir farklılık elde edilmiştir. Kızların empatik beceri konusunda erkeklerden daha iyi oldukları belirtilmiştir.

Kapıkıran ve Kapıkıran (2000) tarafından yapılan araştırmada iletişim beceri eğitiminin anaokulu öğretmenliği programındaki öğrencilerin empatik beceri ve empatik eğilimler üzerindeki etkisi ele alınmıştır. 60 kız öğrencinin katılımıyla deneysel bir araştırma yapılmış olmakla beraber 20 kontrol, 20 deney ve 20 plesebo grubu oluşturulmuştur. Denek grubunda yer alan öğrencilere Empatik Beceri ve Empatik Eğilim Ölçekleri verilmiştir. Deney grubuna, kontrol ve plesebo gruplarına ön test ve son test sonuçlarına göre, öğrencilerin empatik eğilimleri arasındaki anlamlı fark tespit edilmiştir. Empatik becerilerinde, kontrol ve plesebo gruplarının ön test-son test aralarındaki anlamlı fark yokken, deney grubunda ön test-son test arasında anlamlı ilişki ortaya çıkmıştır.

Töremen ve Kolay (2001) tarafından 255 öğretmen ile okul yöneticilerinin iletişim becerilerinin öğretmenlerin algı ve beklentileri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Öğretmenlerin beklenti düzeyleri yüksek olsa da yaşanan durum değerlendirildiğinde yöneticilerin iletişim becerileri algı puanları düşük bulunmuştur. Araştırmanın bulgularına göre okul yöneticilerinin öğretmenlerle kurdukları iletişim becerilerinin üst düzeyde olmadığı ortaya çıkmıştır.

Çam (2005) üniversite öğrencilerinin ders olarak 'İletişim Beceri' eğitiminin sonuçlara göre irdelenmesi hedeflenmiştir. Okul öncesi öğretmenliği programında öğrenim gören 12 kız, 6 erkek olmak üzere 18 öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Nicel yöntemde kişilerin kendilerini ifade etme formu; nitel araştırma

yönteminde öğrencilerin kendilerini değerlendirme formu uygulanmıştır. Karma araştırma yöntemi kullanılmış olup, elde edilen bulgulara göre ders sonrasında öğrencilerde iletişim becerileri açısından olumlu gelişme ortaya çıkmıştır. Kişilik özellikleri değişkeninin de aynı şekilde farkındalık boyutunda olumlu ilişkiye sahip olduğu belirtilmiştir.

Korkut (2005) yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi üzerinde çalışma yürütülmüştür. Farklı bankalarda çalışan 10 kadın 6 erkek olmak üzere 25-43 yaş arasındaki 16 yetişkin araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. 12 saatlik iletişim becerileri eğitimi verilerek düzeyler arasındaki etki araştırılmıştır. Ayrıca İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği ile Kişisel Bilgi Formu veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre deneysel işlem olarak yapılan eğitim ile kişilerin iletişim becerileri düzeylerinde artış göstermiştir.

Williams (2005) tarafından yurtdışında öğrenim gören öğrencilerin kültürlerarası iletişim becerileri araştırılmıştır. 48 öğrenciye Öntest ve son test ile Kültürlerarası Hassasiyet Envanteri ve Çok kültürlü Adaptasyon Envanteri uygulanmıştır. Yurtdışında kampüste kalan öğrencilerin kültürlerarası iletişim becerilerinde büyük değişimlerin yaşandığı elde edilen bulgular sonucunda ortaya çıkmıştır.

Altıntaş (2006) tarafından yapılan çalışmada liseli ergenlerin kişiler arası iletişim becerileri ile akılcı olmayan inançları arasındaki ilişkinin birtakım değişkenler açısından ele alınması incelenmiştir. Liseye devam etmekte olan 395 öğrencinin katılımıyla oluşan çalışmada İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği ve Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin iletişim becerileri ile akılcı olmayan inanç düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Cinsiyet değişkeninin iletişim becerileri ve akılcı

olmayan inanç düzeyleri açısından anlamlı farklılığın olduğu, özellikle kız öğrencilerin puanlarına göre anlamlı ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir. Ayrıca anne eğitim durumu değişkeni iletişim becerileri açısından anlamlı farklılığa sahip olmasına rağmen baba eğitim durumu değişkeninin iletişim becerinde yordandığı belirtilmiştir.

Erözkan (2007) üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler üzerinde durulmuştur. Tesadüfi seçim ile Eğitim Fakültesinde öğrenim gören 190 kız 190 erkek öğrenci olmak üzere toplam 380 kişiyle yürütülmüştür. Ayrıca Kişilerarası İlişki Tarzları Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ve İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar ışığında üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzlarının iletişim becerileri üzerinde anlamlı ve önemli bir yordayıcı olduğu belirtilmiştir. Bunun yanında benlik saygısında iletişim becerileri açısından oldukça önemli değişken olduğu açıklanmıştır.

Özerbaş, Bulut ve Usta'nın (2007) yaptığı araştırmada öğretmen adaylarının algıladıkları iletişim becerileri seviyelerini incelemek amaçlanmıştır. Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 357 öğrenci örneklem grubunu oluşturmuştur. Sosyo-ekonomik Düzey Ölçeği ile İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre sosyo-ekonomik düzey ve program değişkenlerinin iletişim becerilerini yordamadığı tespit edilmiştir. Fakat cinsiyet, akademik başarı gibi değişkenler ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkinin olduğu belirtilmiştir.

Toy'un (2007) araştırmasında Mühendislik ve Hukuk Fakülteleri öğrencilerinin iletişim becerileri ve bazı değişkenlerle arasındaki ilişki ele alınmıştır. Mühendislik ve Hukuk Fakültelerinde öğrenim gören 1. ve 4. sınıf 410 öğrenciden oluşan örneklem grubuna Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerileri Envanteri, Empatik

Beceri Ölçeği-B Formu ve NEO Beş Faktör Kişilik Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen çalışma bulgularına göre iletişim becerileri ile empatik beceriler arasında olumlu yönde bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca iletişim becerileri ile kişilik özelliklerinden nörotisizm arasında olumsuz ilişki ortaya çıkmıştır. Anne-baba eğitim durumları, algılanan sosyoekonomik düzey, ailenin birliktelik durumu ve çocuk sayısı gibi değişkenler ile iletişim becerileri arasında anlamlı farklılığın olmadığı belirtilmiştir.

Dilekmen, Başcı ve Bektaş (2008) tarafından yapılan araştırmada Eğitim Fakültesi öğrencilerinin iletişim becerileri üzerinde durulmuştur. 283 öğrencinin katılımı ile yürütülen araştırmada İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Örneklem, seçkisiz örnekleme metodu ile birinci ve son sınıf öğrencilerden oluşmuştur. Sonuçlara göre cinsiyet ve sınıf düzeylerine göre iletişim becerileri açısından anlamlı fark tespit edilmemiştir. Programlar arasında anlamlı farkın elde edilmesi ile sınıf öğretmenliği, fen bilgisi ve RPDA programları açısından olumlu sonuca sahiptir.

Gürşimşek, Vural ve Demirsöz (2008) öğretmen adaylarının duygusal zekaları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki ele alınmıştır. 200 Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 100 okul öncesi öğrencileri ile 100 sınıf öğretmenliği öğrencileri örneklem grubunu oluşturmuştur. Bar-on Duygusal Zekâ Ölçeği ile İletişim Becerileri Envanteri veri toplama araçları olarak belirlenmiştir. Elde edilen bulgulara göre, Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğretmen adaylarının duygusal zekâları ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farkın olduğu saptanmıştır.

Kılıçgil, Bilir, Özdiç, Eroğlu ve Eroğlu (2009) tarafından yapılan araştırmada iki farklı üniversitenin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerileri değerlendirilmiştir. Olasılığa dayalı kolayda örnekleme yoluyla

seçilen programın lisans öğrencilerini oluşturmuştur. 494 öğrencinin katılımıyla beraber İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre; her iki üniversitede cinsiyet değişkeni ile iletişim becerileri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre iletişim becerileri puanlarının yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Her iki üniversitedeki öğrencilerin iletişim becerileri açısından oldukça fazla anlamlı ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir.

Razı, Kuzu, Yıldız, Ocakçı ve Arifoğlu (2009) çalışan gençlerde benlik saygısı, iletişim becerileri ve stresle baş etme açısından ele alınan araştırmaya 15-24 yaş grubundaki 79 öğrenci örneklem grubunu oluşturmuştur. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Stresle Baş Etme Tarzları Ölçeği uygulanmış olup bulgular sonucunda yaş ile iletişim becerileri, benlik saygısı ile stresle başa çıkma arasında anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Gölonü ve Karcı (2010) tarafından yapılan çalışmada iletişim meslek lisesi öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerinin incelenmesini ele alınmıştır. Üç farklı iletişim meslek lisesinde öğrenim gören 526 öğrenci ile yürütülmüştür. Kişisel Bilgi Formu ve İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre iletişim becerileri ile cinsiyet ve sınıf değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterirken, sosyo-ekonomik düzey ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir.

Aktuğ (2010) çocuk eğitim evlerinde barındırılan ergenlerin iletişim ve sosyal beceri düzeyleri incelenmiştir. Örneklem grubunda yer alan Ankara, Elazığ ve İzmir çocuk evlerinde 12-18 yaş arasında yer alan 87 erkek öğrenci oluşturmuştur. İletişim Becerileri Envanteri ve Sosyal Beceriler Envanteri uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre iletişim ve sosyal beceri düzeyleri arasında istatistiksel olarak

anlamli farklilik saptanmistir. Egitim durumu, anne-babanin birlikte olup olmaması, anne-babanin eğitim durumu, ekonomik gelir, kardeş sayısı gibi değişkenlerle aralarında anlamli farklilik göstermediği belirtilmiştir. Ayrıca bu çocukların normal yaşam sürdüren diğer ergenlere oranla elde edilen ortalama puanlarından daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

Gülbahçe (2010) tarafından yapılan araştırmada Eğitim Fakültesi öğrencilerinin iletişim becerilerinin incelenip, farklı programlardaki öğrenciler arasında farkın ortaya konulması amacıyla yürütülmüştür. Araştırma, Atatürk Üniversitesi'nde Eğitim Fakültesi'nde yer alan Eğitim Bilimleri, Beden, Matematik, Coğrafya ve Türkçe öğretmenlikleri programlarında okuyan 297 öğrencinin katılımıyla oluşturulmuştur. Nicel bir araştırma yöntemi uygulanmıştır. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği ile veriler toplanmıştır. Yapılan bu araştırmada, programlara göre iletişim becerileri arasında farklılığın olduğu saptanmıştır. Eğitim bilimi öğrencilerinin iletişim becerileri düzeyi ise beden, matematik, coğrafya ve Türkçe öğretmenliği programındakilere göre çok yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun nedeni ise RPDA öğrencilerinden kaynaklanmaktadır. Bu programa hem alan hem de seçmeli olarak iletişim becerileri geliştirmeye yönelik derslerin olmasından kaynaklandığı belirtilmiştir. Sınıflara göre iletişim becerileri arasındaki farkın anlamli olduğu ortaya çıkmıştır. Birinci sınıftaki öğrencilerin genel itibariyle ikinci, üçüncü ve son sınıftaki öğrencilere nazaran daha düşük iletişim becerilerine sahip olduğu saptanmıştır. Cinsiyet ve iletişim becerileri arasında farkın olmadığı belirtilmiştir.

Çetinkaya ve Alparslan (2011) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin duygusal zekanın iletişim becerileri üzerindeki etkisi ele alınmıştır. 203 öğrencinin katılımı ile oluşturulan çalışmada Duygusal Zekâ Ölçeği ve İletişim

Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Duygusal zekâ ve alt boyutlarının iletişim becerileri üzerinde anlamlı düzeyde ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

Özer'in (2011) çalışmasında etkili iletişim becerilerinin sosyal ortama uyum sağlamadaki işlevi ele alınmıştır. Tarama modeline dayanan çalışmada örneklem olarak İletişim, Eğitim, Fen-Edebiyat, Veterinerlik, Su Ürünleri ve Mühendislik Fakültelerindeki 1. ve 4. sınıftaki 615 öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Veri toplama araçlarından İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği, Kişisel Bilgi Formu ve Sosyal Uyum Kendini Değerlendirme Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre iletişim becerileri ile sosyal uyum arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Eroğlu-Akın (2011) ergenlerde bağlanma stilleri, internet sosyal iletişim ağlarının kullanımı ve iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. 6 liseden 188 kız, 239 erkek öğrenci olmak üzere toplam 427 öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Ergenlerin Sosyal İletişim Ağlarını Kullanımlarına Yönelik Anket Formu, İletişim Becerileri Envanteri ve İlişki Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin bağlanma stilleri ile iletişim becerileri açısından cinsiyet, yaş, anne-baba eğitim durumu, internet kullanım amacı ve süresi değişkenleriyle aralarında anlamlı farklılık saptanmıştır.

Bingöl ve Demir (2011) tarafından yapılan araştırmada Amasya Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerinin incelenmesi açısından ele alınmıştır. Araştırma 232, ebelik (61) ve hemşirelik (200) öğrenci grubundan oluşmuştur. Örneklem grubunda hemşirelik programındaki bütün sınıflar katılmış olup, ebelik programının yeni açılmasından dolayı sadece birinci ve ikinci sınıflar katılmıştır. Nicel bir araştırma yöntemi uygulanmıştır ve uygulanan ölçekler ise Kişisel Bilgi Formu ve İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğidir. Yapılan bu

araştırmada, iletişim becerileri düzeylerinin çoğu programda yüksek olduğu belirtilmiştir. İletişim becerisi düzeylerinin, sınıf düzeylerine paralel olarak artış göstermemektedir. Akademik başarı algısı ile iletişim becerileri puan ortalaması arasında anlamlı ilişkinin olması ise birbiriyle doğru orantılıdır.

Ekşi (2012) kişilerarası ilişkilerin RPDA ve Halkla İlişkiler ğrencilerinin karşılaştırılmasını ele almıştır. Araştırmaya 252 ğrencinin katılımıyla oluşmuş olup, Kişilerarası İlişki Boyutları leği uygulanmıştır. Bulgular ışığında ortaya çıkan sonuçlar ise cinsiyet, sınıf, yaş, mezun olunan lise, gelir düzeyi gibi değişkenler ile aralarında anlamlı farklılığın bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Fakat onay bağımlılık, empati gibi değişkenler ile aralarında anlamlı ve olumlu ilişki saptanmıştır.

Aydın (2012) tarafından yapılan çalışmada niversite ğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirme ile sosyal uyum ve iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada tarama modeli kullanılmış, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Eğitim Fakültesi Sınıf ğretmenliği programlarında öğrenim gören 407 öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Ayrıca Sosyal Uyum leği ve İletişim Becerileri leği uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre sosyal uyum ile iletişim becerileri arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Ulukan (2012) sporcular ile yapılan araştırmasında iletişim becerilerinin takım ve bireysel sporculara olan etkisini ele almıştır. Betimsel ve karşılaştırmalı bir çalışma olup 92 sporcuya İletişim Becerileri Değerlendirme leği uygulanmıştır. Bulgular sonucunda yaşanılan yer, aylık gelir, anne-baba öğrenim durumu arasında anlamlı bir ilişki varken; cinsiyet ve branş ile iletişim becerileri arasında anlamlı farka rastlanmamıştır.

Küçük (2012) tarafından yapılan araştırmada müzik öğretmenliğindeki öğrencilerin iletişim ve problem çözme beceri üstünde çalışılmıştır. Araştırma, üniversite öğrencileriyle yürütölmüş olup; 43 erkek, 87 kadının katılımıyla oluşmuştur. Nicel bir araştırma olup ve veri toplama araçlarından İletişim Becerileri Envanteri ve Problem Çözme Envanteri uygulanmıştır. Yapılan bu araştırmada, müzik öğretmenliğindeki öğrencilerin iletişim becerileri iyi düzeyde olup, problem çözme becerilerinin düşük olduğu veriler tarafından saptanmıştır. Öğrencilerin iletişim becerileri ile problem çözme becerileri ve alt boyutları arasında yüksek seviyede olumlu yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu da söylenebilir.

Kartal'ın (2013) araştırmasında ortaöğretim öğrencilerinin (9, 10, 11, ve 12. sınıf) bazı değişkenler açısından öznel iyi oluş ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Tabakalı örnekleme yöntemi ile seçilen 807 kız ve 734 erkek öğrenciye ulaşılmıştır. İletişim Becerileri Envanteri, Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu ve Kişisel Bilgi Formu sayesinde veriler toplanmıştır. Elde edilen bulgulara göre öznel iyi oluş düzeylerine göre öğrencilerin iletişim becerileri seviyesi arasında anlamlı bir ilişki mevcuttur. Anne-baba öz-üvey olma durumu, anne-baba birlikte-ayrı olma durumu, kardeş sayısı, sınıf düzeyi değişkenleri ile iletişim becerileri arasında anlamlı farklılık bulunmazken, cinsiyet değişkeni ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Korap (2013) algılanan anne baba tutumlarının ergenlerin iletişim becerilerine olan etkisi ele alınmıştır. Araştırmaya 12-18 yaş arasındaki 164 kız ve 135 erkek öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Demografik Bilgi Formu, Anne-Baba Tutum Ölçeği ve İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre cinsiyet, yaş ve ergenlerin algıladıkları anne-baba tutumlar arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Anne-babanın öğrenim durumu, ailedeki çocuk sayısı, kardeş

sırası ve gelir düzeyleri açısından iletişim becerileriyle aralarında anlamlı farklılık yoktur.

Yıldız ve Duy (2013) erken yetişkinlik sürecinde psikoeğitim programında empatik eğitim ve iletişim becerilerinin geliştirilmesi ele alınmıştır. 16 (10 erkek, 6 kız) ortaokul öğrencisiyle yürütülen araştırma da KA-Sİ Empatik Eğitim Ölçeği ve İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği uygulanmıştır. Ayrıca kişilerarası iletişim becerileri eğitimi için öğrencilere 9 oturum uygulanmıştır. Psikoeğitim programının öğrencilerde empati düzeylerini ve iletişim becerilerini geliştirdiği saptanmıştır.

Özşaker (2013) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerileri ve benlik saygıları değerlendirilmiştir. Araştırmaya 135 kız, 245 erkek olmak üzere 380 öğrenci katılmıştır. İletişim Becerilerini Değerlendirme ve Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar ışığında öğrencilerin iletişim becerileri ile benlik saygıları arasında anlamlı farklılığın bulunduğu tespit edilmiştir. Ayrıca spor yapan öğrencilerin yapmayanlara oranla iletişim becerileri ve benlik saygılarının daha yüksek olduğu belirtilmişken, cinsiyet değişkeninin yordamadığı ortaya çıkmıştır.

Şirin ve Izgar (2013) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ve olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Araştırma; 191 kadın, 287 erkek öğrenci olmak üzere Teknik Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi ve Sağlık Meslek Yüksek Okuluna uygulanmıştır. Nicel bir araştırma yöntemi uygulanmıştır ve kullanılan ölçekler ise Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği ve Otomatik Düşünceler Ölçeğidir. Yapılan bu araştırmada, cinsiyet açısından anlamlı farklılık görülmemekle birlikte olumsuz otomatik düşüncelerin oluşma sıklığı da cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Ayrıca sınıf ve ailenin yaşadığı yerleşim yerine göre de öğrencilerin iletişim becerileri

arasında anlamlı farkın olmadığı açıklanmıştır. Ayrıca sınıf seviyesine göre otomatik düşüncelerin görülme sıklığı arasında da bir ilişkinin olmadığı ifade edilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin iletişim becerileri düzeyleri bütün programlarda yüksektir ve programlar arasında farklılık görülmemektedir.

Eskiyörük (2014) tarafından yapılan araştırmasında turizm işletmeciliği ve otelcilik yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi ele alınmıştır. Araştırmaya 139 kadın ve 181 erkek olmak üzere 320 turizm otelcilik öğrencisinin katılımıyla oluşmuştur. Nicel bir araştırma yöntemi olup, Kişisel Bilgi Formu ve İletişim Becerileri Envanteri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Yapılan bu çalışmada, turizm otelcilik öğrencilerinin iletişim becerileri birtakım değişkenler açısından incelenmiştir ve elde edilen verilerin sonuçlara göre iletişim becerileri ortalamalarının yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. İletişim becerisinde yaş değişkeni anlamlı farklılığa neden olmamıştır. Ayrıca öğrencilerin sınıf düzeylerinin iletişim becerileri düzeylerinde de farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır. Aileleriyle yaşanan yer, aile yapısı, sosyo-ekonomik durum, annenin eğitim durumu ve babanın eğitim durumu değişkenleri açısından da iletişim becerisinde farklılık görülmemiştir. Çalışma sonucunda, turizm otelcilik öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerinin iletişim becerileri ile ilgisinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

Korkut-Owen ve Bugay (2014) tarafından yürütülen çalışma kapsamında farklı üç üniversiteden katılan 162, 144 ve 78 öğrenciler ile test-tekrar test analizi uygulanmıştır. İletişim Becerileri Ölçeği, Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi verilmiş ve bulgulara göre kızların erkeklere göre daha yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir.

Elkatmış ve Ünal (2014) sınıf öğretmeni adaylarının iletişim beceri düzeylerine yönelik bir çalışmadır. Araştırmaya 213 kadın, 67 erkek katılmış ve İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Çalışma sonucuna göre cinsiyet, eğitim durumu gibi değişkenler ile iletişim becerileri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Fakat mezun olunan program, aile tutumu, günlük alışkanlıklar ve not alma gibi değişkenlerle iletişim becerileri arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır.

Kaşgarlı'nın (2014) çalışmasında ilköğretim 4. Sınıf öğrencilerine yapılan iletişim grup çalışma programının öğrencilerin iletişim becerilerine olan etkisi incelenmiştir. 12 kız ve 12 erkekten oluşan ilköğretim 4. Sınıf öğrencilerine 8 oturumluk bir grup çalışması uygulanmıştır. Grup çalışmasına başlamadan önce, ortasında ve sonunda haftalık olarak üç kere uygulanan Kişisel Bilgi Formu ve Sosyal Öğrenme Becerileri Ölçeği verilmiştir. Elde edilen bulgulara göre yapılan programın iletişim becerilerinin gelişim düzeylerinde anlamlı farklılığa neden olmadığı belirtilmiştir. Ayrıca yaş, cinsiyet gibi değişkenlerin iletişim becerileri açısından ilişkili olmadığı ifade edilmiştir.

Çelik'in (2014) araştırmasında ergenlerin internet, sosyal iletişim ağlarının kullanımı, empati ve iletişim becerileriyle olan ilişkileri ele alınmıştır. 8. Sınıfta öğrenim gören 210 erkek, 228 kız olmak üzere toplam 438 öğrencinin katılımıyla örneklem grubu oluşturulmuştur. Ayrıca Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerileri Envanteri, Empatik Eğilim Ölçeği veri toplama araçları olarak uygulanmıştır. Elde edilen sonuçların ışığında öğrencilerin iletişim becerilerinin internet kullanım süresi, bağlanma şekli, kullanım amacı, sosyal ağlardaki arkadaş sayısı, cinsiyet, yaş, ailenin sosyoekonomik durumu, akademik başarı, anne-baba eğitim durumu gibi değişkenleri ile aralarında anlamlı ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca empatik

beceriler ile iletişim becerileri arasında olumlu ve anlamlı bir ilişkinin olduğu bulunmuştur.

Gaskar ve Özyazıcıoğlu (2014) Sağlık Meslek Lisesi öğrencilerinin iletişim becerileri üzerinde çalışılmıştır. Sağlık Meslek Lisesi'nde 9. Ve 12. Sınıflarda olan öğrencilerin iletişim becerilerini ve bunları etkileyen demografik faktörler araştırılmıştır. 212 öğrenciyle beraber yürütülen çalışmada Kişisel Bilgi Formu ve İletişim Becerileri Envanteri ile veriler toplanmıştır. Elde edilen bulgular sonucuna göre kızların iletişim becerileri puanlarının erkeklere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sınıf değişkeni iletişim becerilerini etkilememektedir.

Çuhadar, Özgür, Akgün ve Gündüz (2014) tarafından yapılan araştırma öğretmen adaylarının iletişim becerileri ve iletişimci biçimleri üzerinde durulmuştur. Araştırma Eğitim Fakültesi'ndeki son sınıf öğrencilere uygulanmıştır. 205 kadın, 110 erkek olmak üzere 315 öğretmen adayı katılım göstermiştir. Nicel bir araştırma yöntemi uygulanmıştır ve kullanılan ölçekler ise İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği ve İletişimci Biçimleri Ölçekleridir. İletişim becerileri ile cinsiyet arasında kadınların erkeklere göre daha yüksek puana sahip olduğu belirtilmiştir. İletişimci biçimlerin alt boyutlarında yer alan arkadaş canlısı ve sözsüz iletişim kurma gibi bir takım kategorilerde kadınların ortalama puanlarının erkeklere daha yüksek olduğu ifade edilmiştir.

Kadalak-Dölek (2015) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerinin farklı değişkenler açısından incelenmesini ele almıştır. Tarama yönteminin kullanılmasıyla beraber Eğitim ve İktisadi İdari Bilimler Fakültesi'nde öğrenim gören İktisat, İşletme, Sınıf ve Fen Bilgisi Öğretmenliği programlarındaki 720 öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Veri toplama araçlarından İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre

program türü, genel akademik başarı, problem çözme teknikleri ve spor yapma alışkanlıkları ile iletişim becerileri arasında anlamlı pozitif bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Diğer yandan cinsiyet, anne-baba tutumu, sınıf, sosyoekonomik düzey gibi değişkenler ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farklılığın bulunmadığı belirtilmiştir.

Karataş'ın (2015) çalışmasında adolesan bireylerin iletişim becerileri açısından incelenmesini ele alınmıştır. Lisede öğrenim gören 465 erkek, 302 kız öğrenci olmak üzere 767 kişinin katılımıyla oluşmuştur. Veri toplama araçlarından İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin cinsiyet, okul türü, sınıf düzeyleri, spor yapma durumları gibi değişkenler ile iletişim becerileri arasında anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır. Ayrıca spor yapan kişilerin iletişim becerilerinin yapmayanlara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Mersin, Öksüz ve Demiralp (2015) sağlık programlarından olan acil tıp teknikerliği öğrencilerinin iletişim becerileri, benlik saygısı ve öfke ifade etme durumlarının etkileri üzerinde durulmuştur. Yarı deneysel bir araştırma olup, birinci sınıf acil tıp teknikerliği programında olan yedi öğrenci ile yürütülmüştür. Haftada bir kez olup 12 hafta devam eden oturumlar uygulanmış ve duyguları fark etme, ifade etme eğitimi verilmiştir. Eğitim öncesi ve sonrasında İletişim Becerileri Envanteri, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği veri toplama araçları olarak belirlenmiştir. Elde edilen bulgulara göre araştırma öncesinde ve sonrasında öğrencilerin iletişim becerileri puanları oldukça yüksek olmasına rağmen aralarında anlamlı fark olmadığı saptanmıştır. Ayrıca benlik saygısı ile öfke ifade etme puanları arasında anlamlı farkın olmadığı saptanmıştır.

Koç, Terzi ve Gül (2015) tarafından yapılan araştırma da ise üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki

ilişkileri belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya çeşitli fakültelerde öğrenim gören 444 öğrenciden oluşmuştur. Katılımcıların 257si kadın, 187si erkektir. Nicel bir araştırma yöntemi uygulanmıştır ve kullanılan ölçekler ise Kişisel Bilgi Formu, Kişilerarası Problem Çözme Envanteri ve İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğidir. Yapılan bu araştırma da iletişim becerileri ile kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkileri ortaya koyulmuştur. Elde edilen sonuçlara göre, kişilerin problem çözme becerileri ve iletişim becerilerinin gelişmesi açısından eğitim programlarının oluşturulması ve uygulanmasının gerekliliği vurgulanmıştır.

Yetişkin (2016) ergenlerde iletişim becerileri ve utangaçlık arasındaki ilişki ele alınmıştır. Lisede okuyan 14-18 yaş arasındaki 200 öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği ve Utangaçlık Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre kızların iletişim becerilerinin erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu ve ergenlerin yaşlarının büyüdükçe utangaçlık düzeylerinin azaldığı ortaya çıkmıştır. İletişim becerileri ile utangaçlık düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Kıssal, Kaya ve Koç (2016) tarafından yapılan araştırmada ise hemşirelik ile beden eğitimi yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri ve etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışma, üniversitede öğrenim gören 496 öğrenciyle yürütülmüştür. Nicel araştırma yönteminden yararlanılmış olup, Kişisel Bilgi Formu ve İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçekleri uygulanmıştır. Bulgular ise hemşirelik ve beden eğitimi öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre karşılaştırılması, hemşirelik ve beden eğitimi öğrencilerinin sınıf ve programlara göre iletişim becerileri düzeylerinin karşılaştırılması, hemşirelik ve beden eğitimi öğrencilerinin bazı sosyo-demografik

ve aile özelliklerine göre iletişim becerileri değerlendirme ölçeği puan ortalamaları karşılaştırılmasına göre analiz edilmiştir. Yapılan bu araştırmada, veriler sonucunda iletişim beceri düzeyi hemşirelik programı öğrencilerinde, beden eğitimi öğrencilerine göre daha fazladır.

Bıyık (2016) meslek yüksekokulu öğrencileri arasında siber mağduriyet, kişisel özellikler ve iletişim becerileri ilişkisine değinilmiştir. Araştırmaya Makine, Basım ve Yayım Teknolojileri, Elektrik, Kimya Teknolojisi, Kontrol ve Otomasyon Teknolojisi, İnşaat Teknolojisi, Elektrik Teknolojisi, Harita ve Kadastro, İklimlendirme ve Soğutma Teknolojisi ve Bilgisayar Programcılığı programlarında öğrenim gören 1. ve 2. sınıf olmak üzere toplam 358 öğrenci katılmıştır. Tarama modeli kullanılan araştırmada İletişim Becerileri Ölçeği ve Siber Mağduriyet Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin siber mağduriyete maruz kaldıklarında iletişim becerilerinin yüksek düzeyde olduğu belirtilmiştir. Ayrıca iletişim becerileri ile cinsiyet, sınıf gibi değişkenler arasında anlamlı farklılaşmadığı görülmüştür.

Ülker (2016) meslek yüksekokulu öğrencilerinin sosyal zeka ve iletişim becerilerinin farklı değişkenlerle incelenmesini ele almıştır. Tesadüfi örnekleme yöntemiyle oluşturulan örneklem ise ön lisans programlarında (Bilgisayar Programcılığı, Moda Tasarımı, Bankacılık ve Sigortacılık, Spor Yönetimi, İş Yönetimi, Mobil Teknolojiler ve Çocuk Gelişimi) öğrenim gören 153 erkek, 147 kız öğrenci olmak üzere toplam 300 katılımcıdan oluşmuştur. Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Tromso Sosyal Zeka Ölçeği ve İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen bulgular ışığında sosyal zeka ile iletişim becerileri arasında yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, öğrenim şekli, program ve iş durumu ile ilgili farklılaşmanın olup olmadığı üzerinde durulmuştur. İletişim becerileri ile

cinsiyet arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Sosyal zeka ile iletişim becerileri arasında olumlu yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca sınıf düzeyi, program, öğrenim şekli ve iş durumu değişkenleri ile anlamlı farklılığın bulunmadığı belirtilmiştir.

Tuncer ve Demiralp (2016) psikiyatri departmanında çalışan hemşirelerdeki duygusal zeka ve iletişim becerileri ilişkisinin üzerinde duran çalışmaya 51 hemşirenin katılımıyla oluşmuştur. İletişim Becerileri Envanteri ve Duygusal Zeka Ölçeği yardımıyla veriler toplanmıştır. Çalışanların yaş ve eğitim durumlarının iletişim becerileri üzerinde etkili olduğu, duygusal zeka seviyesi yüksek olanların iletişim becerileri seviyesinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Arabul (2017) kaygı durumları ile iletişim becerilerinin ilişkisini ele almıştır. Örneklem grubunda lisans ve yüksek lisans öğrencileri yer almasıyla beraber toplam 200 öğrenciye Kişisel Bilgi Formu, Spielberger Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri ve İletişim Becerileri Envanteri uygulanmıştır. Bulgulara göre kaygı ve iletişim becerileri arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Özellikle 20 yaş ve altındaki öğrenci grubundakiler ile 21-25 yaş arasındakilerin ortalamaları diğer yaş gruplarına göre daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca lisans sürecinde olan öğrencilerin iletişim becerileri puanlarının yüksek lisans öğrencilerinin puan ortalamalarına oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Özer'in (2017) araştırmasında öğretmenlerin sosyal kaygı seviyeleri ile iletişim becerileri birtakım değişkenlere göre incelenmiştir. Sosyal Kaygı Ölçeği ve İletişim Becerileri Ölçeği uygulandığı 188 öğretmen örneklem grubunu oluşturmuştur. Araştırma sonucuna göre öğretmenlerin iletişim becerileri ve sosyal kaygı seviyeleri arasında anlamlı ilişkinin olduğu, iletişim becerileri yüksek olanların

sosyal kaygılarının düşük olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla iletişim becerileri ile sosyal kaygı arasında olumsuz ve anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır.

Casiadi (2017) tarafından yapılan araştırmada öğretmenlerin okul müdürlerinin iletişim becerileri ve çatışma yönetimi konusundaki görüşleri üzerinde çalışılmıştır. Araştırmada tarama modeli kullanılmış olup ilkokul, ortaokul ve lisede çalışan 362 öğretmenin katılımıyla oluşmuştur. Ayrıca veri toplama araçlarından Kişisel Bilgi Formu, İletişim Tarzları Ölçeği ve Çatışma Yöntemi Stratejileri Ölçeği kullanılmıştır. Bulgular ışığında öğretmenlerin algılarına göre okul müdürlerin iletişim tarzları ve çatışma yöntemi stratejileri arasında anlamlı ve olumlu yönde ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Ceylan (2017) okul öncesi öğretmenlerinin çocuk sevme düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Bağımsız ve özel anaokulu, ilkokul, ortaokul ve lisede çalışan 317 okul öncesi öğretmeni araştırmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Kişisel Bilgi Formu, Barnett Çocuk Sevme Ölçeği ve Öğretmen-Çocuk İletişim Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Analizler sonucunda elde edilen verilere göre öğretmenlerin çocuk sevme düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu belirtilmiştir. Çocuk sevme düzeyleri arttıkça iletişim becerilerinin de arttığı bulgular sonucunda ortaya çıkmıştır.

Pınar, Aksoy, Cesur ve Dağlar (2017) tarafından yapılan araştırmada ebelik programındaki öğrencilerin eleştirel düşünme eğilimleri ve iletişim becerilerinin yıllara göre incelenmesi amacıyla ele alınmıştır. Araştırma, Sağlık Bilimleri Fakültesi, ebelik programında uygulanmıştır. Örneklem grubu programa yeni başlayan 63 kişiden oluşan birinci sınıf öğrencilerdir. Dört yıl sonrasında 56 öğrenci ile tamamlanmıştır. Nicel bir araştırma yöntemi uygulanmıştır ve uygulanan ölçekler

ise Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği ve Kalifornia Eleştirel Düşünme Eğilimleri Ölçekleridir. Yapılan bu araştırmada birinci sınıftan son sınıfa kadar ki süreçte iletişim becerilerini olumlu şekilde çıkmıştır. Dört yıllık bu süreç sonunda; ebelik öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri yüksek, eleştirel düşünme eğilimleri düşük olduğu saptanmıştır.

2.3.2 Öznel İyi Oluş ile İlgili Araştırmalar

Diener (1984) öznel iyi oluş kavramını 1960 yılında ilk defa çalışan Wilson'ın elde ettiği sonuçlara göre mutlu kişilerin sahip oldukları özellikleri; hem kadın hem erkek için daha sağlıklı, genç, iyi eğitilmiş, maddi durumu iyi, dışadönük, kaygısız, dindar, evli, yüksek benlik saygısına ve yüksek derecede iş gücüne sahip olduklarını belirtmiştir. Wilson'un elde ettiği bulguların günümüzde geçerliliği sorgulanmakta ve daha kapsamlı sonuçlara ulaşılmasının hedeflendiği belirtilmiştir (Akt., Uçan, 2013).

Fujita, Diener ve Sandvik (1991) tarafından yapılan araştırmada iyi olma halinde ve olumsuz etkilerde cinsiyet farklılığı incelenmiştir. 66 kız, 34 erkeğin katılımıyla oluşan araştırmada günlük rapor, zihinsel performans raporu, kendilik raporu uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre kızların erkeklere göre daha fazla mutlu olma eğiliminde olduğu saptanmıştır. Ayrıca kızlardaki depresyon bulguları erkeklere göre daha az etkili olduğu belirtilmiştir. Dolayısıyla kızların olumlu duyguları daha yoğun yaşadıkları, olumsuz etkilerdeki duyguları dengeledikleri ifade edilmiştir.

Diener ve Fujita (1995) ise farklı değişkenlerin öznel iyi oluşların etkisini ele almışlardır. 195 üniversite öğrencisiyle yürütülen araştırmada raporlar, günlük deneyim örnekleme ve bilgilendirici raporlar uygulanmıştır. Yaptıkları araştırmada para, arkadaş desteği, sosyal beceri ve zekâ değişkenlerinin öznel iyi olma hali

üstündeki etkisi incelenmiş olup; bulgulara sonucunda maddi unsurların, sosyal ve kişisel kaynakların iyilik seviyeleriyle oldukça yakından ilişkili olduğu bulunmuştur.

Diener, Suh, Lucas ve Smith (1999) uzunlamasına yapılan çalışmanın nedensel modellemeden yararlanılarak Mutluluk Ölçeği kullanılmıştır. Kişilik özelliklerinin hayat şartlarını, bunun sonucunda da öznel iyi oluş kavramının etkilendiğini söylemişlerdir. Kişiliğin öznel iyi oluşun en önemli yordayıcılarından olduğunu belirtmişlerdir.

Sarı (2003) üniversite öğrencilerinin iyilik hali ve duygusal ilişki statüsü, cinsiyet, kalınan yer ve genel akademik not ortalamaları arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmasında hazırlıktaki 506 öğrenci ile yürütülmüştür. İyilik Hali Envanteri, Demografik Bilgi Formu kullanılan veri toplama araçlarındandır. İyilik Hali Envanteri'nin alt ölçekleri (ilişkisel benlik, sosyal ilgi ve empati, iç tutarlılık, başarı oryantasyonu, fiziksel iyilik hali, mizah, sevgi ve çevresel duyarlılık) açısından ele alındığında kızların seviyeleri erkeklere oranla daha yüksektir. Duygusal ilişki içinde olan öğrencilerin daha yüksek puan aldıkları, yaşanılan yer değişkeninin iyilik hali açısından yordandığı saptanmıştır.

Dost (2004) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş seviyeleri ele alınmıştır. Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim gören 700 öğrenci ile yürütülen çalışmada Öznel İyi Oluş Ölçeği uygulanmıştır. Ayrıca cinsiyet, program memnuniyeti, akademik başarı, ekonomik durum, fiziksel sağlık durum, algılanan anne-baba tutumu, dış görünüşten memnuniyet, dini inanç gibi birtakım değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır. Öznel iyi oluş ile cinsiyet ve fiziksel sağlık durumları arasında anlamlı farklılık bulunmamasının yanında program memnuniyeti, akademik başarı, ekonomik durum, algılanan anne-

baba tutumu, dış görünüşten memnuniyet ve dini inanç ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır.

Kim ve Hatfield (2004) ayrıca değişik kültürlerden gelen üniversite öğrencilerinin (Amerika ve Kore) karşılaştırmalı nicel bir çalışmadır. 101 erkek, 116 kadın Amerikalı öğrenci ve 90 erkek, 93 kadın öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Tutkulu Aşk Ölçeği, Arkadaş-Sevgi Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği uygulanmıştır. Aşk biçimleri ve öznel iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada, arkadaşça aşkın yaşam doyumu, pozitif ve negatif duygulanımı yordadığı ama yaşam doyumunu yordamadığı ortaya çıkmıştır.

İlhan'ın (2005) araştırmasında üniversite öğrencilerinin mizah anlayışlarının öznel iyi oluşları açısından ele alınmıştır. 454 üniversite öğrencisinin katılımı ile oluşturulmuştur. Beş Faktör Kişilik Envanteri, Mizah Tarzları Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Genelleştirilmiş Öz-yeterlik Ölçeği veri toplama araçları kullanılmıştır. Bulgular ışığında mizah tarzı öznel iyi oluş üzerinde çok düşük seviyede yordayıcı olduğu belirtilmiştir. En fazla yordayan kişilik özelliklerinden; dışadönüklük ve duygusal tutarsızlık ile özyeterlilik öznel iyi oluşu etkilediği saptanmıştır.

Özen (2005) ergenlerin öznel iyi oluş seviyeleri ile ilgili çalışmasına katılan 393 katılım ile oluşturulmuştur. Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu ile Reynolds Ergen Depresyon Ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Veriler sonucunda ise ergenlerin öznel iyi oluş seviyeleri cinsiyet, sınıf seviyeleri, anne baba öğrenim durumuna bağlı olarak farklılık göstermemekte olup, algılanan akademik başarı ve algılanan ekonomik duruma göre öznel iyi oluş ile anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir.

Cihangir-Çankaya'nın (2005) araştırmasında öz belirleme kuramına göre temel psikolojik ihtiyaçların doyumuna dair öz belirleme modeli ele alınmıştır. Eğitim Fakültesi'nde (Sosyal Bilgiler, Arapça, Tarih, İngilizce, Okul Öncesi, Türkçe, Biyoloji, Matematik, Fizik ve RPDA) öğrenim gören 216 kız, 198 erkek olmak üzere toplam 414 öğrenci ile yürütülmüştür. İhtiyaç Doyumu Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği, Sürekli Durumluk Kaygı Envanteri ve Yaşam Doyumu Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar neticesinde özerklik desteğinin ihtiyaç doyumunu sağladığı, ihtiyaç doyumunun iyi olma ile arasında anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir.

Doğan ve Yıldırım (2006) tarafından yürütülen çalışmada üniversite öğrencilerinin iyilik halinin arkadaşlık ve sevgi boyutları incelenmiştir. 623 kız, 313 erkek öğrencinin katılımıyla oluşan çalışmada İyilik Hali Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Bulguların sonucuna göre öğrencilerin sosyal destek algıları düzeyi arttıkça iyilik hallerinin de arttığı saptanmıştır.

Cenkseven ve Akbaş (2007) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin öznel ve psikolojik iyi olmalarının dışadönüklük, nevrozizm, kontrol odağı, öğrenilmiş güçlülük, sosyal ilişkilere, boş zaman etkinliklerine ve akademik durumlarına göre demografik özelliklere göre incelenmesini ele almıştır. 205 kız, 295 erkek öğrenci olmak üzere 500 kişiye uygulanmıştır. Psikolojik İyi Olma Ölçekleri, Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği, Yaşam Doyumu, Eysenck Kişilik Envanteri, Rotter İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği ve Rosenbaum Öğrenilmiş Güçlülük Envanteri Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre arkadaşlarla olan ilişkilerin öznel iyi oluşun anlamlı bir yordayıcısı olmadığı belirtilmiştir. Fakat

algılanan sağlık durumu, sosyo-ekonomik statü ve akademik başarı psikolojik iyi olmayı anlamlı yordamakta olduğu saptanmıştır.

Saygın (2008) tarafında yapılan araştırma üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluşun farklı değişkenlerle incelenmesini ele almıştır. 639 üniversite öğrencisinin katılımı ile yürütölen araştırma da tesadüfi küme örnekleme yöntemi uygulanmıştır. Öznel İyi Oluş Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Algılanan Sosyal Destek Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Bulgular sonucunda öznel iyi oluş ile benlik saygısı arasında anlamlı farklılık olmadığı fakat öznel iyi oluş ile sosyal destek arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Saföz-Güven (2008) tarafından yürütölen çalışmada ergenlerin öznel iyi oluşları ile genel sağlık durumları ve psikolojik belirtileri cinsiyet ve sosyometrik statü değişkenleri açısından ele alınmıştır. 544 lise öğrencisini kapsayan çalışmanın örnekleminde, betimsel araştırma olup karşılaştırmaya dayalı ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Kullanılan veri araçları Kısa Semptom Envanteri, Genel Sağlık Anketi-12, Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu ve Sosyometrik Statü Ölçeğidir. Bulgular ışığında öznel iyi oluş ile cinsiyet değişkeni arasında farklılık gösterirken, erkek öğrencilerin kızlardan daha yüksek öznel iyi oluş seviyesine sahip olduğu saptanmıştır. Akranlar tarafından kabullenilen ergenlerin öznel iyi oluş seviyelerinin akranları tarafından reddedilen ergenlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yavuz-Güler ve İşmen-Gazioğlu (2008) tarafından yapılan çalışmanın örneklemini iki farklı üniversitedeki RPDA, İletişim ve Mühendislik Faköltesi'ndeki 1. ve 4. sınıf öğrenciler oluşturmuştur. Öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri ile benlik saygısı ve empatik eğilimleri arasındaki ilişkinin ele alınması ve öznel iyi oluş seviyelerinin RPDA programı öğrencileri açısından diğer programlara göre farklılık

gösterip göstermediği araştırılmıştır. Öğrencilere Kişisel Bilgi Formu, Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Empatik Eğilimler Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen bulgular ışığında RPDA programı öğrencilerinin İletişim ve Mühendislik Fakülteleri'nde öğrenim gören 1. Sınıf öğrencileri açısından öznel iyi oluş seviyeleri ve benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamışken, RPDA programı ve İletişim Fakültesi'ndeki öğrencilerin empatik eğilimleri Mühendislik Fakültesi'ndeki öğrencilerin empatik eğilimlerinin anlamlı düzeyde yüksek bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca RPDA programındaki öğrencilerin, İletişim ve Mühendislik Fakültesi 4. Sınıf öğrencilerinin öznel iyi oluş seviyeleri ile benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. RPDA öğrencilerinin Mühendislik Fakültesi öğrencileri arasında anlamlı seviyede daha düşük ve empatik eğilimleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu belirtilmiştir.

Çelik'in (2008) araştırması ise lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal zekâ açısından incelenmesini ele almıştır. 485 lise öğrencisini oluşturan örnekleme, Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu ve Bar-On EQ Anketi kullanılmıştır. Öznel iyi olma ile cinsiyet ve sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılığın olmaması saptanmıştır. Düz lise öğrencilerinin, Anadolu ve Meslek Lisesi öğrencilerine göre öznel iyi oluş seviyeleri daha yüksektir. Duygusal zekâ ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu belirtilmiştir.

Gröpel ve Kuhl (2009) tarafından yapılan çalışmada çalışma hayatındaki denge ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki ele alınmıştır. Çalışmada iki pilot çalışma uygulanmıştır ve ikinci çalışmada yer alan 45 erkek, 34 kadın olmak üzere 79 evli çalışanlar ile yürütülmüştür. Veri toplama araçlarından Çalışma Hayatı Denge Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, NEO 5 Faktör Envanteri, Sosyal Arzu Ölçeği ve İş-

Aile Çatışma Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre çalışma hayatındaki dengenin öznel iyi oluş ile ilgisinin olduğu saptanmıştır. Cinsiyet farklılığının bulunmasıyla beraber kadınların erkeklerden daha fazla yüksek seviyede oldukları ve işte ve evde çatışma düzeylerinin düşük seviyede olduğu belirtilmiştir. Ayrıca yaş, sosyal arzu, nevrozizm, çocuk sayısı ve çalışma saati gibi değişkenlerle arasında anlamlı farklılığın bulunduğu ortaya çıkmıştır.

Dilmaç ve Bozgeyikli (2009) öğretmen adaylarının öznel iyi oluşları ve karar verme tarzları arasında ilişkiyi ele alan çalışmalarında 600 üniversite öğrenci örneklem olarak gösterilmiştir. Karar Verme Stilleri Ölçeği ve Öznel İyi Oluş Ölçeği ile veriler toplanmış olup, elde edilen bulguların sonucuna göre öğretmen adaylarının öznel iyi oluş seviyeleri ile karar verme tarzları arasında anlamlı farklılığın olduğu saptanmıştır.

İlhan ve Özbay (2010) yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi olma üzerindeki yordayıcı rolünün araştırıldığı çalışmada 1474 üniversite öğrencisinin (777 erkek, 697 kadın) katılımıyla oluşmuştur. Nicel çalışmada veriler Yaşam Amaçları Ölçeği, Olumlu-Olumsuz Duygu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve İhtiyaç Doyum Ölçeğinden yararlanılmıştır. yeterlik, özerklik ve ilişkisellik gibi temel psikolojik ihtiyaçlarının seviyeleri arttıkça öznel iyi olma seviyelerinin de arttığı bulunmuştur. Ayrıca içsel amaçların (aile ve topluma katılım, diğer kişilerle sağlıklı ilişkiler yürütme, fiziksel sağlığa verilen önem, kişisel gelişim ve yaşamı anlamlı hale getirme durumu) öznel iyi oluşu olumlu etkilediği bulunmuştur.

McCann (2010) tarafından yürütülen araştırmada öznel iyi oluş ile kişilik ve demografik değişkenlere göre Amerika'daki eyaletlere göre sigara içme alışkanlığı ve yaygınlığı araştırılmıştır. Örneklem 18-25 yaş arasındaki gençleri oluşturmakla beraber Davranışsal Risk Faktörü Gözetim Sistemi Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen

bulgular sonucunda öznel iyi olma ile sigara kullanma yaygınlığı arasında ters bir ilişki bulunmuştur. Öznel iyi oluşun temel yordayıcılarından sosyo-ekonomik durum ile nevrozizm olduğu belirtilmiştir.

Canbay (2010) lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. 9. 10. 11. Sınıflara devam etmekte olan 222 kız, 223 erkek öğrenciyle yürütülmüştür. Tabakalı örneklem yöntemi ile belirlenen örneklem grubuna Kişisel Bilgi Formu, Öznel İyi Oluş Ölçeği-Lise Formu ve Sosyal Beceri Envanteri uygulanmıştır. Elde edilen bulgular ışığında sosyal becerilerle öznel iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin saptanmasıyla beraber cinsiyet açısından kızların erkeklere oranla daha yüksek seviyeye sahip olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca öznel iyi oluş ve sosyal becerilerin gelir, akademik başarı ve aktivitelere katılım değişkenleri açısından anlamlı farklılığın olduğu belirtilmiştir. Bunların yanında öznel iyi oluş ile anne baba tutumları arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Şahin (2011) üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması ele alınmıştır. Eğitim Fakültesi'nde son sınıf olan 312 öğrenciden oluşmuştur. Veri toplama araçları olarak Kendini Açma Envanteri, Öznel İyi Oluş Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre öğrencilerin cinsiyetlerine göre kendini açma puanlarının farklılık gösterdiği, öznel iyi oluş ve algılanan sosyal destek puanlarının farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Balcı (2011) psikolojik ve öznel iyi olma hali ile dini inançlar arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmaya 495 yetişkinin katılımıyla oluşmuştur. Yaşam Doyumu, Öznel İyi Olma Hali ve İçsel Dini Motivasyon Ölçekleri kullanılmıştır. İnançlara

sahip olan kişilerin inanmayanlara göre yaşam doyumları ve öznel iyi olma hallerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Eryılmaz (2011a) yetişkin öznel iyi oluşu ile pozitif psikoterapi bağlamında birincil ve ikincil yetenekler arasındaki ilişkinin incelenmesini ele almaktadır. Çalışmaya 176 kız ve 150 erkek olmak üzere toplam 326 lise öğrencisi katılmıştır. Genel İhtiyaç Doyumu Ölçeği, Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Yaşam Amaçları Belirleme Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda ise ihtiyaç doyumunun ve yaşam amaçlarını belirlemede öznel iyi oluşun etkileri ortaya çıkmıştır. İhtiyaç doyumunu ve öznel iyi oluş arasında yaşam amaçlarının etkisi ile ihtiyaç doyumunun toplam etkisi arasında anlamlı farklılıklar vardır.

Ergenlerin öznel iyi olma halleri ile geleceğe yönelik olumlu beklentiler arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmaya toplam 233 ergen katılmıştır. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği ile Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Gelecek adına olumlu beklentilere sahip ergenlerin öznel iyi oluş seviyelerinin de anlamlı ve önemli düzeyde yüksek olduğu sonucuna erişilmiştir. (Eryılmaz, 2011b).

Ergen öznel iyi oluşunun öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilgili olan çalışmaya 227 lise öğrencisinin katılımıyla oluşmuştur. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği, Rosenberg Öz Saygı Ölçeği ile İyimserlik Ölçeği veri toplama araçlarıdır. Amaçlı örnekleme metodunun kullanılmasıyla ortaya çıkan sonuç ise iyimserlik eğilimlerinin ergenler açısından öznel iyi oluşları üstünde öz saygıdan daha yüksek bir yordayıcı olduğu belirtilmiştir (Eryılmaz ve Atak, 2011).

Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özelliklerini ele alan çalışmaya 699 (372 kadın, 327 erkek) kişinin katılımıyla yürütülmüştür. Betimsel bir

çalışma olup ilişkisel tarama modeline dayanan çalışmada Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği kullanılmış olup elde edilen bulgular ise; erkeklerin öznel iyi oluş seviyelerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki açısından ise 14-17 yaş arasındaki kişilerin öznel iyi oluşlarının dışadönüklük, duygusal açıdan dengesizlik ve sorumluluk kişisel özelliklerinin anlamlı bulunduğu, 19-25 yaş arasındaki kişilerin ise öznel iyi oluşlarının; dışa dönüklük, duygusal açıdan dengesizlik, yumuşak başlılık ve sorumluluk olarak belirlenmiştir. 26-45 yaş arasındaki kişilerin öznel iyi oluşlarının duygusal açıdan dengesizlik ve sorumluluk kişisel özelliklerinin anlamlı sonuçları elde edilmiştir (Eryılmaz ve Ercan, 2011).

Türkmen (2011) öznel iyi oluş yapısı ile anne-baba tutumları, özsaygı ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmasına 196 öğrencinin katılımıyla oluşmuştur. Betimsel çalışma olup, Ana-baba Tutumları Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif ve Negatif Duygulanım Çizelgesi, Rosenberg Özsaygı Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği veri toplama araçları olarak belirlenmiştir. Elde edilen bulgu sonuçlarına göre öznel iyi oluşun özsaygı, algılanan sosyal destek ve anne-baba tutumlarıyla ilişkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencilerinin özerklik ihtiyaçlarının öznel iyi oluş ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ele alan araştırmaya 376 öğrenci katılmıştır. Veriler Yaşam Doyumu Ölçeği ile Yeni Psikolojik İhtiyaç Değerlendirme Ölçeği ile toplanmıştır. Çıkan sonuca göre olumlu ilişkilerin saptandığı araştırmalar yer almaktadır. Yaşam doyumunun yüksek veya düşük olmasına göre başatlık ihtiyaçlarında değişkenlik göstermediğini fakat RPDA programı öğrencilerinin başatlık ihtiyaçlarının yaşam doyumuna göre farklılık gösterdiği, yordamadığı belirtilmiştir (Çivitci, 2012).

Gündoğdu ve Yavuzer (2012) tarafından yapılan araştırmada Eğitim Fakóltesi'ndeki öğrencilerin öznel iyi oluşları ile psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesini ele almıştır. Araştırmaya Eğitim Fakóltesi'ndeki çeşitli lisans programlarında (İngilizce, Matematik, Fen Bilgisi, Sosyal Bilgiler, Sınıf Öğretmenliği ve RPDA) öğrenim gören 331 öğrenci katılmıştır. Öznel İyi Oluş Ölçeği, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen araştırma sonuçlarına göre lisans programları ile cinsiyet arasında temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Derin (2013) lise öğrencilerinin internet bağımlılığı ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi ele alan çalışmada Genel Lise, Anadolu, Fen ve Meslek Liselerindeki 9. 10. 11. 12. sınıf öğrencilerle yürütölmüştür. Veri toplama araçlarından Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre ilişkide doyum ve olumlu duygular arttıka internet bağımlılığının azaldığı, yaşam doyumunu arttıka internet bağımlılığı olasılığının arttığı sonucuna varılmıştır.

Kartal'ın (2013) araştırmasında ortaöğretim öğrencilerinin (9, 10, 11, ve 12. sınıf) bazı değişkenler açasından öznel iyi oluş ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Tabakalı örnekleme yöntemi ile seçilen 807 kız ve 734 erkek öğrenciye ulaşılmıştır. İletişim Becerileri Envanteri, Öznel İyi Oluş Ölçeği Lise Formu ve Kişisel Bilgi Formu sayesiyle veriler toplanmıştır. Elde edilen bulgulara göre cinsiyet, sınıf düzeyi, anne ve babanın birlikte veya ayrı oluşuna gibi değişkenlerin öznel iyi oluşu yordamadığının yanında anne ve babanın öz veya üvey olması, kardeş sayısı gibi değişkenlerin öznel iyi oluşu yordadığı tespit edilmiştir.

Kermen (2013) üniversite öğrencilerinin ihtiyaç doyumunu ve öznel iyi oluş düzeylerinin birtakım değişkenlere göre incelenmesini ele alan çalışmaya Eğitim

Fakültesi'ndeki RPDA, İngilizce, Fen Bilgisi, İlköğretim Matematik, Sınıf, Sosyal Bilgiler, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri, Zihinsel Engelliler ve Türkçe Öğretmenliğinde öğrenim gören 223 erkek, 545 kız öğrenci katılmıştır. Veri toplama araçlarından Demografik Bilgi Formu, İhtiyaç Doyumu Ölçeği ve Öznel İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. İhtiyaç doyumu ile öznel iyi olma arasında olumlu ve anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluşu yordadığı tespit edilmiştir.

Gülcan (2014) tarafından yapılan araştırmada genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmaya 225 kadın, 169 erkek üniversiteli genç yetişkin katılmıştır. Veri toplama araçlarından Yaşam Doyumu Ölçeği, Yaşam Yönelimi Testi ve Oxford Mutluluk Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen bulgular sonucunda iyimserliğin, mutluluk ve yaşam doyumu ile aralarında olumlu bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Sancaktar (2016) tarafından yapılan araştırmada yeni evlenen ve uzun süredir evli olan çiftlerin evlilikte problem çözme becerisi düzeylerinin öznel iyi oluş ve evlilik doyumu düzeyleri ile ilişkisi incelenmiştir. Rastlantısal olarak seçilen evli 100 kişinin katılımıyla oluşmuştur. Veri toplama araçlarından Kişisel Bilgi Formu, Evlilik Doyumu Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Evlilikte Problem Çözme Ölçeği kullanılmıştır. Bulgular ışığında yeni evli olan kişilerin evlilik doyumu uzun süredir evli olan çiftlere göre daha fazladır. Evlilik doyumu ile gelir arasında anlamlı ilişkinin saptanması ve evlilikte problem çözme becerileri ile yaş ve öğrenim durumu arasında anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca çocuk sayısı ile yaş değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir farklılığın olduğuna ulaşılmıştır.

Duman'ın (2016) çalışmasında üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve benlik saygısının stresle başa çıkma tarzları arasındaki ilişkiyi ele almıştır. Tarama

modeline uygun olarak rastlantısal seçilen 160 kız, 140 erkek olmak üzere toplam 300 öğrenciye uygulanmıştır. Kişisel Bilgi Formu, Öznel İyi Oluş Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Ölçeği veri toplama araçları olarak belirlenmiştir. Kız öğrencilerin erkeklere oranla daha yüksek öznel iyi oluş seviyesine sahip olduğu saptanmıştır. Yaş değişkeni arttıkça öznel iyi oluş arttığı, ilk çocuk olanların diğer kardeşlere oranla benlik saygısının daha yüksek olduğu ve hukuk programında olan öğrencilerin kendine güvenli yaklaşımlar sergiledikleri tespit edilmiştir.

Bushi (2016) tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinde yeme tutumu, anksiyete ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. İşletme, Hukuk, Tarih, Uluslararası İlişkiler ve Halkla İlişkiler ve Reklamcılık programlarında öğrenim gören 150 öğrenciden oluşan çalışma grubuna veri toplama araçlarından Sosyodemografik Veri Formu, Beck Anksiyete Envanteri, Yeme Tutumu Testi ve Öznel İyi Oluş Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre öznel iyi oluş açısından bekar kişilerin; anksiyete değişkeninde evlilerin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar vardır. Yeme tutum bozukluğu ile öznel iyi oluş seviyeleri arasında anlamlı ve negatif ilişkinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca anksiyete ve öznel iyi oluş arasında yüksek seviyede anlamlı ve negatif bir ilişkinin olduğu belirtilmiştir.

Özdemir'in (2016) yaptığı araştırma ise ergenlerin öznel iyi oluşlarının özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları açısından incelenmesi üstünde durulmuştur. Ankara'da lise 9-11. sınıflarda öğrenim gören 580 ergenin katılımıyla oluşmuştur. Demografik Bilgi Formu, Ailede Özerk-İlişkisel Benlik Ölçekleri, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği veri toplama araçları olarak belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar neticesinde ergenlerin özerk, ilişkisel ve özerk-

ilişkisel benlik kurgusunun olumlu duygu, olumsuz duygu ve yaşam doyumu açısından farklılıkları ortaya çıkmıştır. İlişkisel ve özerk ilişkisel benlik kurgusuna sahip ergenlerin özerk benlik kurgusuna sahip ergenlere göre olumlu duyguların ve yaşam doyumu seviyelerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Özerk benlik kurgusuna sahip ergenlerin ise olumsuz duygu seviyelerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

Güney (2017) ergenlerde duygusal özerklik, sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın araştırma modellerinden ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Tesadüfi örneklem yöntemiyle 284 erkek, 246 kız olmak üzere toplam 530 lise öğrencisinin katılımıyla oluşmuştur. Duygusal Özerklik Ölçeği, Algılanan Sosyal Destek Ölçeği ve Öznel İyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Bulguların sonucuna göre ergenlerin öznel iyi olma seviyesi ile algılanan aile desteğinin duygusal özerklik alt boyutlarına (idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyleşme) etkisi vardır. öznel iyi olma ve algılanan öğretmen desteğinin yalnızca iki boyuta (idealleştirmeme ve bağımsızlık) etkisinin olduğu saptanmıştır. Ayrıca öznel iyi oluş ile algılanan arkadaş desteği ile aralarında anlamlı farklılığın olmadığı belirtilmiştir.

Turp (2017) RPDA öğrencilerinin öznel iyi oluş ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. RPDA programında olan 1. 2. 3. Ve 4. Sınıf toplam 209 öğrenci araştırmanın örneklem grubunu oluşturmuştur. Veri toplama araçlarından Kişisel Bilgi Formu, Öznel İyi Oluş Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketi uygulanmıştır. Araştırma bulgularına göre öznel iyi oluş ile güvenli bağlanma arasında doğru, saplantılı ve korkulu bağlanma ile arasında ters bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca öznel iyi oluş ile sınıf, cinsiyet, anne-babanın eğitim durumu gibi birtakım değişkenler arasında anlamlı farkın olmadığı saptanmıştır.

İlgili araştırmalara bakıldığı zaman; iletişim becerilerini kapsayan birçok araştırma literatürde yer almaktadır. Özellikle üniversite öğrencileriyle yürütölmüş olup, ergenler ve çalışanlarla yapılan araştırmalarda vardır. Farklı faköltelerde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile yürütölmüş araştırmalar mevcuttur. Özellikle Eğitim Faköltesi'ndeki çeşitli programlar arasında çok fazla araştırmanın yapılmış olması dikkat çekmektedir. RPDA adına zengin kaynak oluşturması hem konunun hem de seçilmiş örnekleme grubu açısından oldukça avantajlı konuma sahip olmasının yanında diğer örnekleme grubundaki BD ile ilgili araştırmanın olmaması, bu araştırmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünölmektedir. Diğer yandan öznel iyi oluş ile ilgili yurtiçinde ve yurtdişında yapılan araştırmalar ele alındığında iletişim becerilerinde olduğu gibi örnekleme grubu genellikle üniversite öğrencileridir. Lise öğrencileri ile çalışanlarla olan çalışmalarda mevcut olmasına rağmen yapılan bu çalışmanın örnekleme grubuna paralel çalışmanın olması alana katkı sağlayabilmektedir. Yardım meslekleri üzerinde yapılan bu çalışmanın günümüzde öneminin giderek artması, psikolojik danışmanlık ve beslenme uzmanlığı açısından literatürdeki eksiklikleri kapatması açısından önemli bulunmaktadır.

Bölüm 3

YÖNTEM

Bu bölümde; araştırmanın yöntemi, modeli, evren ve örneklem, kullanılan veri toplama araçları ve bunlarla ilgili geçerlik-güvenirlik çalışmaları, veri analizi ve uygulanması hakkında bilgi verilmektedir.

3.1 Araştırmanın Yöntemi

Bu çalışma nicel bir çalışmadır. Nicel araştırmalar gözleme ve ölçmelerin tekrarlanabildiği araştırmalar olup amacı kişilerin toplumsal davranışlarını gözlem, test etme yoluyla nesnel bir bakış açısıyla ele alıp ölçümleri sayısal verilerle açıklamalar yapmaktır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008). Nicel araştırma modelini bağımlı ve bağımsız değişkenleri tanımlamak için ölçme araçlarından yararlanıldığı bir yöntem olup bu yöntemde araştırma modelleri genelde deneyler ve ölçeklerle ortaya konulur. Sosyal olguların araştırılmasında ölçülecek olan değişkenleri ele alır ve istatistiksel olarak sayısal verilerle olan ilişkisini tanımlar (Watson, 2015). Buna ek olarak nicel çalışmalarda araştırmacı konuyla ilgili teori belirler, teoriye bağlı hipotezlerini geliştirir, hipotezlerin doğrulanıp doğrulanmadığını verilerle test eder ve bu çalışmalar mantıksal yapıları içerir (Barczak, 2015).

3.2 Araştırmanın Modeli

DAÜ Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, RPDA programı ile Sağlık Bilimleri Fakültesi bünyesinde yer alan BD programında öğrenim gören öğrencilerin öznel iyi olma seviyeleri, iletişim becerileri düzeylerinin incelenmesi ve öznel iyi

oluş seviyesinin bu değişkenlerle arasında farklılığın ve ilişkinin olup olmadığını saptamak amaçlanmıştır.

Yapılan araştırmanın modeli ise amaçlı tarama modeline dayanmaktadır. Büyüköztürk ve ark. (2008) amaçlı modeli, bir çalışmanın amacına bağlı olarak bilgi bakımından zengin durumların tercih edilerek detaylı şekilde araştırma yapılmasına imkân vermekte olduğunu açıklamışlardır. Belli özelliklere sahip bir ya da daha fazla durumlarla çalışıldığında, amaçsal modelin seçildiği söylenmiştir. Araştırma konusunda amaçlı tarama modelinin seçilme nedeni ise; RPDA programı ile BD öğrencilerinin değişkenler bağlamında aradaki ilişkinin ortaya konulacağından kaynaklanmaktadır.

3.3 Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu kısımda yapılan araştırmanın evreni ve örneklemini ile ilgili bilgi verilmiştir.

3.3.1 Araştırmanın Evreni

Evren, araştırma sonuçlarının genellenebileceği kadar büyük gruptur. Dolayısıyla bu araştırmanın evreni ise KKTC’de DAÜ, RPDA ve BD programı 2016-2017 bahar akademik döneminde öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileri olacaktır.

3.3.2 Araştırmanın Örneklemi

Örneklem, evrenle ilgili araştırma yapmak için seçilen evrenin sınırlı bir parçası olduğu için; bu araştırmanın örneklem grubu DAÜ’de RPDA ile BD programlarında öğrenim gören 3. ve 4. sınıf öğrenci grubudur.

Örnekleminin “amaçlı” yaklaşım ile seçilecek olmasının nedeni ise; değişkenlerin özelliklerine göre değişiklik gösterdiği için (program, cinsiyet, sınıf, algılanan anne-baba davranış tipleri ve yaşanılan yer vb.) kullanılıyor olmasıdır.

Büyüköztürk ve ark. (2008), amaçlı örneklemenin olası olmayan seçkisiz olmayan örnekleme olduğunu ifade etmişlerdir. Araştırma amacına uygun olarak daha zengin bilgi kaynaklarından yararlanıp detaylarla araştırma yapılmasına olanağın sağlandığı bir örnekleme çeşidi olduğunu açıklamışlardır.

3.4 Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada kullanılan veri toplama araçlarından ‘Kişisel Bilgi Formu, Öznel İyi Oluş Ölçeği, İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği’ hakkında sırasıyla bilgi verilmiştir.

3.4.1 Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanmış olan katılımcıların demografik özelliklerine (program, cinsiyet, sınıf, algılanan anne-baba davranış tipleri, yaşanan yer vb.) ait bilgilerden oluşmuştur.

3.4.2 Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİÖÖ)

Dost (2004) tarafından geliştirilen "Öznel İyi Oluş Ölçeği" nde 26 olumlu, 20 olumsuz olmak üzere toplam 46 maddeden oluşan beşli Likert tipi bir ölçektir. Ölçek de cevaplama şekli her ifade için şu şekildedir: “(5) Tamamen Uygun”, “(4) Çoğunlukla Uygun”, “(3) Kısmen Uygun”, “(2) Biraz Uygun” ve “(1) Hiç Uygun Değil” biçimden yer almaktadır. Dolayısıyla her ifade için puan arası 5-1 arasında değişim göstermektedir. Buna bağlı olarak alınabilecek en düşük puan 46 iken en yüksek 230 puan elde edilmektedir. Alınan puan ne kadar yüksekse öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğunu belirtmektedir (Dost, 2004).

3.4.3 İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ)

Korkut (1996) tarafından hazırlanan “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği”nde kişilerin iletişim becerilerini ne şekilde değerlendirdiklerini anlamak amacıyla 5li Likert tipi ve 25 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek de cevaplama

şekli her ifade için şu şekildedir: “(1) hiçbir zaman”, “(2) nadiren”, “(3) bazen”, “(4) sıklıkla”, “(5) her zaman” şeklinde düzenlenmiştir. Ölçekten sağlanan puanın fazlalığı kişilerin kendi iletişim becerilerini olumlu düzeyde olduğu anlamına çıkmaktadır. Ölçekten alınabilecek en fazla puan 125 olduğunu ve elde edilen puan fazlalığı ise kişilerin kendi iletişim becerilerini olumlu şekilde değerlendirdiklerini açıklamaktadır (Korkut, 2005).

3.5 Geçerlilik ve Güvenirlilik

Bu kısımda Öznel İyi Oluş Ölçeği ve İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği'nin geçerlilik ve güvenirlilikleri hakkında bilgi verilmiştir.

3.5.1 ÖİÖÖ'nin Geçerlilik ve Güvenirliliği

Uygulanan her iki ölçeğinde geçerlilik ve güvenirlilik çalışmaları mevcuttur. Öncelikle ÖİÖÖ'nin güvenirliliğinin iki yolla hesaplandığı belirtilmiştir. İlk olarak faktör analizinin sonucunda 46 maddenin verileri Cronbach Alfa güvenirliliği hesaplanmıştır. Uygulanan 209 kişinin sonuçlarına göre Cronbach Alfa güvenirlilik kat sayısının .93 olduğu saptanmıştır. Diğer yola ise test-tekrar test yöntemiyle ölçeğin kararlılık katsayısını hesaplamak amacıyla 39 kişiye uygulanmış olup, pearson momentler çarpım korelasyon katsayısının .86 olduğu söylenmiştir. Ölçeğin güvenirlilik katsayıları ise öznel iyi olma düzeylerinin saptanması için güvenle kullanılabileceği ifade edilmiştir (Dost, 2005).

3.5.2 İBDÖ'nin Geçerlilik ve Güvenirliliği

Diğer bir ölçek olan İBDÖ'de yaş aralığı 14-17 olan 126 öğrenciye uygulanan ölçeğin yapı geçerliliğini ölçmek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Faktör yığılmalarının sonucundan tek boyutluluk için tek faktör yapısı ele alınmış olup, ölçeğin güvenirliliği amacıyla test tekrarı ve iç tutarlılık yollarına başvurulmuştur.

Uygulama sonunda korelasyon katsayısının .76 ve Cronbach Alfa değerinin .80 olduğu hesaplanmıştır (Korkut, 1996).

3.6 Veri Analizi ve Uygulama

Verilerin analizinde, SPSS 20 istatistiksel paket programından yararlanılmıştır. Katılımcılara, “Kişisel Bilgi Formu”, “Öznel İyi Oluş Ölçeği” ve “İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği” uygulanmıştır.

Verilerin analizi ve yorumu için Pearson korelasyon, T test ve çoklu varyans analizlerinden yararlanılmıştır. Başta öznel iyi oluş ve iletişim becerileri arasındaki ilişki için Pearson korelasyonu kullanılmıştır. İletişim becerileri ile öznel iyi oluş düzeyleri puanlarının yordanmasında anlamlı bir farklılığın olup olmamadığını bulmak için t test (cinsiyet, program, sınıf, yaşanılan yer), programlar ile iletişim becerileri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişki için Spearman analizi ve Kruskal Wallis H-testi (anne-baba davranış tipleri) analizi uygulanmıştır.

Veri toplama araçlarının, uygulamanın yapılacağı fakülte dekanlıklarından gerekli izinlerin alınmasıyla, etik kurallar çerçevesinde uygulanmıştır. Anketler dağıtılmadan önce gerekli birimden yetkili kişilerle görüşülmüştür. Uygun gün ve saatler belirlenmiştir. Anketler uygulanmadan önce araştırmayı yürüten kişi, araştırmanın amacı ve uygulanacak olan ölçekler hakkında kısa bir tanıtım yapılmış, kişisel bilgilerin gizli kalacağından dolayı samimi şekilde cevaplandırılması belirtilmiştir. Araştırmacı ve danışman tarafından hazırlanmış olan Kişisel Bilgi Formu’na ek olarak ÖİÖÖ, İBDÖ art arda tek seferde uygulanmıştır.

3.7 Etik

Çalışmaya katılan katılımcılar gönüllülük esası kapsamında katılmışlardır. Gönüllülük ilkesi kapsamında çalışmayı kendi istedikleri zamanda sonlandırma

hakkında bilgi verilmiş olup, katılımcı onam formu dağıtılmış ve imzalanmıştır.

Katılımcılara herhangi bir psikolojik ve fiziksel zarar verilmemiştir.

Bölüm 4

BULGULAR

Bu bölümde, araştırmada incelenen öznel iyi oluş ve iletişim becerileriyle ilgili problem ve alt problemlere ilişkin verilerin betimsel istatistik analizleri; kişisel bilgi formu, öznel iyi oluş ölçeği ve iletişim becerileri değerlendirme ölçeği sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

4.1 Öğrencilerin Öznel İyi Oluş Seviyeleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki

Öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin tespiti için korelasyon analizi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlar tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 3: Öğrencilerin ÖİÖ – İB Seviyeleri Arasındaki Korelasyon Analizi

Değişken	N	r	P
Öğrencilerin İyi Oluş Seviyeleri	430	0,552	0,000
İletişim Becerileri			

Bu sonuçlara göre, öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerileri arasında pozitif yönde ($r=0,552$), anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p<0.005$).

4.2 RPDA ve BD Programı Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ile İletişim Becerileri Seviyeleri Arasındaki İlişki

Öğrencilerin programları ile öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerileri arasında ilişkinin tespiti için Spearman analizi yapılmıştır. Program normal dağılım

göstermemesi nedeni ile Sperman testi tercih edilmiştir. Elde edilen test sonuçları tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4: Program Değişkeni ile İB-ÖİO Seviyeleri Arasındaki Sperman Analizi

Değişken	N	r	P
Program			
İletişim Becerileri	430	-.077	.110
Program			
Öğrencilerin İyi Oluş Seviyeleri	430	-.018	.716

Program değişkeni ile iletişim becerileri ve öznel iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı olmayan bir ilişki tespit edilmiştir.

4.3 Öğrencilerin Genel Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları

Bu çalışmaya, DAÜ’de öğrenim gören toplam 430 RPDA ve BD öğrencilerinin katılımıyla oluşmuştur. Programlar arasındaki demografik özelliklerine göre dağılımları aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Tablo 5: Öğrencilerin Program Değişkenine Göre Dağılımları

Program	N	%
RPDA	236	54,9
BD	194	45,1
Toplam	430	100

Katılımcıların programları tablo 3’de verilmiştir. Buna göre, 236 RPDA öğrencisi araştırmanın %54,9’luk kısmını oluştururken, 194 BD öğrencisi ise %45,1’lik dilimine denk gelmektedir.

Tablo 6: Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımları

Cinsiyet	RPDA	BD	Toplam
Kadın	115	134	249
Erkek	121	60	181
Toplam	236	194	430

Tablo 6’da çalışmaya katılan katılımcıların programlara göre cinsiyet dağılımı verilmiştir. Buna göre, araştırmaya katılan RPDA’de öğrenim gören 115 kadın, 121 erkek katılımcı grubu, BD’den 134 kadın, 60 erkek yer almaktadır. Toplam 236 RPDA öğrencisi ve 194 BD öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmaya %57,9’u (N=249) kadın, %42,1’i (N=181) erkek katılımcı grubundan oluşmaktadır.

Tablo 7: Öğrencilerin Sınıf Değişkenine Göre Dağılımları

Sınıf	N	%
3. Sınıf	246	57,2
4. Sınıf	184	42,8
Toplam	430	100

Sınıf değişkeninin gösterildiği tablo 7’de ise 3. sınıfta öğrenim gören 246 öğrenci varken, 184 kişi ise 4. sınıfta yer aldığı saptanmıştır. Araştırmaya katılan %57,2 kişi 3. sınıf öğrencilerini oluştururken, %42,8 ise 4. sınıf öğrencilerini göstermektedir.

Tablo 8: Öğrencilerin Algıladıkları Anne Davranış Tipi Değişkenine Göre Dağılımları

Algılanan Anne Davranış Tipi	N	%
Baskıcı ve Otoriter	29	6,7
Aşırı Hoşgörülü	37	8,6
Kararsız ve Dengesiz	10	2,3
Aşırı Koruyucu	38	8,8
Hoşgörülü ve Güven Verici	292	67,9
Tutarsız	9	2,1
Mükemmeliyetçi	15	3,5
Toplam	430	100

Algılanan anne davranış tipi değişkenini ele alan bölümde ise araştırmaya katılan kişilerin %67,9'una karşılık gelen 292 kişi algılanan anne davranış tipi için hoşgörülü ve güven verici cevabını vermiştir. %8,8'lik kısmı gösteren 38 kişi ise aşırı koruyucu derken, %8,6'sı aşırı hoşgörülü olduğunu ifade etmiştir. En düşük oran ise %2,1 kısmı temsil eden 9 kişi algılanan anne davranış tipinin tutarsız olduğunu söylemiştir.

Tablo 9: Öğrencilerin Algıladığı Baba Davranış Tipi Değişkenine Göre Dağılımları

Algılanan Baba Davranış Tipi	N	%
Baskıcı ve Otoriter	74	17,2
Aşırı Hoşgörülü	30	7,0
Kararsız ve Dengesiz	19	4,4
Aşırı Koruyucu	25	5,8
Hoşgörülü ve Güven Verici	241	56
Tutarsız	22	5,5
Reddedici	5	1,2
Mükemmeliyetçi	14	3,3
Toplam	430	100

Algılanan baba davranış tipi değişkenini ele alan bölümde ise araştırmaya katılan kişilerin %56'sına karşılık gelen 241 kişi algılanan baba davranış tipi için hoşgörülü ve güven verici cevabını vermiştir. %17,2'lik kısmı gösteren 74 kişi ise baskıcı ve otoriter derken, %7'si aşırı hoşgörülü olduğunu ifade etmiştir. En düşük oran ise %1,2 kısmı temsil eden 5 kişi algılanan baba davranış tipinin reddedici olduğunu söylemiştir.

Tablo 10: Öğrencilerin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre Dağılımları

Yaşanılan Yer	N	%
Kırsal Kesim	66	15,3
Kentsel Alan	364	84,7
Toplam	430	100

Yaşanılan yer değişkenini ele alan tablo 10’da ise katılımcıların %84,7’sini gösteren 364 kişi kentsel alanda yaşarken, %15,3’ü temsil eden 66 kişi kırsal alanda yaşadığını ifade etmiştir.

4.4 Öğrencilerin Öznel İyi Oluş ile İletişim Becerileri Seviyelerinin Değişkenlere Göre İncelenmesi

Bu kısımda sırasıyla öznel iyi oluş seviyelerinin RPDA ve BD öğrencilerinin program, cinsiyet, sınıf, algılanan anne davranış tipi, algılanan baba davranış tipi ve yaşanılan yer değişkenlerine göre incelenmiştir. Ardından öğrencilerin iletişim becerileri seviyelerinin program, cinsiyet, sınıf, algılanan anne davranış tipi, algılanan baba davranış tipi ve yaşanılan yer değişkenlerine göre yer verilmiştir.

4.4.1 Program Değişkeni

Öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri lisans programı değişkenine göre anlamlı olup olmadığının tespiti için yapılan bağımsız t-testi sonuçları tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11: ÖİO Seviyelerinin Programı Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Grup	N	Ortalama	Std. Sapma	Df	T	P
RPDA	236	165,52	23,81	428	-,160	,873
BD	194	165,89	24,25			

Tablo 11’e göre, RPDA ve BD programları için öznel iyi oluş seviyelerinin karşılaştırılması için yapılan t-testi sonucunda, anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t(428) = -0,160$, $p = 0,873$, $p > 0,05$).

Tablo 12: İB Seviyelerinin Program Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Grup	N	Ortalama	Std. Sapma	Df	T	P
RPDA	236	94,75	11,71	428	1,897	,058
BD	194	92,54	12,41			

İletişim becerileri seviyeleri program değişkenine göre anlamlılığının tespiti için yapılan bağımsız t-testi sonuçları tablo 12’de verilmiştir. RPDA ve BD programları değişkenine göre, iletişim becerileri seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t(428)= 1,897, p=0,058, p>0,05$).

4.4.2 Cinsiyet Değişkeni

Öznel iyi oluş seviyeleri ile cinsiyet değişkeni arasında farkın olup olmadığının belirlenmesi için yapılan bağımsız t-testi sonuçları aşağıda verilmiştir.

Tablo 13: ÖİO Seviyelerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Grup	N	Ortalama	Std. Sapma	Df	T	P
Kadın	249	167,80	23,43	428	2,149	,032
Erkek	181	162,79	24,48			

Tablo 13’e göre, RPDA ve BD programlarındaki cinsiyet değişkeni açısından öznel iyi oluş seviyelerinin karşılaştırılması için yapılan t-testi sonucunda aralarında anlamlı fark tespit edilmiştir ($t(428)= 2,149, p=0,032, p<0,05$). Kadınların ($X=167.80$) erkeklere ($X=162.79$) göre öznel iyi oluş seviyeleri daha yüksektir.

Tablo 14: İB Seviyelerinin Cinsiyet Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Grup	N	Ortalama	Std. Sapma	Df	T	P
Kadın	249	95,31	12,00	428	3,171	,002
Erkek	181	91,61	11,86			

İletişim becerileri seviyeleri ve cinsiyet değişkeni arasında ilişkinin tespiti için yapılan bağımsız t-testi sonuçları tablo 14’de verilmiştir. RPDA ve BD programlarındaki cinsiyet değişkeni açısından iletişim becerileri seviyeleri arasında anlamlı farkın olup olmadığının tespiti için yapılan t-testi sonucuna göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($t(428) = 3,171$, $p = 0,002$, $p < 0,05$). Kadınların ($X = 95.31$) erkeklere ($X = 91.61$) göre iletişim becerileri seviyeleri daha yüksektir.

4.4.3 Sınıf Değişkeni

Tablo 15: ÖİO Seviyelerinin Sınıf Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Sınıf	N	Ortalama	Std. Sapma	T	Df	P
3.Sınıf	246	165,78	24,34	,087	428	,930
4.Sınıf	184	165,57	23,55			

Sınıf değişkenine göre öznel iyi oluş seviyeleri arasında anlamlı farkın tespiti için yapılan bağımsız t-testi sonuçları tablo 15’de verilmiştir. RPDA ve BD programlarındaki sınıf değişkeni açısından öznel iyi oluş seviyesi arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir ($t(428) = 0,087$, $p = 0,930$, $p > 0,05$).

Tablo 16: İB Seviyelerinin Sınıf Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Sınıf	N	Ortalama	Std. Sapma	T	Sd	P
3.Sınıf	246	94,54	12,05	1,561	428	,119
4.Sınıf	184	92,70	12,04			

Sınıf değişkeni ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin tespiti için yapılan bağımsız t-testi sonuçları aşağıda tablo 16'da verilmiştir. RPDA ve BD programlarındaki sınıf değişkeni açısından iletişim becerileri seviyeleri arasında anlamlı farkın olup olmadığının tespiti için yapılan t-testi sonucuna göre anlamlı bir fark yoktur ($t(428) = 1,561$, $p = 0,119$, $p > 0,05$).

4.4.4 Algılanan Anne Davranış Tipi Değişkeni

Algılanan anne davranış tipi değişkeni ile öznel iyi oluş seviyeleri arasında fark olup olmadığının tespiti için öncelikle dağılımın normallik testi yapılmış olup algılanan anne ve baba davranış tiplerinin normal dağılmadığı tespit edilmiştir. Bu sebepten dolayı Kruskal Wallis H-testi uygulanmıştır.

Tablo 17: ÖİÖ Seviyelerinin Algılanan Anne Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi

Algılanan Anne davranış tipi	N	Sıra Ortalaması	Sd	X²	P
Baskıcı ve otoriter	29	267.74			
Aşırı hoşgörülü	36	200.44			
Kararsız ve dengesiz	11	207.14			
Aşırı koruyucu	38	198.36			
Hoşgörülü ve güven verici	292	211.47	6	9.65	.140
Tutarsız	9	233.67			
Mükemmeliyetçi	15	267.80			
Toplam	430				

Tablo 17'de görüldüğü üzere, öğrencilerin öznel iyi oluş testinden aldıkları puanların, algılanan anne davranış tipi değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir, X^2 (sd=6, N=430) =9.65, $p>.05$. Bu analizden elde edilen sonuca göre, algılanan anne davranış tipi öznel iyi oluşu yordamadığı tespit edilmiştir.

Tablo 18: İB Seviyelerinin Algılanan Anne Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi

Algılanan anne davranış tipi	N	Sıra Ortalaması	Sd	X²	P
Baskıcı ve otoriter	29	148.38			
Aşırı hoşgörülü	36	173.71			
Kararsız ve dengesiz	11	218.05			
Aşırı koruyucu	38	197.01			
Hoşgörülü ve güven verici	292	227.66	6	20.314	.002
Tutarsız	9	180.61			
Mükemmeliyetçi	15	274.77			
Toplam	429				

Tablo 18’de görüldüğü üzere, öğrencilerin iletişim becerileri testinden aldıkları puanların, algılanan anne davranış tipi değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir, X^2 (sd=6, N=430) =20.314, $p<.05$. Buna göre, algılanan anne davranış tipi değişkenin iletişim becerileri üzerinde etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştı. Bu durumda hangi gruplar arasında anlamlı farkın tespitinin belirlenmesi için Kruskal Wallis H-testi yapı aşamasında çoklu karşılaştırma seçeneği işaretlenerek, gruplar arası farkın tespiti belirlenmiştir. Baskıcı ve otoriter ($X=148.38$) ile hoşgörülü ve güven verici ($X=227.66$), baskıcı ve otoriter ($X=148.38$) ile mükemmeliyetçi ($X=274.77$) grupları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

4.4.5 Algılanan Baba Davranış Tipi Değişkeni

Tablo 19: ÖİÖ Seviyelerinin Algılanan Baba Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi

Algılanan Baba davranış tipi	N	Sıra Ortalaması	Sd	X²	P
Baskıcı ve otoriter	74	224,16			
Aşırı hoşgörülü	30	238,03			
Kararsız ve dengesiz	19	189,84			
Aşırı koruyucu	25	273,80			
Hoşgörülü ve güven verici	241	205,77	7	15.055	.035
Tutarsız	22	251,73			
Reddedici	5	106,20			
Mükemmeliyetçi	14	201,71			
Toplam	430				

Tablo 19'da görüldüğü üzere, öğrencilerin öznel iyi oluş testinden aldıkları puanların, algılanan baba davranış tipi değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir, X^2 (sd=7, N=430) =15.055, $p<.05$. Buna göre, algılanan baba davranış tipi değişkeninin öznel iyi oluş üzerinde etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştı. Bu durumda hangi gruplar arasında anlamlı farkın tespitinin belirlenmesi için Kruskal Wallis H-testi yapı aşamasında çoklu karşılaştırma seçeneği işaretlenerek, gruplar arası fark tespit edilmiştir. Reddedici ($X=106.20$) ile aşırı koruyucu ($X=273.80$), hoşgörülü ve güven verici ($X=205.77$) ile aşırı koruyucu ($X=273.80$) grupları arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Tablo 20: İB Seviyelerinin Algılanan Baba Davranış Tipi Değişkenine Göre Kruskal Wallis H-Testi Analizi

Algılanan Baba davranış tipi	N	Sıra Ortalaması	Sd	X²	P
Baskıcı ve otoriter	74	184,51			
Aşırı hoşgörülü	30	193,98			
Kararsız ve dengesiz	19	180,79			
Aşırı koruyucu	25	230,68			
Hoşgörülü ve güven verici	241	234,45	7	24.051	.001
Tutarsız	22	145,20			
Reddedici	5	131,80			
Mükemmeliyetçi	14	259.50			
Toplam	430				

Tablo 20’de görüldüğü üzere, öğrencilerin iletişim becerileri testinden aldıkları puanların, algılanan baba davranış tipi değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir, X^2 (sd=7, N=430) =24.051, $p<.05$. Buna göre, algılanan baba davranış tipi değişkenin iletişim becerileri üzerinde etkiye sahip olduğu ortaya çıkmıştı. Bu durumda hangi gruplar arasında anlamlı farkın tespitinin belirlenmesi için Kruskal Wallis H-testi yapı aşamasında çoklu karşılaştırma seçeneği işaretlenerek, gruplar arası farkın tespiti belirlenmiştir. Tutarsız (X=145.20) ile hoşgörülü ve güven verici (X=234.45), tutarsız (X=145.20) ile aşırı koruyucu (X=193.98), tutarsız (X=145.20) ile mükemmeliyetçi (X=259.50) grupları arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

4.4.6 Yaşanılan Yer Değişkeni

Tablo 21: ÖİO Seviyelerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Yaşanılan Yer	N	Ortalama	Std. Sapma	T	Sd	P
Kırsal Alan	66	156,39	21,77	-3,467	428	,001
Kentsel Alan	364	167,37	24,00			

RPDA ve BD programlarındaki öğrencilerin yaşanılan yer değişkeni açısından öznel iyi oluş seviyelerinin karşılaştırılması için yapılan t-testi sonucuna göre anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($t(428) = -3,467$, $p=0,001$, $p<0,05$). Kentsel alanda ($X=167,37$) yaşayan öğrencilerin kırsal alanda ($X=156,39$) yaşayanlara göre öznel iyi oluş seviyeleri daha yüksektir.

Tablo 22: İB Seviyelerinin Yaşanılan Yer Değişkenine Göre T-Testi Analizi

Yaşanılan Yer	N	Ortalama	Std. Sapma	T	Sd	P
Kırsal Alan	66	88,27	11,32	-4,083	428	,000
Kentsel Alan	364	94,75	11,95			

RPDA ve BD programlarındaki öğrencilerin yaşanılan yer değişkeni açısından iletişim becerileri seviyelerinin karşılaştırılması için yapılan t-testi sonucunda, anlamlı bir fark bulunmuştur ($t(428) = -4,083$, $p=0,000$, $p<0,05$). Kentsel alanda ($X=94,75$) yaşayan öğrencilerin kırsal alanda ($X=88,27$) yaşayanlara göre iletişim becerileri seviyeleri daha yüksektir.

Bölüm 5

TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmanın bulguları araştırma problemlerinin sırasına göre ele alınmıştır. Araştırmada sonuçları çerçevesinde yapılan tartışmalara yer verilmiştir. Araştırmada, RPDA ve BD öğrencilerinin öznel iyi oluş seviyelerinin iletişim becerileri açısından eğitim gördükleri lisans programı, cinsiyet, sınıf, algılanan anne davranış tipi, algılanan baba davranış tipi ve yaşanılan yer gibi değişkenler tarafından incelenmiştir.

5.1 RPDA Ve BD Öğrencileri, Eğitim Gördükleri Lisans Programı Değişkeni ile Öznel İyi Oluş Seviyelerinin Karşılaştırılması

Yapılan bu araştırmanın örneklem grubundaki RPDA lisans programında gerek alınan dersler gerekse uygulamalar kapsamında BD lisans programına göre anlamlı farklılık göstereceği düşünülmüştür. Bazı araştırmalarda tespit edilen bulguların lisans programı değişkeni ile öznel iyi oluş seviyeleri arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Bunlardan bazıları, Gündoğdu ve Yavuzer'in (2012) araştırmasında öğrencilerin Eğitim Fakültesi'ndeki lisans programları (İngilizce, matematik, fen bilgisi, sosyal bilgiler, sınıf öğretmenliği ve RPDA) ile öznel iyi oluş puanları üzerinde anlamlı farkın olduğu bulunmuştur. Dahası ise Duman'ın (2016) elde ettiği sonuçlara göre öğrencilerin okuduğu lisans programları (sosyoloji, hukuk ve psikoloji) ile öznel iyi oluş puanları arasında anlamlı fark tespit edilmiştir. Bulgulardaki verilere göre psikoloji lisans programında okuyan öğrencilerin diğer

lisans programlarında okuyanlara göre öznel iyi oluş seviyelerinin daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Diğer yandan, Yavuz-Güler ve İşmen-Gazioğlu'nun (2008) yaptıkları araştırma bulguları sonucunda RPDA, İletişim Fakültesi ve Mühendislik Fakültesi'ndeki lisans programları ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farklılığın bulunmadığı, yapılan araştırmanın bulguları ile paralellik göstermiştir.

Öznel iyi oluş kuramlarından Akış Kuram'ına göre meslek hayatına yakın olan psikolojik danışmanlar ve beslenme uzmanlarının aldıkları eğitim göz önünde bulundurulduğunda, edindikleri beceriler ile etkinlikler arasında olumlu ilişkinin olacağı düşünülmektedir. Dolayısıyla yardım mesleklerinde çalışanların performanslarının öznel iyi oluşu olumlu yönde etkileyebilir. Ek olarak, Amaç Kuramı ışığında yapılan araştırmaya göre yardım mesleklerinde çalışanların, danışanları için oluşturacakları eylem planlarını yönetebilmeleri açısından kuramın önemi ortaya çıkmaktadır.

5.2 RPDA ve BD Lisans Programlarındaki Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni Açısından Öznel İyi Oluş Seviyelerinin Karşılaştırılması

RPDA ve BD lisans programları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı farklılığın tespit edilmeyeceği düşünülmüştür. Bu kanıya paralel olarak tespit edilen benzer araştırma bulguları literatürde yer almaktadır. Bunlardan bazıları; üniversite öğrencileri, lise öğrencileri ve yetişkinlerle ilgili yapılan araştırmalar şu şekildedir:

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmaların bazılarında cinsiyet değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farklılığın bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Cenkseven (2004), Cihangir-Çankaya (2005), araştırmalarında öznel iyi oluş ve cinsiyet arasında bir ilişkinin olmadığı belirlenmiştir (Cenkseven, 2004; Cihangir-Çankaya,2005; Dost-Tuzgöl, 2006; Saygın, 2008; Kermen, 2013; Bushi,

2016). Diğer yandan lise öğrencileriyle ilgili öznel iyi oluş araştırmaları literatürde yer almaktadır. Özen, 2005; Çelik, 2008; Eryılmaz ve Atak, 2011; Eryılmaz ve Aypay, 2011; Kartal, 2013; Güney, 2017). Yetişkinlerle yapılan bir takım araştırmalarda ise öznel iyi oluş seviyeleri ile cinsiyet faktörü arasında anlamlı bir farklılığın bulunmadığı tespit edilmiştir (Balcı, 2011; Luhmann, 2010; Sancaktar, 2016).

Araştırmanın bulguları ile örtüşen anlamlı farklılığın ortaya konulduğu çalışmalar literatürde yer almaktadır. Üniversite öğrencileri ve lise öğrencileri ile çalışanlarla ilgili yapılan araştırma bulguları ise şu şekildedir:

Üniversite öğrencileri ile ilgili yapılan bazı araştırmalarda cinsiyet değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farklılık saptanmıştır (Sarı, 2003; İlhan, 2005; Cenkseven ve Akbaş, 2007; Eryılmaz ve Ercan, 2011; Duman, 2016). Gündoğdu ve Yavuzer'in (2012) araştırmasında İngilizce, matematik, fen bilgisi, sosyal bilgiler, sınıf öğretmenliği ve RPDA programındaki öğrencilerin cinsiyet değişkeni ile öznel iyi oluş seviyeleri arasında anlamlı farklılığın olduğu belirtilmiştir.

Lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda cinsiyet değişkeninin öznel iyi oluşu yordadığı saptanmıştır. Saföz-Güven'in (2008) çalışmasında fen ve genel lise öğrencilerinin cinsiyetleri öznel iyi oluş düzeylerini etkilediği belirtilmiştir. Ayrıca Derin (2013) tarafından yapılan araştırmada lise öğrencilerinin cinsiyet faktörü, öznel iyi oluşu yordadığı tespit edilmiştir.

Çalışanlar ile ilgili yapılan araştırmalarda ilgili literatürde yer almaktadır ve çalışan evli çiftlerin cinsiyet faktörü ile öznel iyi oluş arasında farklılık göstermiştir (Gröpel ve Kuhl, 2009). Ayrıca kızların öznel iyi oluş seviyelerinin yüksek olduğu bazı araştırmalarda yer almaktadır. Yapılan araştırmalarda kızların öznel iyi oluş

seviyelerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Aşağıda yer alan üniversite ve lise öğrencileriyle yapılan araştırmaların bulguları ise şu şekildedir:

Üniversite öğrencileri ile ilgili Doğan ve Yıldırım (2006), Dost (2007) ve Reisoğlu (2014) tarafından yapılan araştırmalarda kızlar erkeklere göre daha yüksek seviyede çıkmıştır. Lise öğrencileri ile ilgili literatürde yapılan araştırmalar yer almaktadır. Fujita, Diener ve Sandvik (1991) ve Sezer (2011) tarafından yapılan araştırmalarda lisede okuyan kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek öznel iyi oluş seviyesine sahip olduğu saptanmıştır. Ayrıca ortaokul öğrencileri için yapılan araştırmalar da bulunmaktadır. Nigar'ın (2014) araştırmasında ortaokuldaki kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek öznel iyi oluşa sahip olduğu saptanmıştır. Bunun yanında bazı araştırmalarda erkeklerin öznel iyi oluş seviyesi kızlara göre daha yüksektir (Lucas ve Gohm, 2000; Saföz-Güven, 2008; Saygın, 2008; Eryılmaz ve Ercan; 2011; Derin, 2013).

Sosyal Rol Kuramı'na göre, cinsiyet farklılıkları toplumsal roller tarafından şekillenmektedir. Her iki cinsiyetinde varoluşsal ve gelişimsel açılardan birbirlerine bağlı olmalarına rağmen toplumdaki statüleri bakımından farklılıklara sahiptir. Kızların, erkeklere göre öznel iyi oluş seviyelerinin sınıf değişkenine göre daha yüksek seviyede olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin kızlara göre daha yüksek statülere sahip olduğu belirtilmesi üzere elde edilen bulgulara göre kalıplaşmış yargıların kırılmasına neden olmuştur.

5.3 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Sınıf Değişkeni Açısından Öznel İyi Oluş Seviyelerinin İncelenmesi

Yapılan araştırma için sınıf değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farklılığın saptanacağı düşünülmüştür. Son sınıftaki öğrencilerin öznel iyi oluş seviyelerinin 3. sınıf öğrencilere göre daha yüksek olacağı beklenilmiştir. Bu düşünceye uygun araştırmalar literatürde yer almaktadır:

Sınıf değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farkın bulunduğu araştırmalardan İlhan (2005) ve Saygın (2008) tarafından yapılan araştırmada üniversitede öğrenim gören 1-4. sınıf arasındaki öğrencilerin sınıf değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı ilişkinin olduğunu belirtilmiştir. Bunun yanında Canbay'ın (2010) araştırmasında 9. 10. ve 11. Sınıftaki lise öğrencilerinin sınıf değişkeninin öznel iyi oluşu yordadığı bulunmuştur. Ayrıca Gülcan (2014) tarafından yürütülmüş olan araştırmada genç yetişkinler açısından sınıf değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farkın olduğu saptanmıştır.

Araştırmanın bulguları ışığına paralellik gösteren birtakım araştırmalar yer almaktadır. Güngör'ün (1989) çalışmasında lise 1. ve 3. sınıf öğrencileri, Uyanık (2000) ise lise 1. 2. ve 3. sınıflara, Derin'in (2013) ve Kartal (2013) çalışmalarında tüm lise sınıflarında uygulanmış ve elde edilen bulgular ışığında lise öğrencilerinin sınıf değişkeni ile öznel iyi oluşu arasında anlamlı farklılık göstermediği literatür kapsamında yer verilmiştir.

Bunun yanında üniversite öğrencileriyle ilgili Yavuz'un (2006) çalışmasında 1. ve 4. sınıftaki öğrenciler, Bushi (2016), Duman (2016) ve Turp'un (2017) çalışmalarında belirlenmiş olan programlarda öğrenim gören 1. 2. 3. ve 4. sınıftaki öğrencilere yer verilmiştir. Üniversite öğrencilerinin sınıfları ile öznel iyi oluşun ilişkisi olmadığı yapılan bu araştırmanın bulgularıyla örtüşmektedir.

Öznel iyi oluş kuramlarından Ereksel Kuram için bu bağlamda araştırmanın örneklem grubunu oluşturan 3. ve 4. sınıf psikolojik danışmanlar ile beslenme uzmanlarının mesleki hayata yakın olmasıyla beraber hedeflerine ulaşmaları adına öznel iyi oluş seviyelerinin artacağı düşünülmektedir. Özellikle son sınıftaki öğrencilerin amaçlarına uygun plan yapabilme, problemlerle başa çıkma becerilerine sahip olması açısından kuramın önemli rolü vardır. Öznel iyi oluş kuramlarından Etkinlik Kuramı'na göre mesleki hayata yakın olan örneklem grubunun amaç belirlemesi ve etkinlikleri yönetmesi, yaşam doyumlarını arttıracak gibi gerek danışman-danışan, danışman-hasta ilişkilerinde gerekse kişisel hayatlarında elde edecekleri doyum seviyesini arttıracak ifade edilebilir.

5.4 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Algılanan Anne ve Baba Davranış Tipi Değişkeni ile Öznel İyi Oluş Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmanın bulgularına göre, anne baba davranış tipleri ile öznel iyi oluş arasında anlamlı ilişkinin olacağı düşünülmüştür. Benzer bulgulara sahip araştırmalar literatürde yer almaktadır. Bunlar; Dost (2004), Şahin (2011) ve Türkmen'in (2011) yaptığı araştırmalara göre üniversitedeki öğrenciler için algılanan anne-baba davranış tipleri ile öznel iyi oluş arasında anlamlı farkın bulunduğu saptanmıştır. Ayrıca Corsano, Majorano ve Champretavy (2006) ve Liem, Cavell ve Lustig (2010) yetişkin ve genç yetişkinlerle ilgili yürütülen araştırmalarda da benzer sonuca ulaşmışlardır. Algılanan anne-baba davranış tiplerinin öznel iyi oluşu etkilediği sonucuna varılmıştır.

Eryılmaz (2012) ve Güney (2017) ise ergenler ile ilgili algılanan anne-baba davranış tiplerinin öznel iyi oluşu yordadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Eryılmaz (2012) ergenlerin, anne-babaları gibi çevrelerinde yer alan kişilerle kurdukları sağlıklı

ilişkiler onların sağlıklı gelişmeleri için önemli olduğunu ifade etmiştir. Ergenler, anne-babaları ile kurdukları sağlıklı ilişkiler sayesinde öznel açıdan kendilerini daha iyi hissetmektedirler.

Kağıtçıbaşı, Sunar ve Bekman (2001) yaptıkları çalışmada özellikle anne davranış tiplerinin uzun süreli olarak çocuğun hayatına etkisinin olduğunu açıklamışlardır. Diğer yandan Videon (2005) ise anne ve babaların çocukları üzerinde etkisinin aynı derecede olduğunu söylemiştir.

Ayrıca Canbay (2010) ve Park (2004) tarafından yapılan araştırma bulgularına göre öznel iyi oluş ile algılanan anne baba davranış tipleri arasında önemli farklılığın olduğunu, sosyal beceri ve ilişkilerin gelişmesinin aile tutum ve davranışlarıyla ilgili olduğu belirtilmiştir. Bu bağlamda öznel iyi oluş ile anne baba davranış tipleri arasında ilişkinin olduğu, özellikle destekleyici anne-babaya sahip olmak kişilerde ilişkisel ve öznel boyutta doyum almayı sağlamakta olduğu açıklanmıştır. Anne ve babanın, kişinin erken gelişim dönemlerinden itibaren sergiledikleri yetiştirme davranışlarının yetişkinlikte mutluluk düzeylerini yordadığını belirtmişlerdir.

Bağlanma Kuramı'na göre birincil bakım veren kişi ile yeni doğan arasındaki ilişkinin kişiliğin gelişmesi açısından önemli olduğu vurgulanmaktadır. Bundan dolayı anne-baba davranış tipleri kişinin öznel olarak iyi oluş seviyesini etkilemekle beraber sadece bebeklik döneminde olmayıp, yetişkinlik döneminde de kurulan ilişkilerde kendisini göstermektedir. Yardım mesleklerinden olan psikolojik danışmanlar ve beslenme uzmanları açısından ele alındığında, anne-baba davranış tipleri, tutumları onların danışanlarına-hastalarına karşı olan yaklaşımlarını belirleyebilmektedir. Bu noktada gerek ilişkiler gerek kişisel durumlar açısından kuramın önemi oldukça büyüktür.

5.5 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Yaşanılan Yer Değişkeni Açısından Öznel İyi Oluş Seviyelerinin Karşılaştırılması

Araştırmada yaşanılan yer değişkeni ile öznel iyi oluş arasında anlamlı ilişkinin olduğu düşünülmüştür. Özellikle kentsel alanda yaşayan öğrencilerin kırsal alanda yaşayanlara göre öznel iyi oluş seviyelerinin daha yüksek olacağı beklenmiştir. Elde edilen bulgular ışığında benzer özelliklere sahip olunmuştur. Bazı araştırma bulgularına göre öznel iyi oluş ile yaşanılan yer değişkeni arasında anlamlı bir farkın bulunmadığı tespit edilmiştir.

Şahin (2011) ve Turp'un (2017) üniversite öğrencileri üzerinde yürütülen araştırmalarında yaşanılan yerin öznel iyi oluşu yordamadığını belirtmişlerdir. Yapılan bu araştırma bulguları açısından kişilerin yetiştikleri çevre, büyüdükleri yer değişkeni ile öznel iyi oluş arasında farklılığın olmaması, değişim göstermemesi bu araştırmanın bulguları ile farklılık göstermiştir.

Sosyal Öğrenme Kuramı'na göre davranışların öğrenilmesinde mekânın önemi üstünde durulmuştur. Çevresel faktörlerin, etkileşimleri etkilemekte olup ilişkilere yön vermesi ile beraber araştırmaların bulguları ışığında psikolojik danışmanlık ve beslenme uzmanlığı programındaki öğrencilerin yaşadıkları yer ile öznel iyi oluşları arasında anlamlı farklılığın olması kuram ile paralellik göstermektedir.

5.6 Öznel İyi Oluş Seviyeleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırma bulgularına göre öznel iyi oluş ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkinin olacağı beklenilmiştir. Bu bağlamda öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerileri arasında doğrudan ilişki olacağı, iletişim becerileri

düzeyi arttığında öznel iyi oluşun da artacağı düşünülmüştür. Diğer yandan öznel iyi oluş düzeyi arttığında iletişim becerileri yansıtacağı ve artacağı beklenilmiştir.

Kartal (2013) tarafından lise öğrencileri ile yapılan benzer araştırma bulguları ile yapılan bu çalışmanın bulguları arasında paralellik göstermektedir. Eryılmaz'ın (2012) ergenlerle ilgili yaptığı çalışma bulgularına göre öznel iyi oluş seviyesinin kişilerin çevreleriyle olan iletişimleriyle ilgili araştırmanın bulgularıyla, yapılan bu araştırma bulguları birbirini destekler niteliktedir.

Ereksel Kuram'a göre amaçlarına yönelik plan yapan kişilerin, öznel iyi oluş seviyelerinin yüksek olduğu belirtilmiştir. Plan yapma ve anlama yetisinin gelişmesine katkı sağlamaktadır. Bunun yanında çeşitli problemlerle mücadele etme ve problemin yaşandığı süre zarfında iyi olma halini sürdürmeyi sağlamak açısından önemlidir. Bu noktada yardım mesleklerindeki kişilerin amaçlarına yönelik plan yapmaları ve bunları yönetmeleri, olası problemlerle başa çıkma açısından iletişim becerilerini kullanmanın büyük önemi vardır. Bu kurama göre öznel iyi oluş ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişki vardır. Diğer taraftan Akış Kuramı'na göre ise yapılan etkinlik ile beceri düzeyleri örtüştüğünde, kişi etkinliği yapmaktan zevk almaktadır. İletişim becerilerini sağlıklı kullanabilen yardım mesleklerindeki kişilerin ilişkilerinden zevk alacağı önümüze çıkmaktadır.

5.7 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Eğitim Gördükleri Lisans Programı Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin Karşılaştırılması

Bu araştırma bulgularına paralel olarak iletişim becerileri ile program arasında anlamlı farklılığın olmadığı bazı araştırmalar yer almaktadır. Özer (2011) tarafından yapılan araştırmada İletişim, Fen-Edebiyat, Su Ürünleri, Eğitim, Veterinerlik ve Mühendislik fakültelerindeki programlarda öğrenim gören üniversite

öğrencilerine uygulanmıştır. Ayrıca Ülker'in (2016) araştırmasında Bilgisayar Programcılığı, Moda Tasarımı, Bankacılık ve Sigortacılık, Spor Yönetimi, İş Yönetimi, Mobil Teknolojiler ve Çocuk Gelişimi meslek yüksekokulu öğrencilerine uygulanmış olup yapılan bu araştırmanın bulgularıyla ortak sonuçlara sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Diğer yandan iletişim becerileri ile program değişkeni arasında anlamlı farklılığın tespit edildiği araştırmalar da bulunmaktadır. Üniversite öğrencilerine uygulanan bazı araştırmalar ele alınmıştır. Toy (2007) Mühendislik ve Hukuk programındaki öğrencilere, Dilekmen, Başcı ve Bektaş (2008); Gülbahçe (2010) Eğitim Bilimleri, Beden Eğitimi, Matematik, Coğrafya, Türkçe Öğretmenliğinde öğrenim gören öğrencilere, Ekşi (2012) Halkla İlişkiler ve RPDA öğrencilere ve Arabul (2017) lisans ve yüksek lisans öğrencilere uygulamıştır. Yapılan araştırmanın sonuçlarına göre program değişkeni ile iletişim becerileri arasında anlamlı fark bulunmuştur.

Sosyal Öğrenme Kuramı ışığında RPDA ve BD programı öğrencilerinin, programa ilk başladıkları zamandaki bilgi ve tecrübelerine göre meslek hayatına yakın oldukları bu süreçte elde ettikleri kazanımları arasında oldukça farklılıklar vardır. Lisans eğitimleri kapsamında öğrenilen teorik bilgiler ile uygulama alanında yapılan etkinlikler açısından tecrübelerinin arttığı ve mesleki hayatla beraber artacağı söylenebilmektedir.

5.8 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Cinsiyet Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin Karşılaştırılması

Yapılan araştırmada cinsiyet değişkeni ile iletişim becerileri arasında ilişkinin olacağı düşünülmüştür. Özellikle kız öğrencilerin erkeklere göre iletişim beceri düzeylerinin daha fazla olması elde edilen bulgular ile paralellik göstermiştir.

Araştırmalar sonucunda farklı bulguların ortaya konulması cinsiyet değişkeninin iletişim becerilerini yordamayıp, aralarında anlamlı farklılığın bulunmadığı araştırmalar da literatürde yer almaktadır. Erözkan (2007) ve Yiğit (2015) tarafından yapılan ergenlerin cinsiyet değişkenleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkide anlamlı farklılığın bulunmadığı saptanmıştır. Bunun akabinde Kaşgarlı (2014) ise ilköğretim öğrencilerinin de cinsiyet faktörleri ile iletişim becerileri seviyesi arasında bir ilişkinin olmadığını belirtmiştir. Ayrıca Williams (2005), Yılmaz (2007) ve Park, Phyoo, Jang, Kang, Myung, Shin, Lee, Shin (2010) üniversite öğrencilerinin de cinsiyet faktörleri ile iletişim becerileri seviyesi arasında bir ilişkinin olmadığını saptanmıştır. Diğer yandan Mersin, Öksüz ve Demiralp (2015), Casiadi (2017), Ceylan (2017) ve Özer (2017) ise çalışan yetişkinlerin cinsiyetlerinin iletişim becerilerini yordamadığını gösteren araştırmalardan bazılarıdır.

Cinsiyet değişkeni ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkinin olduğunu ortaya koyan araştırmalar yer almaktadır. Lise öğrencileri ile yapılan araştırmalarda cinsiyet ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkiler literatürde bulunmaktadır (Altıntaş, 2006; Gölönü ve Karcı, 2010; Eroğlu-Akın, 2011; elik, 2014; Yetişkin, 2016). Bunun yanında üniversite öğrencilerinde uygulanan araştırmaların bulguları ışığında cinsiyet değişkeni ile iletişim becerilerinin birbirini yordamadığı saptanmıştır (Toy, 2007; Özer, 2011; Aydın, 2012; Özşaker, 2013; Bugay ve Korkut-Owen, 2016; Ülker, 2016). Ayrıca yapılan bu araştırmanın bulgularıyla, yetişkinlerle yürütölen cinsiyet değişkeni ile iletişim becerilerini ele alan çalışmanın bulgularıyla aynı yönde olan araştırmalarda literatürde yer almaktadır (Korkut, 2005; Gaskar ve Özyazıcıoğlu, 2014). Yıldız ve Duy (2013) ise genç yetişkin dönemindeki kişilerle

yürüttüğü araştırmasında cinsiyet ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Çoğu araştırma bulgusunda elde edilen ve yapılan bu çalışma bulgularıyla aynı doğrultuda olan kızların erkeklere göre iletişim becerileri seviyelerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır (Korkut, 1996; Kılıcıgil, Bilir, Özdiñç, Eroğlu ve Eroğlu, 2009; Gölönü ve Karcı, 2010; Özşaker, 2013; Korkut-Owen ve Bugay, 2014). Bunun yanında erkeklerin iletişim becerileri seviyelerinin yüksek bulunduğu araştırmalarda vardır (Aydın, 2012; Karataş, 2015; Arabul, 2017).

Sosyal Rol Kuramı'na göre yapılan bu araştırmayanın bulguları ışığında psikolojik danışmanlar ve beslenme uzmanlarının cinsiyetleri iletişim becerileriyle arasında anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca erkeklerin kadınlardan daha yüksek nitelikteki rollere sahip olduğu ve farklı statülerde olmasının nedenini kalıplaşmış yargılardan kaynaklandığını belirtilmiştir. Yapılan araştırma kapsamındaki önemli iki yardım mesleklerinden, psikoloji ve beslenme uzmanlarının cinsiyetlerinin kadın olması belirlenmiş kalıplaşmış yargılar ile örtüşmediği ortaya çıkmaktadır.

5.9 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Sınıf Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin İncelenmesi

Yapılan araştırmada sınıf değişkeni ile iletişim becerileri arasında ilişkinin olacağı düşünölmüştür. Özellikle son sınıf öğrencilerin aldıkları eğitim ve stajlar sayesiyle iletişim becerilerini daha iyi kullanacağı düşünölmüştür. Bu bağlamda elde edilen bulgular ile farklılık göstermiştir.

Araştırma bulgusundaki sonuç, sınıf değişkeniyle iletişim becerileri seviyeleri arasında anlamlı bir farkın olmadığı tespit edilmiştir. Ortak noktada olan araştırmalar, çıkan bulguları destekleyici niteliktedir. Erözkan (2007) tarafından

yapılan araştırmanın bulgularına göre 1. 2. 3. ve 4. sınıf üniversite öğrencilerinin iletişim becerileriyle arasında anlamlı farkın olmadığı tespit edilmiştir. Buna ek olarak; Dilekmen, Başcı, Bektaş (2008), Tepeköylü, Soytürk, Çamlıyer (2009) ve Kadalak-Dölek (2015) üniversite öğrencilerinin sınıf ile iletişim becerileri seviyesine etki etmediği yaptıkları araştırmalar tarafından desteklenmektedir. Bıyık (2016) ve Ülker (2016) araştırma bulguları meslek yüksekokulu öğrencilerinin sınıf değişkenleri ile iletişim becerileri arasında bir ilişkinin olmadığı belirtilmiştir.

Fakat sınıf değişkeni ile iletişim becerileri arasında anlamlı farkın bulunduğu araştırmalarda mevcuttur (Gölönü ve Karcı, 2010; Gülbahçe, 2010; Aydın, 2012; Karataş, 2015).

Akış Kuramı'na göre elde edilen araştırma bulguları arasında kişilerin sahip olduğu beceriler örtüştüğünde, kişilerin etkinliği yapmaktan zevk alacağı belirtilmiştir. Bu noktada kişilerin becerileri sağlıklı şekilde kullanabilmeleri mutluluklarını arttıracaktır. Yardım mesleklerindeki kişilerin iletişim becerilerini sağlıklı kullanabilmeleri onların olumlu ilişkiler kurmalarını sağlayacak ve ilişkilerden doyum sağlayacağı düşünülmektedir. Amaç Kuramı'nda kişilerin amaçlarına uygun eylem planı oluşturulması mutlu olmalarını sağlamaktadır. Bunun sonunda yaşam doyum seviyeleri artmaktadır. Amaçlara ulaşamadığında olumsuz duygular yaşanmaktadır. İletişim becerilerine sahip olmaları ve uygun eylem planları oluşturmanın yardım mesleklerindeki kişilerin doyum seviyelerini arttırabilir.

5.10 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Algılanan Anne ve Baba Davranış Tipi Değişkeni ile İletişim Becerileri Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan bu araştırmada algılanan anne baba davranış tipi değişkeni ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkinin olacağı düşünülmüştür. Gelişimsel süreç

ele alındığında anne baba davranış tipi kişiliğin gelişmesinde önemli bir yordayıcı olduğundan dolayı, iletişim becerilerinin gelişmesinde de önemli role sahip olduğu ve bulgularla paralellik gösterdiği ortaya çıkmıştır.

Yapılan çoğu araştırma, bulguyu desteklemektedir. Bunlardan bazıları; ergenlerin algılanan anne-baba davranış tipleri ile iletişim becerileri üstünde yaptığı Korap'ın (2013) araştırma bulgularıyla yapılan bu araştırma bulguları arasında tutarlılık göstermiştir. Ayrıca Elkatmış ve Ünal (2014) sınıf öğretmenleri adaylarının algılanan anne-baba davranış tiplerinin iletişim becerileriyle ilgili olduğu sonucu bulgular tarafından desteklenmiştir.

Öte yandan bulguyu desteklemeyen; algılanan anne-baba davranış tipi ile iletişim becerileri arasında anlamlı ilişkinin saptanmadığı araştırmalarda yer almaktadır. Ergenlerle ilgili yapılan araştırma bulgularına göre algılanan anne-baba davranış tipinin iletişim becerilerini yordamadığı saptanmıştır (Aktuğ, 2010; Kanak ve Pekdoğan, 2012). Bunun yanında Kadalak-Dölek (2015) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin algılanan anne-baba davranış tipleri ve tutumlarının iletişim becerilerini etkilemediği literatürde yer almaktadır.

Bağlanma Kuram'ına göre yapılan araştırmanın örneklem grubunda yer alan psikolojik danışman ve beslenme uzmanlarının danışma ilişkisindeki güven olgusunun oluşumunun önemi büyüktür. Bebeklik döneminde birincil bakım veren kişi ile oluşan güven duygusuna bağlı olarak ortaya çıkan bağı temsil etse de bebeklik sürecindeki bağlanma, kişinin gelecekteki ikili ilişkilerini, sosyal ve kişisel ilişkileri üzerinde rol oynamaktadır. Sosyal ilişkilerin temelini oluşturma ve gelecek açısından kurulan bağı önemi ortaya konulmuştur. Yapılan araştırmanın değişkenlerinden algılanan anne-baba davranış tipleri açısından iletişim becerileriyle arasında anlamlı farklılık vardır. Bu bağlamda kuram ile araştırma bulguları

örtüşmektedir. Özellikle algılanan anne davranış tiplerinden ‘hoşgörülü ve güven verici’, RPDA ve BD programı öğrencileri tarafından en çok cevap verilen algılanan anne davranış tipidir. Aynı şekilde ‘hoşgörülü ve güven verici’ algılanan baba davranış tipinin puanının en yüksek olduğu algılanan davranış tipi olarak önümüze çıkmaktadır.

5.11 RPDA ve BD Programlarındaki Öğrencilerin Yaşanılan Yer Değişkeni Açısından İletişim Becerileri Seviyelerinin Karşılaştırılması

Yapılan bu araştırmada yaşanılan yer değişkeni ile iletişim becerileri arasında ilişkinin olacağı beklenilmiştir. Özellikle kentsel alanda yaşayan öğrencilerin kırsal alanda yaşayanlara göre daha sosyal ve girişimci olabileceği gibi iletişim becerileri düzeylerinin de yüksek olacağı düşünülmüştür.

Literatürde benzer bulgulara sahip araştırmalarda yer almaktadır. Örneğin; Arabul’un (2017) araştırmasında lisans ve yüksek lisans öğrencilerinin yaşanılan yer değişkeni açısından iletişim becerileriyle aralarında anlamlı farkın tespit edildiği saptanmıştır. Diğer yandan farklı bulguya sahip araştırmalarda vardır. Üniversite öğrencilerinin yaşanılan yer ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir farkın olmadığını belirten araştırmalar literatürde yer almaktadır (Williams, 2005; Özer, 2011).

Sosyal Öğrenme Kuramı’na göre kişilerin sosyalleşerek öğrenme süreci içine girmesi ve hayatlarını öğrenmelerinin sonucunda biçimlendirdiği üstünde durulmuştur. İletişim becerilerinin kazanımı hayatın her aşamasında olduğu ve gözlem kadar tecrübelerle de öğrenmenin devam edeceğini belirtmiştir. Bu noktada kişilerin öğrendikleri iletişim becerileri bu olgunun sürekliliğini sağlaması açısından kilit noktadır.

Bölüm 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, çalışma sonuçları ve bu sonuçlar ışığında çeşitli öneriler ele alınmıştır.

6.1 Sonuç

İletişim ve iletişim becerileri kavramı geçmişten günümüze kadar araştırılan ve araştırma konusu olma güncelliğini sürdürmektedir. Diğer yandan ise günlük yaşamda kullanılan ‘mutluluk’ kavramının psikolojide ki karşılığı olan öznel iyi oluş kavramı da araştırmalar kapsamında güncelliğini son zamanlarda arttıran konu durumundadır. Bu iki programın seçilmesindeki amaca bağlı olarak öznel iyi oluş ve iletişim becerilerinin yardım mesleklerinde önemli role sahip olduğu detaylı şekilde incelenmiştir. Ayrıca KKTC’de bu konuda yapılan araştırmanın olmaması, elde edilen bulgular ışığında gerek eğitim gerekse sağlık alanında uygulamaya katkı koyması ve eksikliklerin giderilmesini amaçlamıştır.

Çalışma geneli kapsamında problem olarak belirlenen DAÜ’de RPDA ve BD programlarındaki öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerilerinin program, cinsiyet, sınıf, algılanan anne davranış tipi, algılanan baba davranış tipi ve yaşanan yer gibi değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği araştırılmıştır.

Araştırma bulguları ışığında öznel iyi oluş ve iletişim becerileriyle ilgili problem ve alt problemlere ilişkin verilerin betimsel istatistik analizleri; Kişisel Bilgi Formu, Öznel İyi Oluş Ölçeği ve İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Veri analizi ve yorumu için Pearson

korelasyon, t-test, Spearman ve Kruskal Wallis H-testi analizlerinden yararlanılmıştır. Öncelikle öznel iyi oluş ve iletişim becerileri arasındaki ilişki için Pearson korelasyonu, programlar arasında öznel iyi oluş ve iletişim becerileri analizi için Spearman, iletişim becerileri ile öznel iyi oluş düzeyleri puanlarının yordanmasında anlamlı farkın olup olmadığını bulmak için t-test (cinsiyet, program ve sınıf değişkenleri) ve Kruskal Wallis H-testi (algılanan anne ve baba davranış tipi, yaşanılan yer değişkenleri) analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın alt problemlerinin bulguları ışığında göre çıkan sonuçlar şu şekildedir: DAÜ’de öğrenim gören toplam 430 RPDA ve BD öğrencilerinin katılımıyla oluşmuştur. 249 kadın, 181 erkek olmak üzere toplam 430 kişi katılmıştır. Araştırmaya katılan RPDA’de okuyan 115 kadın, 121 erkek varken BD’den 134 kadın, 60 erkek yer almaktadır.

Toplam 236 RPDA öğrencisi ve 194 BD öğrencisi oluşturmaktadır. Sınıf değişkeninde ise 3. sınıfta öğrenim gören 246 öğrenci varken, 184 kişi ise 4. sınıfta yer aldığı saptanmıştır.

Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin öznel iyi oluş seviyeleri ile iletişim becerileri arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öznel iyi oluş ile program, sınıf ve algılanan anne davranış tipi değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Fakat öznel iyi oluş ile cinsiyet, algılanan baba davranış tipi ve yaşanılan yer arasında anlamlı farklılık elde edilmiştir. Diğer yandan ise iletişim becerileri ile cinsiyet, algılanan anne-baba davranış tipi ve yaşanılan yer değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur. Diğer yandan iletişim becerileri ile program ve sınıf değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Öznel iyi olma durumunun psikolojik danışmanlık açısından önemi oldukça büyüktür. Öznel iyi oluşun mesleğe olumlu katkısı ise, hem doyum alan kitle bu

meslek grubu hem de yardım alacak grupla sağlıklı ilişkiler yürütülebileceğidir. Ayrıca sosyal ilişkilerinde kişinin “öznel iyi olma” durumunu etkilemekte olduğu düşünülür. Sosyal ilişkilerde kişi sağlıklı model oluşturduğunda, öznel iyi oluşunu da etkileyeceği ifade edilir. Diğer yardım meslek grubunda yer alan beslenme uzmanları açısından ise öznel iyi olma halinin danışanlara karşı olumlu yansıması gerek bireysel gerekse mesleki anlamda olumlu sonuçların elde edilmesini sağlayabilmektedir. İletişim becerilerinin etkili kullanılması sonucunda sağlıklı bir danışma süreci gerçekleştirilebilmektedir.

Mesleklerin genelinde, başarı ve doyum sağlanması için temel düzeyde de olsa kişinin kendini ifade etmesi, karşı tarafı doğru anlayabilmesi gibi iletişim becerilerine gerek duyulmaktadır. Özellikle sosyal ilişkilerin ön planda olduğu işlerde yüksek düzeyde iletişim becerilerine sahip olmak büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda yardım mesleklerinden olan RPDA ve BD açısından ele alındığında ise danışmanların öznel iyi oluş seviyelerinin yüksek olması hizmet sunulurken bu alanlarda problem yaşama durumunu asgari düzeye indirme, müdahale etme ve sağlıklı işlevsel bir iletişim ve ilişki kurmaya fayda sağlayacağı düşünülür. Ayrıca etkili iletişim becerilerini kullanarak danışma sürecini daha verimli hale getirilmesinde önemli rol oynamaktadır.

6.2 Öneriler

Bu kısımda öneriler başlığı altında uygulamaya yönelik öneriler ve ileriki araştırmalara yönelik öneriler olarak toplanmıştır.

6.2.1 Uygulamaya Yönelik Öneriler

- Yardım mesleklerinde çalışanlar için özellikle öznel iyi oluş seviyeleri artırıcı programlar hazırlanması önerilir. Meslek odaları ve ilgili sendikalar

tarafından bu programlara yardım meslek çalışanların katılması gerek bireysel gerek mesleki açıdan yararlı olması için önerilir.

- Etkili iletişim becerilerine yönelik hazırlanan programlar ve hizmet içi kurslar MEB ve ilgili meslek odaları/dernekler aracılığı ile düzenlenebilir.
- Yardım meslekleri elemanlarının yetiştirildiği lisans/yüksek lisans programlarına yönelik ilgili alan öğretim üyelerinin derslerin ve müfredatın tekrar gözden geçirilerek konuyla ilgili ek seçmeli derslerin konulması konusunda Yükseköğretim Kurulu'na (YÖK) rapor yazılması önerilebilir.
- Üniversite genelinde başta yardım meslekleri olmak üzere iletişim becerilerini arttırıcı (bireysel, grup) etkinliklerinin sağlanması, üniversite tarafından iletişim ve iletişim becerileri ile ilgili sertifikalı seminer ve konferansların düzenlenmesi önerilir.
- İletişim becerileri eğitim programları bireylerle yapılabilir.
- Üniversite genelinde, sürekli eğitim merkezleri çerçevesinde gerek öznel iyi oluş, gerekse iletişim becerileri açısından kişisel gelişim seminerleri gerçekleştirilebilir.

6.2.2 İleriki Araştırmalara Yönelik Öneriler

- İleride yapılacak araştırmalar; diğer yardım meslek grupları, güvenlik ve kamu meslekler grupları gibi farklı alanlarda tercih edilebilir.
- İletişim becerileri ve öznel iyi oluş üzerine yapılacak bir diğer çalışmada, farklı yaş grupları karşılaştırmalı araştırmalar yapılabilir. Örnek olarak; ileri yetişkinlik, yaşlılık dönemi vb.
- İletişim becerileri ve öznel iyi oluş üzerine yapılacak bir diğer çalışmada, farklı kültürlere özgü değişkenlerin incelenmesi önerilebilir.

- İletişim becerileri ve öznel iyi oluş üzerine yapılacak bir diğer çalışmada, farklı değişkenlerin eklenmesi olabilir. Örneğin; maddi gelir, din, konuşulan diller, göçmenler.
- Yapılan araştırma betimsel içerikli ve nicel özellik taşımaktadır. İlerleyen zamanlarda nitel araştırma yöntemleriyle, değişkenler arasındaki ilişkilere bakılabilir veya karma araştırma yapılarak daha da zenginleştirilebilir.

KAYNAKLAR

- Abay, A. R., & Demir, S. A. (2014). *Belli Parametrelere Göre Kusaklararası Sosyal Degisme (Aile Degerleri Üzerine Bir Karsilastirma)/Intergenerational Social Change According to Specific Parameters (A Comparison of Family Values)*. Akademik İncelemeler Dergisi, 9(1), 125.
- Akpınar, M. (2016). *Okul Tükenmişliği ile Akademik Stres ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi.
- Aktuğ, G. (2010). *Çocuk eğitim evlerinde barındırılan ergenlerin iletişim ve sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Aktan, C. C. & Tunç, M. (1998). *Bilgi Toplumu ve Türkiye*. Yeni Türkiye Dergisi, 4(19), 118-134.
- Altıntaş, G. (2006). *Liseli ergenlerin kişilerarası iletişim becerileri ile akılcı olmayan inançları arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi.
- Arabul, E. (2017). *Kaygı durumları ile iletişim becerilerinin ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi.

- Aydın, E. (2012). *Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını değerlendirmeleri ile sosyal uyum ve iletişim becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Balcı, F. (2011). *Psikolojik ve öznel iyi olma hali ile dinî inançlar arasındaki ilişki üzerine bir inceleme*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi.
- Bandura, A. (1969). *Social-learning theory of identificatory processes*. Handbook of socialization theory and research, 213, 262.
- Barczak, G. (2015). *Publishing qualitative versus quantitative research*. Journal of Product Innovation Management, 32(5), 658-658.
- Başerer, Z. (2014). *Öğrencilerin İnterneti ve Sosyal Paylaşım Sitelerini Kullanma Durumlarına Göre İletişim Becerileri ve Öz Yeterlik Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi.
- Bekcan, S. (2015). *İletişim Becerileri, Motivasyon ve Sağlık Çalışanları*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- Bektaş, M. & Erdem, R. (2015). *Örgütlerde İnfomal İletişim Süreci: Kavramsal Bir Çerçeve*. Journal of Economics & Administrative Sciences/Afyon Kocatepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 17(1).

- Bıyık, Y. (2016). *Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Arasında Siber Mağduriyet, Kişisel Özellikler ve İletişim Becerileri İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Bingöl, G., & Demir, A. (2011). *Amasya Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerileri*. Göztepe Tıp Dergisi, 26(4), 152-159.
- Bugay, A. & Korkut-Owen, F. (2016). *İletişim Becerilerinin Yordayıcıları: Bilgi ve İletişim Teknolojilerinin Kullanımı, Benlik Saygısı, Dışa Dönüklük ve Cinsiyet*. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12(2).
- Bushi, B. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumu, Anksiyete ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- Büyükfiliz, B. (2016). *18-25 Yaş Arası Genç Yetişkinlerde Problemlili İnternet Kullanımı ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Canbay, H. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi.

- Casiadi, S. (2017). *Öğretmenlerin okul müdürlerinin iletişim becerileri ve çatışma yönetimi konusunda görüşleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Onsekiz Mart Üniversitesi.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi.
- Cenkseven, F., & Akbaş, T. (2007). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(27), 43-65.
- Ceylan, E. A. (2017). *Okul öncesi öğretmenlerinin çocuk sevmeye düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Aksaray Üniversitesi.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2005). *Öz Belirleme Modeli: Özerklik Desteği, İhtiyaç Doyumu ve İyi Olma*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi.
- Corsano, P., Majorano, M., & Champretavy, L. (2006). *Psychological well-being in adolescence: The contribution of interpersonal relations and experience of being alone*. *Adolescence*, 41(162), 341.
- Cote, S. (1999). *Affect and performance in organizational settings*. *Current directions in Psychological Science*, 8, 65-68.

Cüceloğlu, D. (2005). *Yeniden İnsan İnsana*. 34. Baskı, Remzi Kitabevi: İstanbul.

Çam, S. (2005). *Ders olarak iletişim becerileri eğitiminin sonuçları*. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 29(2), 26-37.

Çelik, Ş. (2004). *The effects of an attachment-oriented-psychoeducational-group-training on improving the preoccupied attachment styles of university students*. Doctoral dissertation. Middle East Technical University.

Çelik, Ş. (2008). *Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarının Duygusal Zeka Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi.

Çelik, M. E. (2014). *Ergenlerde internet sosyal iletişim ağlarının kullanımı, empati ve iletişim becerileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi.

Çetinkaya, Ö. & Alparslan, A. G. A. M. (2011). *Duygusal zekânın iletişim becerileri üzerine etkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma*. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 16(1).

Çevik, N. (2010). *Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Yordayan Bazı Değişkenler*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi. Ankara.

Çivitçi, A. (2012). *Üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler*. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21(2).

Çoştı, Y. (2009). *Toplumsallaşma Kavramı Üzerine Sosyolojik Bir Değerlendirme*. Dinbilimleri Journal, 9(3).

Çuhadar, C., Özgür, H., Akgün, F., & Gündüz, Ş. (2014). *Öğretmen Adaylarının İletişim Becerileri ve İletişimci Biçimleri*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 15(1).

Demir-Çelebi, Ç. (2014). *Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşları ile Ahlâkî Olgunluk Seviyeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi.

Derin, S. (2013). *Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş*. Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi.

Diener, E. (1984). *Subjective well-being*. Psychological Bulletin, 95, 542-575.

Diener, E. & Fujita, F. (1995). *Resources, personal strivings, and subjective well-being: a nomothetic and idiographic approach*. Journal of personality and social psychology, 68(5), 926.

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.

Diener, E. & Scollon, C. N. (2014). *The what, why, when, and how of teaching the science of subjective well-being*. Teaching of Psychology, 41(2), 175-183.

Dilekmen, M., Başcı, Z. ve Bektaş, F. (2008). *Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İletişim Becerileri*. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Cilt 12, Sayı 2, Erzurum 2008, s. 223-231.

Dilmaç, B. & Bozgeyikli, H. (2009). *A research on subjective well-being and decision making of teacher candidates*. Journal of Education Faculty, 11(1), 171-187.

Doğan, T. (2006). *Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin incelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 30(30).

Doğan, T. & Eryılmaz, A. (2013). *Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 33(33), 107-117.

Doğan, T., Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2014). *İşe Bağlılığın Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü: Akademisyenler Üzerine Bir Çalışma*. Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi Sayı: 33, s. 48-57.

Doğan, T. & Sapmaz, F. (2012). *Kişiler arası ilişki tarzları ve öznel iyi oluş*. Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 10(3).

- Doğan, T. & Yıldırım, İ. (2006). *Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin “arkadaşlık” ve “sevgi” boyutlarının incelenmesi*. Eurasian Journal of Educational Research, 24, 77-86.
- Dost, T.M. (2004). *Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi.
- Dost, M. (2005). “*Öznel İyi Oluş Ölçeği*” nin Geliştirilmesi: Geçerlilik Güvenilirlik Çalışması. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 3, (23), 103-111.
- Dost, T.M. (2006). “*Subjective Well- Being Among University Students*”, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, sayı, 31, ss.188-197.
- Dost, M. T. (2007). *Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22(2), 132-142.
- Dulin, A. M. (2007). *A lesson on social role theory: An example of human behavior in the social environment theory*. Advances in Social Work, 8(1), 104-112.
- Duman, S. (2016). *Üniversite Öğrencilerinde Öznel İyi Oluş ve Benlik Saygısının Stresle Başa Çıkma Tarzlarıyla İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.

- Dursun, P. (2012). *The role of meaning in life, optimism, hope, and coping styles in subjective well-being*. Unpublished Doctoral Dissertation. Middle East Technical University.
- Eagly, A. H. (2013). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. Psychology Press.
- Egan, G. (1994). *Psikolojik danışmaya giriş*. Akkoyun F. (Çev), Ankara: Form Ofset.
- Eker, Ö. (2016). *Lise Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılıkları ile Öznel İyi Oluşlarının İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi.
- Ekşi, F. (2012). *Kişilerarası ilişkiler: psikolojik danışmanlık ve halkla ilişkiler öğrencilerinin karşılaştırılması*. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(2).
- Elkatmış, M., & Ünal, E. (2014). *Sınıf Öğretmeni Adaylarının İletişim Beceri Düzeylerine Yönelik Bir Çalışma*. Trakya University Journal of Social Science, 16(1).
- Erdoğan, İ., & Alemdar, K. (2010). *Öteki Kuram* (Yenilenmiş 3. bs.). Ankara: Pozitif Yayınları.

- Erigüç, G., Şener, T., & Eriş, H. (2013). *İletişim becerilerinin değerlendirilmesi: Bir meslek yüksekokulu öğrencileri örneği*. Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi, 16(1).
- Eroğlu-Akın, R. S. (2011). *Ergenlerde Bağlanma Stilleri, İnternet Sosyal İletişim Ağlarının Kullanımı ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi.
- Erözkan, A. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerini Etkileyen Faktörler*.
- Eryılmaz, A. (2011a). *İhtiyaç doyumu ve yaşam amaçları belirleme: Lise öğrenimi gören ergenler için bir öznel iyi oluş modeli*. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 11(4), 1747-1764.
- Eryılmaz, A. (2011b). *Ergen Öznel İyi Oluşu ile Olumlu Gelecek Beklentisi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Düşünen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences, 24(3).
- Eryılmaz, A., & Atak, H. (2011). *Ergen Öznel İyi Oluşunun, Öz Saygı ve İyimserlik Eğilimi ile İlişkinin İncelenmesi*. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 37(37).
- Eryılmaz, A. & Aypay, A. (2011). *Ergen Öznel İyi Oluşu ile Kimlik Statüsü İlişkinin İncelenmesi*. Dicle University Journal of Ziya Gokalp Education Faculty, 16.

- Eryılmaz, A. & Doğan, T. (2012). *İş Yaşamında Özne İyi Oluş: Utrecht İşe Bağlılık Ölçeğinin Psikometrik Niteliklerinin İncelenmesi*. Klinik Psikiyatri Dergisi, 15(1).
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2011). *Özne İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(36), 139-149.
- Eryılmaz, A. (2012). *Ergenler Özne İyi Oluş Düzeylerini, Çevreyle İlişkiler Aracılığıyla Nasıl Artırırlar?.* TAF Preventive Medicine Bulletin, 11(4).
- Eryılmaz, A. (2017). *Pozitif Psikoterapiler*. Current Approaches in Psychiatry/Psikiyatride Guncel Yaklaşımlar, 9(3).
- Eskiyörük, D. (2014). *Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi*. Cag University Journal of Social Sciences, 11(1).
- Fiske, J. (1996). *İletişim Çalışmalarına Giriş*. (Çev: Süleyman İrvan) Ankara: Bilim ve Sanat Yayınlar.
- Fujita, F., Diener, E., & Sandvik, E. (1991). *Gender differences in negative affect and well-being: the case for emotional intensity*. Journal of personality and social psychology, 61(3), 427.

- Fyall, R., & Gazley, B. (2015). *Applying social role theory to gender and volunteering in professional associations*. *Voluntas: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 26(1), 288-314.
- Gaskar, S., Özyazıcıoğlu, N. (2014). *Anadolu Sağlık Meslek Lisesi Öğrencilerinin İletişim Becerileri*. *Güncel Pediatri*, 20-5.
- Gölönü, S. & Karcı, Y. (2010). *İletişim meslek lisesi öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerinin incelenmesi (Ankara il örneği)*. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 31, 123-140.
- Gözgü, F. & Mutioğlu, H. (2012). *Toplumun değişen yüzü: bilgi toplumu ve bilişim kültürü*. *Journal of Life Sciences*, 1(1).
- Gröpel, P. & Kuhl, J. (2009). *Work-life balance and subjective well-being: The mediating role of need fulfilment*. *British Journal of Psychology*, 100(2), 365-375.
- Gülaçtı, F. (2009). *Sosyal beceri eğitime yönelik programın üniversite öğrencilerinin, sosyal beceri, öznel ve psikolojik iyi olma düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi.
- Gülbahçe, Ö. (2010). *KK Eğitim Fakültesi öğrencilerinin iletişim becerilerinin incelenmesi*. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 12(2), 12-22.

- Gülcan, A. (2014). *Genç Yetişkinlerde İyimserliğin Mutluluk ve Yaşan Doyumu Üzerindeki Etkisinin İncelemesi*. Yüksek Lisans Tezi. Fatih Üniversitesi.
- Gündoğdu, R. & Yavuzer, Y. (2012). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi*. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 115-131.
- Güney, M. A. (2017). *Ergenlerde duygusal özerklik, sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Güngör, A. (1989). *Lise öğrencilerinin özsaygı düzeylerini etkileyen etmenler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi.
- Gürşimşek, I., Vural, D. E., & Demirsöz, E. S. (2008). *Öğretmen adaylarının duygusal zekâları ile iletişim becerileri arasındaki ilişki*. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(16), 1-11.
- Harker, L. & Keltner, D. (2001). *Expressions of positive emotion in women's college yearbook pictures and their relationship to personality and life outcomes across adulthood*. Journal of personality and social psychology, 80(1), 112.
- Işık, E. & Bedel, A. (2015). *Ergenlerde başa çıkma stratejileri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler*. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, (34), 53-60.

İlhan, T. (2005). *Öznel İyi Oluşa Dayalı Mizah Tarzları Modeli*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi.

İlhan, T. & Özbay, Y. (2010). *The predictive role of life goals and psychological need satisfaction on subjective well-being*. Turkish Psychological Counselling and Guidance Journal, 4(34), 109-118.

Judge, T. A. & Locke, E. A. (1993). *Effect of dysfunctional thought processes on subjective well-being and job satisfaction*. Journal of Applied Psychology, 78(3), 475.

Kadalkal-Dölek, A. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi.

Kağıtçıbaşı, Ç. & Cemalcılar, Z. (2014). *Dünden bugüne insan ve insanlar sosyal psikolojiye giriş (16. bs.)*. İstanbul: Evrim Yayınları.

Kağıtçıbaşı, C., Sunar, D., & Bekman, S. (2001). *Long-term effects of early intervention: Turkish low-income mothers and children*. Journal of Applied Developmental Psychology, 22(4), 333-361.

Kanak, M. & Pekdoğan, S. (2012). *Ergenlerin Utangaçlık Düzeylerinin Anne-Baba Tutumları Ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. The Journal of Academic Social Science Studies, 32, 513-525.

- Kapıkıran, N. A. & Kapıkıran, Ş. (2000). *İletişim becerisi eğitiminin anaokulu öğretmenliği öğrencilerinin empatik eğilim ve empatik becerileri üzerindeki etkileri*. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(8), 69-77.
- Kaplan, Y. (2016). *Ergenlerde Okul Odaklı Öznel İyi Oluş ile Davranışsal ve Duyuşsal Problemler Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- Karagülle, A. E. & Çaycı, B. (2014). *Ağ toplumunda sosyalleşme ve yabancılaşma*. TOJDAC, Volume 4 Issue 1.
- Karataş, İ. (2015). *Adolesan bireylerin iletişim becerilerinin incelenmesi*. Doctoral dissertation. Selçuk Üniversitesi.
- Kartal, M. A. (2013). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Öznel İyi Oluş ve İletişim Beceri Düzeyleri*. Yüksek Lisans Tezi. On Dokuz Mayıs Üniversitesi.
- Kaşgarlı, L. (2014). *İlköğretim 4. Sınıf Öğrencilerine Yapılan İletişim Grup Çalışma Programının Öğrencilerin İletişim Becerilerine Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi.
- Kaya, A. (Ed.). (2013). *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim*. Pegem Akademi.

- Kaya, H., Bodur, G., & Yalnız, N. (2014). *The relationship between high school students' attitudes toward future and subjective well-being*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116, 3869-3873.
- Kermen, U. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin İhtiyaç Doyumu ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Kern, M. L., Waters, L. E., Adler, A., & White, M. A. (2015). *A multidimensional approach to measuring well-being in students: Application of the PERMA framework*. *The journal of positive psychology*, 10(3), 262-271.
- Keyes, C. L. M. (1998). *Social well-being*. *Social psychology quarterly*, 121-140.
- Kılıçgil, E., Bilir, P., Özdiç, Ö., Eroğlu, K., & Eroğlu, B. (2009). *İki farklı üniversitenin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerinin değerlendirilmesi*. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 19-28.
- Kırhan, A. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Tematik Televizyon Kanal Tercihleri: Kullanımlar ve Doyumlar Kuramı-Sosyal Öğrenme Kuramı Çerçevesinde Maltepe Üniversitesi'nde Bir Çalışma*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi.

- Kıssal, A., Kaya, M., & Koç, M. (2016). *Hemşirelik ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeyleri ve Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi*. ACU Sağlık Bil Derg 2016(3):134-141.
- Kim, J. & Hatfield, E. (2004). *Love types and subjective well-being: A cross-cultural study*. Social Behavior and Personality: an international journal, 32(2), 173-182.
- Kocacık, F. (2003). *Bilgi toplumu ve Türkiye*. CÜ Sosyal Bilimler Dergisi, 27(1), 1-10.
- Kocaman, V. (2006). *Çocuklarda İletişim Becerilerini Artırma Yöntemleri*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- Koç, B. & Kavas, A. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık, Kişilerarası Problem Çözme Becerileri, Kişilerarası İlişki Tarzları ve İletişim Beceri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi; Yıl: 2015 Cilt: 4 Sayı: 2.
- Koç, B., Terzi, Y., & Gül, A. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri İle Kişiler Arası Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki*. Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi, 4(1), 369-390.
- Koçel, T. (2000). *İşletme Yöneticiliği*. Eskişehir

- Korap, N. (2013). *Algılanan Anne Baba Tutumlarının Ergenlerin İletişim Becerilerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi.
- Korkut, F. (1996). *İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Güvenirlilik ve geçerlik çalışmaları*.
- Korkut, F. (2004). *Okul Temelli Önleyici Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara. Anı Yayıncılık.
- Korkut, F. (2005). *Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi*. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28(28).
- Korkut-Owen, F. & Bugay, A. (2014). *İletişim becerileri ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması*. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 10(2).
- Kumcağız, H., Yılmaz, M., Çelik, S.B., & Avcı, İ.A. (2011). *Hemşirelerin İletişim Becerileri: Samsun İli Örneği*. Dicle Tıp Dergisi. 38(1):49-56.
- Küçük, D. P. (2012). *Müzik Öğretmenliği Anabilim Dalı Öğrencilerinin İletişim ve Problem Çözme Becerileri*. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 32(1).

- Küçük, M., Eriş, U., Oğuz, T., Dal, A., Aydın, H., & Orhon, N. (2012). *İletişim Bilgisi. İletişim Kavramı ve İletişim Süreci*. Anadolu Üniversitesi, 2-20. Eskişehir.
- Liem, J. H., Cavell, E. C., Lustig, K. (2010). *The influence of authoritative parenting during adolescence on depressive symptoms in young adulthood: Examining the mediating roles of self-development and peer support*. *The Journal of Genetic Psychology*, 17(1), 73-92.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). *Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status*. *Journal of personality and social psychology*, 84(3), 527.
- Lucas, R. E., & Gohm, C. L. (2000). *Age and sex differences in subjective well-being across cultures*. *Culture and subjective well-being*, 3(2), 91-317.
- Luhmann, M. (2010). *Can happiness change?: the short-and long-term relationships between subjective well-being and external circumstances*. Doctoral dissertation. Berlin, Freie Univ.
- Malkoç, A. (2011). *Öznel iyi oluş müdahale programının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerine etkisi*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi.

McCann, S. J. (2010). *Subjective well-being, personality, demographic variables, and American state differences in smoking prevalence*. *Nicotine & Tobacco Research*, 12(9), 895-904.

MEB. (2014). *Mesleki Gelişim. Etkili İletişim*. Ankara

MEB. (2015). *Mesleki Gelişim. Etkili İletişim*. Ankara

MEGEP. (2006). *Tüm Alanlar. Sosyal Hayatta İletişim*. Ankara

MEGEP. (2007). *Gazetecilik. İletişim Süreci ve Türleri*. Ankara

Meredith, P. J., Strong, J., & Feeney, J. A. (2007). *Adult attachment variables predict depression before and after treatment for chronic pain*. *European Journal of Pain*, 11(2), 164-170.

Mersin, S., Öksüz, E., & Demiralp, M. (2015). *Psycho-education's impact on communication skills, self-esteem and anger expression status of emergency medical technical student*. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 14(6), 489-495.

Nigar, F. (2014). *Ortaokul Öğrencileri İle Yatılı Bölge Ortaokul Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Düzeyinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi.

- Ok, E. (2016). *Anlam Arayışı Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi.
- Özbay, F. (2014). *Akrabalık ve Komşuluk İlişkileri*. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü Türkiye Aile Yapısı Araştırması Tespitler, Öneriler, Edt. Mustafa TURGUT/Semiha FEYZİOĞLU, Çizge Tanıtım ve Kırtasiye, İstanbul.
- Özcan, İ. (2014). *Çalışma Hayatında İletişim, İletişim Becerileri ve Motivasyon (Antalya Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çalışanları Örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- Özdemir, Y. (2016). *Ergenlerin öznel iyi oluşlarının özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel benlik kurguları açısından incelenmesi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4(38).
- Özden, K. (2014). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun psikososyal yordayıcılarının sosyal bilişsel kariyer kuramı açısından incelenmesi*. Master's Thesis, İstanbul Arel Üniversitesi.
- Özen, Ö. (2005). *Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi.

- Özen, Y. (2010). *Kişisel Sorumluluk Bağlamında Öznel ve Psikolojik İyi Oluş. Sosyal Psikolojik Bir Değerlendirme*. Dicle Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi (e-dusdeb), 2(4), 46-58.
- Özer, K. (2008). *İletişimsizlik Becerisi*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Özer, D. (2011). *Etkili İletişim Becerilerinin Sosyal Ortama Uyum Sağlamadaki İşlevi: Fırat Üniversitesi Uygulaması*. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi.
- Özer, A. R. (2017). *Öğretmenlerde Sosyal Kaygı Düzeyi ve İletişim Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi.
- Özerbaş, M. A., Bulut, M. & Usta, E. (2007). *Öğretmen adaylarının algıladıkları iletişim becerisi düzeylerinin incelenmesi*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD), 8(1), 123-135.
- Özşaker, M. (2013). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi*. International Journal of New Trends in Arts, Sports & Science Education (IJTASE), 2(3).
- Öztaş, R. (2001). *Sınıf Öğretmenlerinin İletişim Yeterlikleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.

- Park, N. (2004). *The role of subjective well-being in positive youth development*. The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 591(1), 25-39.
- Park, W. B., Phyo, S. R., Jang, E. Y., Kang, S. H., Myung, S. J., Shin, H. Y., Lee, Y. S. & Shin, J. S. (2010). *Correlations of communication and interpersonal skills between medical students and residents*. Korean journal of medical education, 22(4), 269-274.
- Pınar, Ş. E., Aksoy, Ö. D., Cesur, B., & Dağlar, G. (2017). *Critical thinking tendencies and communication skills of midwifery students: A follow-up study by years* *Ebelik öğrencilerinin eleştirel düşünme eğilimleri ve iletişim becerileri: Yıllara göre izlem çalışması*. Journal of Human Sciences, 14(2), 1117-1128.
- Razı, G. S., Kuzu, A., Yıldız, A. N., Ocakcı, A. F. & Arifoğlu, B. Ç. (2009). *Çalışan Gençlerde Benlik Saygısı, İletişim Becerileri ve Stresle Baş Etme*. TAF Preventive Medicine Bulletin, 8(1).
- Reisoğlu, S. (2014). *Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarını Yordamada Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Mizah Tarzları ve Duygusal Zekânın Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Russell, J. E. (2008). *Promoting subjective well-being at work*. Journal of Career Assessment, 16(1), 117-131.

- Saföz-Güven, İ. G. (2008). *Fen ve genel lise öğrencilerinin cinsiyet ve sosyometrik statülerine göre öznel iyi oluş düzeyleri, genel sağlık örüntüleri ve psikolojik belirti türleri*. Yüksek Lisans Tezi. Çukurova Üniversitesi.
- Sancaktar, N. (2016). *Yeni Evlenen Ve Uzun Süredir Evli Olan Çiftlerin Evlilikte Problem Çözme Becerisi Düzeylerinin Öznel İyi Oluş Ve Evlilik Doyumu Düzeyleri İle İlişkisinin İncelemesi*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- Sarı, T. (2003). *Wellness and its correlates among university students: Relationship status, gender, place of residence and GPA*. Doctoral dissertation. METU.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin, Sosyal Destek, Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi.
- Seki, T. & Dilmaç, B. (2015). *Ergenlerin Sahip Oldukları Değerler ile Öznel İyi Oluş ve Sosyal Görünüş Kaygı Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler: Bir Model Önerisi*. Eğitim ve Bilim, 40(179).
- Sezer, F. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin öznel iyi oluş durumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Milli Eğitim,(192), 74.
- Siyez, D. M. & Dilek, T. A. N. (2014). *Lise Öğrencilerinin Öfke Kontrolü ve İletişim Becerilerinde Çözüm Odaklı Psiko-Eğitim Programının Etkisi*. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 5(41), 11-22.

- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., & Şenol, S. (2005). *Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış*. Klinik Psikiyatri, 8, 88-99.
- Sönmezay, H. (2010). *Lise Öğrencilerinde Zorbalığın İletişim Becerileri ve Algılanan Sosyal Destek ile İlişkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.
- Spector, P. E. (1997). *Job satisfaction: Application, assessment, causes, and consequences* (Vol. 3). Sage publications.
- Staw, B. M., Sutton, R. I., & Pelled, L. H. (1994). *Employee positive emotion and favorable outcomes at the workplace*. Organization Science, 5(1), 51-71.
- Şahin, G. N. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluş ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Şahin-Görmüş, A., Aydın, S., & Ergin, G. (2013). *İşletme Bölümü Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Cinsiyet Rollerine Bağlamında İncelenmesi*. Afyon Kocatepe University Journal of Social Sciences, 15(1).
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S. V., Kaya, S., & Pala, H. (2012). *Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü*. Kastamonu Eğitim Dergisi, 20(3), 827-836.

- Şahin, İ., Zoraloğlu, Y. R., & Fırat, N. Ş. (2011). *Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçları, eğitsel hedefleri üniversite öğreniminden beklentileri ve memnuniyet durumları*. Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi, 17(3), 429-452.
- Şirin, H. & Izgar, H. (2013). *Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Olumsuz Otomatik Düşünceleri Arasındaki İlişki*. İlköğretim Online, 12(1).
- Şişman, B. (2016). *İletişim Becerileri ile Yetişkinlerdeki Bağlanma Biçimlerinin Psikopatoloji Belirtileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- 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.
- Talibzade, N. (2015). *Boşanmış ve Evli Ebeveyne Sahip Olan Ergenlerin İletişim Becerilerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Fatih Üniversitesi.
- Tatay, E. (2015). *Parçalanmış ve Parçalanmamış Aileye Sahip Ergenlerin Akademik Başarı, Öznel İyi Oluş ve Yalnızlık Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Tepeköylü, Ö., Soytürk, M., & Çamlıyer, H. (2009). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu (BESYO) öğrencilerinin iletişim becerisi algılarının bazı*

değişkenler açısından incelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(3), 115-124.

Terzi, Ş. (2005). *Öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik dayanıklılık modeli.* Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi.

Thompson, I. (2004). *Sex differences in technical communication: A perspective from social role theory.* Journal of technical writing and communication, 34(3), 217-232.

Timur, M. S. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.

Tonta, Y. & Küçük, M. E. (2005). *Sanayi toplumundan bilgi toplumuna geçiş sürecinde temel dinamikler.* Türk Kütüphaneciliği, 19(4), 449-464.

Toy, S. (2007). *Mühendislik ve hukuk fakülteleri öğrencilerinin iletişim becerileri açısından karşılaştırılması ve iletişim becerileriyle bazı değişkenler arasındaki ilişkiler.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.

Töremen, F. & Kolay, Y. (2001). *Okul Yöneticilerinin İletişim Becerilerine İlişkin Öğretmen Algı ve Beklentileri.* Milli Eğitim Dergisi. 160.

Tuna, Y., Birsen, Ö., Erzurum, F., Küçük, M., Çolak, F. Ü., & Özkoçak, L. (2012). *İletişim*. A Pegem Akademi.

Tuncer, M. & Demiralp, M. (2016). *Psikiyatri kliniklerinde çalışan hemşirelerde duygusal zekâ ve iletişim becerileri ilişkisi: çok merkezli bir çalışma*. TAF Preventive Medicine Bulletin, 15(5).

Turp, H. H. (2017). *Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi.

Tutal, N. (2015). *Aile İşlevi ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi.

Tülek, N. (2011). *Evli bireylerin öznel iyi olma düzeylerinin yordanması*. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi.

Türkdoğan, T. & Duru, E. (2012). *Üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluşun Yordanmasında temel ihtiyaçların karşılanmasının rolü [The role of basic needs fulfillment in prediction of subjective well-being among university students]*. Educational Sciences: Theory & Practice, 12(4), 2429-2446.

Türkmen, M. (2011). *Öznel iyi oluşun yapısı ve anababa tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi bir model sınaması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi.

- Uçan, A. (2013). *Cinsiyetleri farklı lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının toplumsal konum ile ilgili risk alma ve göç değişkenlerine göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi.
- Ulukan, H. (2012). *İletişim becerilerinin takım ve bireysel sporculara olan etkisi*. Master's thesis. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi.
- Uyanık, G. (2000). *Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı ile ruhsal durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Unpublished master's thesis, Hacettepe University.
- Uyanık, E. (2016). *İletişim Araştırmalarının Tarihçesi, Dünü, Bugünü*. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi, 42(42).
- Uygarer, G. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin, Eş Seçme Kriterleri, İletişim Becerileri ve İnançlarını İncelemek: Evlilik Öncesi Model Önerisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Yakın Doğu Üniversitesi.
- Ülker, Ç. (2016). *Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Zekâ Ve İletişim Becerilerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Nişantaşı Üniversitesi.
- Vatandaş, C. (2011). *Toplumsal Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerinin Algılanışı*. Sosyoloji Konferansları, (35), 29-56.

- Videon, T. M. (2005). *Parent-child relations and children's psychological well-being: Do dads matter?*. Journal of family issues, 26(1), 55-78.
- Yavuz, Ç. (2006). *Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Öğrencilerinde Öznel İyi Olma Hali, Psikiyatrik Belirtiler ve Bazı Kişilik Özellikleri: Karşılaştırmalı Bir Çalışma*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi.
- Yavuz-Güler, Ç. ve İşmen-Gazioğlu, A. S. (2008). *Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: Karşılaştırmalı bir çalışma*. Dokuz Eylül Üniversitesi. Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 23, 107-114.
- Yetişkin, G. (2016). *Ergenlerde İletişim Becerileri ve Utangaçlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Beykent Üniversitesi.
- Yıldız, C. & Gündüz, M. (2011). *Sosyo-Kültürel Değişim Sürecinde Komşuluk*. Proje No: 109K075
- Yıldız, M. A. (2014). *Ergenlerde anne-babaya bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve baş etme yöntemlerinin çoklu aracılık rolü [The multiple mediating role of emotion regulation and coping strategies on the relationship between parental attachment and subjective wellbeing in adolescents]*. Unpublished doctoral dissertation. Mersin University.

- Yıldız, M. A. & Duy, B. (2013). *Improving Empathy and Communication Skills of Visually Impaired Early Adolescents through a Psycho-Education Program*. Educational Sciences: Theory and Practice, 13(3), 1470-1476.
- Yılmaz, B. (2003). *Toplumsal iletişim ve kütüphane*. Edebiyat Fakültesi Dergisi, 20(2).
- Yılmaz, B. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Kişiler arası İletişim Becerileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi.
- Yılmaz, H. & Arslan, C. (2013). *Subjective well-being, positive and negative affect in Turkish university students*. The Online Journal of Counseling and Education, 2(2), 1-8.
- Yiğit, Z. (2015). *13-18 Yaş Aralığındaki Ergenlerde, Problemler İnternet Kullanımı, Öz Anlayış ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Arel Üniversitesi.
- Yurcu, G. (2014). *Konaklama işletmelerinde çalışanların örgütsel vatandaşlık davranışlarının iş doyumunu ve öznel iyi oluşlarına etkisi*. Doktora Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi.

Yüksel-Şahin, F. (1997). *Grupla iletişim becerileri eğitiminin üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerine etkisi*. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi.

Zillioğlu, M. (2014). *İletişim Nedir?*. İstanbul: Cem Yayınevi.

Waring, K. (2014). *Social Learning Theory and Child Academic Anxiety*. Doctoral dissertation. University of Georgia.

Watson, R. (2015). *Quantitative research*. Nursing Standard, 29(31), 44-48.

Williams, T. R. (2005). *Exploring the impact of study abroad on students' intercultural communication skills: Adaptability and sensitivity*. Journal of studies in international education, 9(4), 356-371.

Wright, T. A. & Cropanzano, R. (2000). *The role of organizational behavior in occupational health psychology: A view as we approach the millennium*. Journal of Occupational Health Psychology, 5(1), 5-10.

EKLER

EK 1: Kişisel Bilgi Formu

Sayın katılımcılar;

Aşağıda sizi tanımamıza yönelik bazı sorular bulunmaktadır. Sorulara içtenlikle cevap vermeniz araştırmanın güvenilirliği açısından oldukça önemlidir. Test üzerinde kimliğinizi belirten herhangi bir soru yer almamaktadır. Dolayısıyla her soru için olduğunca samimi şekilde size uygun cevabı işaretleyiniz. Lütfen her maddeyi cevapladığımızdan da emin olunuz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

1.Cinsiyetiniz?

Kız

Erkek

2. Programınız?

Rehberlik ve psikolojik danışmanlık

Beslenme ve diyetetik

3. Sınıfınız?

3. Sınıf

4. Sınıf

4. Algıladığınız annenizin davranış tipi?

Baskıcı ve otoriter

Aşırı hoşgörülü

Kararsız ve dengesiz

Aşırı koruyucu

Hoşgörülü ve güven verici

Tutarsız

- Reddedici
- Mükemmeliyetçi
- Ayrımcılık yapan

5. Algıladığınız babanızın davranış tipi?

- Baskıcı ve otoriter
- Aşırı hoşgörölü
- Kararsız ve dengesiz
- Aşırı koruyucu
- Hoşgörölü ve güven verici
- Tutarsız
- Reddedici
- Mükemmeliyetçi
- Ayrımcılık yapan

6. Yaşadığınız yer? (Türkiye'den gelen öğrencilerin geldikleri yerleşim yeri)

- Kırsal alan
- Kentsel alan

EK 2: Öznel İyi Oluş Ölçeği

Bu envanterde kişiliğinizin ve yaşamınızın çeşitli yönlerine ilişkin ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri tek tek okuyarak, ifadenin size ne derece uygun olduğuna karar veriniz. İfade size “tamamen uygunsuz” cevap kâğıdındaki (5); “çoğunlukla uygunsuz” (4); “orta derecede uygunsuz” (3); “biraz uygunsuz” (2); “hiç uygun değilse” (1) numaralı boşluğun altına (X) işareti koyunuz. Lütfen tüm ifadelere boş bırakmadan cevap veriniz.

1. Geleceğe yönelik planlar yapmaktan hoşlanırım.
2. Yaşamımda zevk alarak yaptığım etkinlik sayısı azdır.
3. Genel olarak kendimi neşeli hissediyorum.
4. Geriye dönüp baktığımda istediklerimin çoğunu elde edemediğimi görüyorum.
5. Kişilik özelliklerimden genel olarak memnunuz.
6. İstediğim nitelikte ve sayıda arkadaşım olmamasına üzülüyorum.
7. Günlük yaşamımdaki sorumluluklarımı başarıyla yerine getiririm.
8. Ulaşmak istediğim ideallerim var.
9. İlgi ve yeteneklerime uygun etkinliklerin yaşamımdaki yeri istediğim ölçüdedir.
10. Küçük sorunları bile büyütürüm.
11. Kendimi genel olarak canlı ve enerjik hissedirim.
12. Yakın gelecekte yaşamımda güzel gelişmeler olacağına inanıyorum.
13. Kişilerarası ilişkilerde sıklıkla hayal kırıklığı yaşıyorum.
14. Yaşamıma beni ona bağlayacak anlamlar katmakta zorlanmam.
15. Beni eğlendiren faaliyetlere yeterince katılamıyorum.

16. Umutlarımın gerçekleşeceğine inanıyorum.
17. Mümkün olsa geçmiş hayatımı değiştiririm.
18. Ailemle olan ilişkilerimden memnunum.
19. Genelde hüzünlü ve düşünceliyim.
20. Yaşamımda yapmam gerekenleri düşünmek hoşuma gider.
21. Kendimi yalnız hissediyorum.
22. Amaçlarıma ulaşmak için çevremdeki olanakları etkili bir şekilde kullanabilirim.
23. Genel anlamda kendimi huzurlu hissediyorum.
24. Başkalarının mutlu görüldüğü kadar mutlu olmayı isterdim.
25. Sorunları yaşamın öğretici ve doğal bir parçası olarak görürüm.
26. Çevremdeki insanların yaşamlarına imrenirim.
27. Amaçlarıma ulaşmak için yeterince kararlı davranabilirim.
28. Yaşamımı genel olarak monoton ve sıkıcı buluyorum.
29. Sosyal ilişkilerimdeki girişkenlik yanımdan hoşnutum.
30. Kendime hedefler koymakta zorlanıyorum.
31. İç dünyamın zaman geçtikçe zenginleşeceğini hissediyorum.
32. Tanıdığım insanların çoğundan daha fazla sıkıntım var.
33. Yaşamın zorluklarıyla baş etme gücüme güveniyorum.
34. Sevilen ve güvenilen biri olduğumu hissediyorum.
35. Geçmişte yaptığım hatalardan dolayı yoğun suçluluk duygusu yaşıyorum.
36. Serbest zamanlarımda zevkle vakit geçirecek bir uğraşı bulurum.
37. Yaşamım başarısızlıklarla dolu.
38. Güçlükler karşısında çabuk pes ederim.
39. Çevremde ihtiyaç duyduğumda destek alabileceğim insanlar var.

40. Sıklıkla ümitsiz ve çökkün hissediyorum.
41. Okumak ve çalışmak benim için zevkli uğraşlardır.
42. İsteklerime ve değerlerime uygun bir hayat sürüyorum.
43. Ailemle olan ilişkilerimde sorunlar yaşıyorum.
44. Yaşama iyimser bir açıyla bakabilme yönümden memnunum.
45. Arkadaşlarıma kendimi istediğim gibi ifade edemiyorum.
46. Başkalarına yardım edebilme ve onlara destek olma becerimden hoşnutum.

EK 3: İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeği

Bu ölçek iletişimle ilgili bazı özelliklerinizi ölçmeye yöneliktir. Aşağıda sunulan ifadeleri, o ifadelerle ilgili genelde kendinizi nasıl bulduğunuzu düşünerek okuyunuz. İlişkilerimizdeki özelliklerimiz elbette kiminle, hangi koşullarda, ne zaman ilişkide bulunduğumuza bağlı olarak farklılıklar göstermektedir. O nedenle ifadeleri genelde gösterdiğiniz tepkilere göre değerlendiriniz. Değerlendirmenizi 1- hiçbir zaman 2-nadiren, 3-bazen, 4-sıklıkla, 5-her zaman olmak üzere yaptıktan sonra ifadenin karşısındaki uygun yere (X) işareti koyarak belirtiniz. Hiç bir ifadeyi boş bırakmamanız sonuçları daha sağlıklı değerlendirmemize yarayacaktır.

İfadeler	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her Zaman
1-İnsanları oldukları gibi kabul ediyorum	1	2	3	4	5
2-Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade edebilirim.	1	2	3	4	5
3-Başkalarını önyargısız dinlerim.	1	2	3	4	5
4-Yaşadığım olaylardaki duygularımı sözlerimle ve beden dilimle başkalarına iletebilirim.	1	2	3	4	5
5-Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konunun açığa kavuşması için sorular sorarım.	1	2	3	4	5
6-Birisiyle iletişim içindeyken sakın bir ses	1	2	3	4	5

tonuyla konuşurum.					
7-İnsanlara yakın ilgi duyarım.	1	2	3	4	5
8-Diğer insanlarla kolaylıkla sohbet başlatabilirim.	1	2	3	4	5
9-İlişkide bulunduğum kişilerin anlatmak istedik dinlemek için onlara zaman ayırırım.	1	2	3	4	5
10- Konuşurken söylediklerimle beden dilimin uyuşmasına dikkat ederim.	1	2	3	4	5
11- Birini dinlerken ne karşılık vereceğimden çok onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
12-Konuşmaları dinlerken, içerikle yüz ifadesinin ya da beden duruşunun uyumuna dikkat ederim.	1	2	3	4	5
13-Benimle herhangi bir konuda konuşmayı istemeyen birisini konuşmaya zorlamam.	1	2	3	4	5
14-Başkalarına içtenlikle iltifat ederim.	1	2	3	4	5
15-Başkalarını konuşurken yanıt vermeden önce onların sözlerini bitirmelerini beklerim.	1	2	3	4	5
16-Birileriyle konuşurken onları rahatsız edebilecek kadar yakınlarında olmaya özen gösteririm.	1	2	3	4	5
17-Duygularımı rahatlıkla dile getirebilirim.	1	2	3	4	5
18-Birisini dinlerken söylenenlerin altında yatan duyguları anlayabilirim.	1	2	3	4	5

19-Yüz yüze olmasak da konuştuğum kişinin duygusunu ses tonundan anlayabilirim.	1	2	3	4	5
20-Düşüncelerimi sözel olarak ifade edebilirim.	1	2	3	4	5
21-Birisiyle konuşurken ona yanıt vermeden önce onu doğru anlayıp anlamadığımı yoklarım.	1	2	3	4	5
22-Yazışırken seçilen sözcüklerin de önemli olduğunu aklımda tutarım.	1	2	3	4	5
23-Karşımdakini dinlerken onu anladığımı uygun bir dille ifade ederim.	1	2	3	4	5
24-Birisine bir öneride bulunmadan önce, onun öneri vermemi isteyip istemediğine dikkat ederim.	1	2	3	4	5
25-Eğer karşımdakinin işine yarayacaksa yaşadığım benzer deneyimleri onunla paylaşıyorum.	1	2	3	4	5

EK 4: RPDA Programının Ders İçeriği

Ders Programı / Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

BİRİNCİ YIL

GÜZ DÖNEMİ	KREDİ	BAHAR DÖNEMİ	KREDİ
RPDA111 Fizyolojik Psikoloji	3	RPDA112 Gelişim Psikolojisi I	3
PSKO111 Psikolojiye Giriş	3	SCSY112 Sosyal Antropoloji	3
FELS111 Felsefeye Giriş	3	ENGL172 İngilizce II	3
SCSY111 Sosyolojiye Giriş	3	BOTE112 Eğitimde Bilişim	3
ENGL171 İngilizce I	3	TREG112 Türkçe II: Sözlü Anlatım	2
İPEG115 Bilişimciye Giriş	3	EGTT114 Kaynak Tarama ve Rapor Yazma	2
TREG111 Türkçe I: Yazılı Anlatım	2	EGTT106 Eğitim Felsefesi	2
EGTT111 Eğitim Bilimine Giriş	3	EGTT116 Türk Eğitimi Tarihi	2
	22		20

İKİNCİ YIL

GÜZ DÖNEMİ	KREDİ	BAHAR DÖNEMİ	KREDİ
RPDA211 Rehberlik ve Psikolojik Danışma	3	RPDA214 Test Dışı Teknikler	3
RPDA215 Gelişim Psikolojisi II	3	RPDA215 İnsan İlişkileri ve Terapi	3
RPDA215 RPDA'nin Bilimsel ve Tarihsel Gelişimi	3	RPDA218 Sosyal Psikoloji	3
EGTT213 İstatistik I	3	RPDA222 Öğrenme Psikolojisi	3
EGTT205 Ölçme ve Değerlendirme	3	EGTT224 İstatistik II	3
EGTT417 Özel Eğitim	3	EGTT215 Öğretim Üstü ve Yöntemleri	3
EGTT217 Okullarda Gözetim	3	EGTT221 Sınıf Yönetimi	2
	21		20

ÜÇÜNCÜ YIL

GÜZ DÖNEMİ	KREDİ	BAHAR DÖNEMİ	KREDİ
RPDA311 Psikolojik Danışma İleri ve Teknikleri	3	RPDA314 Meslek Rehberliği ve Danışma Uygulamaları	3
RPDA313 Yaşam Danışmanlığı ve Uyum Problemleri	3	RPDA316 Rehberlikte Program Geliştirme	3
RPDA315 Kişilik Kuramları	3	RPDA318 Davranış Bozuklukları	3
RPDA317 Mesleki Rehberlik ve Danışma	3	RPDA322 Psikolojik Danışma Kuramları	3
RPDA... Alan Seçmeli Ders I	3	RPDA324 Grupla Psikolojik Danışma	3
GRND... Genel Kültür Seçmeli Ders	3	RPDA... Alan Seçmeli Ders II	3
TARH101 Atatürk İnkılabı ve İnkılap Tarihi	2	EGTT... Mesleki Bilişim Seçmeli Ders	3
	20		21

DÖRDÜNCÜ YIL

GÜZ DÖNEMİ	KREDİ	BAHAR DÖNEMİ	KREDİ
RPDA411 Psikolojik Testler	3	RPDA412 Rehberlik ve Psikolojik Danışma Semineri	3
RPDA413 Bireyle Psikolojik Danışma Uygulamaları	3	RPDA414 Rehberlik ve Psikolojik Danışmada Alan Çalışmaları	3
RPDA415 Öğrenme Güçlükleri	3	RPDA416 Meslek Eğitimi ve Yasa Kuralları	2
RPDA417 Toplum Hizmet Uygulamaları	2	RPDA418 Kavram Deneyimi	3
RPDA... Alan Seçmeli Ders III	3	RPDA... Alan Seçmeli Ders IV	3
EGTT216 Bilimsel Araştırma Yöntemleri	2	RPDA... Alan Seçmeli Ders V	3
EGTT420 Eğitim Yönetimi	3	TARH102 Atatürk İnkılabı ve İnkılap Tarihi II	2
	19		19

EK 5: BD Programının Ders İçeriği

Full Curriculum										
Complete the table by listing the sequence of courses, by semester that students in the program will take.										
Use the following abbreviations to fill in the course category: UC = University Core; FC = Faculty Core; AC = Area Core; AE = Area Elective;										
FE = Free Elective										
UE = University Elective										
Semester	Ref Code	Course Code	Full Course Title	Course Category	Lec	Lab	Tut	Tot	Prerequisite	ECTS
1		BESD101	Beslenme İlkeleri I	AC	2	2	0	3		6
1		KİMY103	Temel Kimya	AC	3	1	0	3		6
1		BIOL111	Tıbbi Biyoloji Ve Genetik I	AC	2	0	0	2		4
1		ENGL171	İngilizce I	UC	3	0	0	3		4
1		FZTR101	Anatomi	FC	3	3	0	4		6
1		FZTR103	Fizyoloji	FC	3	0	0	3		4
2		BESD102	Beslenme İlkeleri II	AC	2	2	0	3		6
2		KİMY104	Organik Kimya	AC	3	0	1	3		6
2		BIOL112	Tıbbi Biyoloji Ve Genetik II	AC	2	0	0	2		4
2		PSYC111	Psikoloji Bilimi	AC	2	0	0	2		4
2		ENGL172	İngilizce II	UC	3	0	0	3		4
2		MATE122	Temel Matematik	AC	5	0	1	3		6
3		BESD201	Beslenme Biyokimyası I	AC	3	0	0	3		4
3		BESD203	Besin Kimyası Ve Analizleri I	AC	3	2	0	4		6
3		FZTR110	Genel Mikrobiyoloji	AC	2	2	0	3		6
3		ITEC115	Bilgisayara Giriş	UC	2	2	0	3		6
3		UE1	Üniversite Seçmeli Ders	UE	3	0	0	3		5
3		HIS280	Atatürk İlke Ve İnkılabın	UC	2	0	0	2		4
4		BESD202	Beslenme Biyokimyası II	AC	3	0	0	3		4
4		BESD204	Besin Kimyası Ve Analizleri II	AC	3	2	0	4		6
4		BESD210	Besin Mikrobiyolojisi	AC	2	2	0	3		6
4		BESD212	Sporcu Beslenmesi	AC	2	0	0	2		4
4		UE2	Üniversite Seçmeli Ders	UE	3	0	0	3		5
4		FZTR222	Halk Sağlığı	AC	2	0	0	2		3
5		BESD301	Ana-Çocuk Beslenmesi	AC	2	0	2	3		6
5		BESD303	Beslenme Durumunun Saptanması	AC	1	0	2	2		4
5		BESD305	Toplu Beslenme Sistemleri-I	AC	3	0	0	3		6
5		BESD307	Hastalıklarda Tıbbi Beslenme Tedavisi-I	AC	3	0	2	4		6
5		UE3	Üniversite Seçmeli Ders	AC	3	0	0	3		5
5		AE1	Alan Seçmeli Ders	AC	2	0	0	2		4
6		BESD302	Çocuk Hastalıklarında Beslenme	AC	2	0	2	3		6
6		BESD304	Beslenme Sorunları Ve Epidemiyoloji	AC	1	0	2	2		5
6		BESD306	Toplu Beslenme Sistemleri-II	AC	3	0	0	3		5
6		BESD308	Hastalıklarda Tıbbi Beslenme Tedavisi-II	AC	3	0	2	4		6
6		BESD310	Besin Kontrolü Ve Yasa Düzenlemeler	AC	1	0	2	2		4
6		YONT121	İşletmeye Giriş	AC	2	0	0	2		4
7		BESD316	Klinik Alan Yaz Uygulaması (Ehaffa)	AC	0	0	0	0		0
7		BESD401	Klinik Beslenme Uygulaması I	AC	3	0	9	4		8
7		BESD403	Toplu Beslenme Sistemleri Uygulaması I	AC	3	0	9	4		8
7		BESD405	Mezuniyet Projesi I	AC	2	0	0	2		3
7		BESD407	Seminer-I	AC	2	0	0	2		4
7		MATE211	Biyoistatistik	AC	2	0	1	2		4
7		FZTR403	Sağlık Bilimlerinde Araştırma Yöntemleri	FC	3	0	0	3		4
8		BESD402	Klinik Beslenme Uygulaması II	AC	3	0	9	4		8
8		BESD404	Toplu Beslenme Sistemleri Uygulaması II	AC	3	0	9	4		8
8		BESD406	Mezuniyet Projesi II	AC	2	0	0	2		3
8		BESD408	Seminer-II	AC	2	0	0	2		4
8		AE2	Alan Seçmeli Ders	AE	2	0	0	2		4
8		AE3	Alan Seçmeli Ders	AE	2	0	0	2		4