Ampirik Araştırma / Original Empirical Research

www.yuksekogretim.org

Yükseköğretim Dergisi
Journal of Higher Education (Turkey)

Benlik Saygısı, Olumlu Gelecek Beklentisi ve Geleceğe Yönelik Tutumun Mutluluk Üzerindeki Etkisi: Meslek Yüksekokulu Öğrencileri Üzerinde Bir Uygulama

The Effect of Self-Esteem, Positive Future Expectation and Attitude Toward Future on Happiness: An Analysis of Vocational School Students

Boran Toker[1], M. Bahadır Kalıpçı[2]

[1]Akdeniz Üniversitesi, Serik İşletme Fakültesi, Antalya
[2]Akdeniz Üniversitesi, Manavgat Meslek Yüksekokulu, Antalya

Özet

Bu çalışmanın amacı, meslek yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygıları, olumlu gelecek beklentisi ve geleceğe yönelik tutumlarının mutlulukları üzerindeki etkilerinin saptanmasıdır. Çalışmada, veri toplama aracı olarak, Tafarodi ve Swann (1995) tarafından geliştirilen *Benlik Saygısı Ölçeği*, İmamoğlu (2001) tarafından geliştirilen *Geleceğe Yönelik Tutum ve Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçekleri*, Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen *Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu* ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Veriler, Akdeniz Üniversitesinin en çok öğrenci sayısına sahip meslek yüksekokullarından Manavgat Meslek Yüksekokulunda öğrenim görmekte olan 715 üniversite öğrencisinden elde edilmiştir. Verilerin analizinde güvenirlik analizi, faktör analizi, korelasyon analizi ve regresyon analizi kullanılmıştır. Analizler sonucunda, mutluluk ile Benlik Saygısı Ölçeğinin alt boyutları olan "kendini sevme" ve "öz yeterlilik" arasında pozitif anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğinin "olumlu yönelim" ve "planlı yönelim" alt boyutları ile mutluluk arasında pozitif anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Öte yandan, "kaygılı yönelim" ile mutluluk arasında ise negatif anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Mutluluk ile olumlu gelecek beklentisi arasında da pozitif anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, tüm bağımsız değişkenler içerisinde mutluluk üzerinde en fazla etkiye sahip olanın "kendini sevme" alt boyutu olduğu görülmüş ve bunu sırasıyla planlı yönelim, olumlu gelecek beklentisi, kaygılı yönelim, olumlu yönelim ve son sırada da öz yeterlilik alt boyutunun izlediği saptanmıştır. Benlik saygısı, geleceğe yönelik tutum ve olumlu gelecek beklentisinin mutluluktaki değişimi açıklama oranı %54 olarak tespit edilmiştir. Bulgular mevcut literatür çerçevesinde tartışılmış ve okul yönetimleri için bazı önerilerde de bulunulmuştur.

Anahtar sözcükler: Benlik saygısı, geleceğe yönelik tutum, mutluluk, olumlu gelecek beklentisi, pozitif psikoloji, üniversite öğrencisi.

Abstract

The aim of this study is to determine the effects of self-esteem, positive future expectation, and future attitudes on the happiness of vocational school students. *The Self-Esteem Scale* developed by Tafarodi and Swann (1995), *The Attitude Toward Future and Positive Future Expectations Scales* developed by İmamoğlu (2001), *The Oxford Happiness Scale-Short Form* developed by Hills and Argyle (2002), and a personal information form were used to collect the data. The data were obtained from 715 university students studying at Manavgat Vocational School, with one of the highest number of students at Akdeniz University. Reliability analysis, factor analysis, correlation analysis, and regression analysis were used to analyze the data. These analyses revealed positive and significant relationships among happiness, "self-liking" and "self-competence", which are the sub-dimensions of Self-Esteem Scale. Positive significant relationships were found between "positive orientation" and "planned orientation" sub-dimensions of attitude toward future scale, and happiness. However, a negative significant relationship was found between "anxious orientation" and happiness. A positive significant relationship was found between positive future expectation and happiness. In addition, from among all the independent variables, the "self-liking" sub-dimension was found to have the highest effect on happiness. This was followed by the planned orientation, positive future expectation, anxious orientation, positive orientation, and self-competence sub-dimensions. Self-esteem, attitude toward future, and positive future expectation had a share of 54% in describing the total change in happiness. The findings were discussed in light of the literature and some suggestions were made for school administrations.

Keywords: Attitude toward future, happiness, positive future expectation, positive psychology, self-esteem, university student.

Online Version

Mutluluk, pozitif psikolojinin en önemli çalışma ve araştırma alanlarından biridir ve 1980'lerden itibaren pozitif psikoloji ile ilgili, özellikle mutlulukla ilgili araştırmalarda ciddi bir artış söz konusudur (Doğan ve Eryılmaz, 2013; Doğan ve Sapmaz, 2012). Mutluluk, kişinin yaşamı hakkındaki olumlu düşüncelerin ve duyguların

İletişim / Correspondence:
Öğr. Gör. Dr. M. Bahadır Kalıpçı
Akdeniz Üniversitesi, Manavgat Meslek Yüksekokulu, Emek Mah., No: 1, Manavgat, Antalya
e-posta: bkalipci@akdeniz.edu.tr

Yükseköğretim Dergisi / Journal of Higher Education (Turkey), Çevrimiçi Erken Baskı / Online Preprint Issue. © 2021 Deomed
Geliş tarihi / Received: Haziran / June 17, 2019; Kabul tarihi / Accepted: Ocak / January 12, 2021
Bu çevrimiçi makalenin atıf künyesi / How to cite this online article: Toker, B., & Kalıpçı, M. B. (2021). Benlik saygısı, olumlu gelecek beklentisi ve geleceğe yönelik tutumun mutluluk üzerindeki etkisi: Meslek yüksekokulu öğrencileri üzerinde bir uygulama. *Yükseköğretim Dergisi*, doi:10.2399/yod.21.578916

ORCID ID: B. Toker 0000-0002-4658-1934; M. B. Kalıpçı 0000-0001-7310-890X

deomed

baskınlığını ifade eder (Myers ve Diener, 1995). Yapılan araştırmalar mutlu kişilerin evlilik, ilişkiler, gelir, sağlık, uzun ömür ve iş performansı gibi birçok yaşam alanında başarılı olduklarını göstermektedir. Bu kişiler daha yaratıcı, çoklu ve sıkıcı görevlerle baş edebilen, daha güvenilir, yardımsever ve sosyal bir yapıya sahiptirler (Boniwell, 2013, s. 536; Lyubomirsky, King ve Diener, 2005a). Araştırma sonuçları, mutluluğun kişiler üzerinde birçok olumlu etkisinin olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle, kişilerin mutluluklarını etkileyen faktörlerin saptanmasının önemli olduğu düşünülmektedir (Aksoy, Güngör Aytar ve Kaytez, 2017).

Meslek yüksekokulları çeşitli sektörlere ara eleman yetiştirme görevini üstlenen eğitim kurumları olarak tanımlanabilir (Tuncer, 2011). Tarihsel süreç içerisinde farklı misyonlar yüklenmiş olan meslek yüksekokulları, günümüzde sanayi, ticaret ve hizmet sektörlerinin gereksinim duyduğu, alanında yeterli bilgi ve beceriye sahip ara eleman yetiştirilmesi amacıyla kurulmuş teknik ve mesleki eğitim sisteminin önemli bir bileşeni olan yükseköğretim kurumlarından birisidir (Alkan, Suiçmez, Aydınkal ve Şahin, 2014). Bununla birlikte, günümüzde teknolojik ve sosyokültürel değişimlere ayak uydurmaya çalışsalar da bu eğitim kurumlarının, başlangıçtaki ortaya çıkış sebebi ve görevini son dönemlerde yerine getirip getiremediği tartışma konusudur. Mezun olan öğrencilerin istedikleri işe girebilmeleri ya da iş hayatına başladıklarında başarılı olabilmeleri için gerekli bilgi ve becerileri kazanmalarını sağlayacak deneyimlerin kaynağının üniversitede öğrencilere sunulan eğitim imkânları olduğu söylenebilir. Ancak yapılan bazı çalışmalar üniversitedeki birçok öğrencinin belirtilen bilgi ve becerileri kazanmak için gerekli çabayı göstermediğini de ortaya koymaktadır (Özgüngör, 2014). Bu bağlamda, meslek yüksekokullarının belirli sektörlere ara eleman yetiştirme konusundaki önemi, verilen eğitimler ve öğrencilerin bu eğitimlerden nasıl bir fayda sağladığı ile orantılı bir şekilde dikkate alınması gereken bir konudur. Okullarının bitmesi ile çalışma hayatına atılma zorunluluğu, öğrencilerin hayata bakışlarında da farklı etkilere sebep olabilmektedir. Bu çalışmada; meslek yüksekokulu öğrencilerinin kişisel ve iş hayatlarındaki başarılarında etkili olan benlik saygıları, geleceğe yönelik tutumları ve olumlu gelecek beklentileri ile mutlulukları arasındaki ilişkilerin ortaya çıkarılması amaçlanmıştır. Ayrıca, elde edilecek bulguların meslek yüksekokulları ve üniversite yönetimleri ile paylaşılması sayesinde gelecekte öğrencilere yönelik yapılacak eğitim-öğretim plan ve programlarına ışık tutması yanında, literatüre katkı yapılması da hedeflenmektedir.

Benlik saygısı, 1890 yılında ilk olarak William James tarafından Amerikan Psikoloji ders kitabında, ne olduğumuzu karşılaştırırken, kendimize olan saygımızı ifade eden öz değer duygusu geliştirmeyi hedeflediğimiz bir durum olarak tanımlanmıştır (Carr, 2011, s. 203). Benlik saygısı üzerine birçok çalışması olan Rosenberg (1965) benlik saygısını bireyin belirli bir nesneye yani kendisine yönelik pozitif ve negatif bir tutumu olarak tanımlamıştır. Branden (1995) ise benlik saygısını, yaşamın temel zorluklarıyla başa çıkmaya yetkin ve mutluluğa layık olarak kendini deneyimleme eğilimi olarak tanımlamıştır. Öte yandan, Tafarodi ve Swann (1995) benlik saygısını, kendini sevme ve öz yeterlilik şeklinde iki boyutlu bir yapıda incelemişlerdir. Kendini sevme boyutu, bir sosyal nesne olarak bireyin tecrübeleri ile kendisini değerli görmesini ve onaylamasını ifade etmektedir. Bununla birlikte bireyin, sosyal bir nesne olarak kendine iyi veya kötü bir insan olarak verdiği değer anlamına da gelmektedir (Taforodi ve Swann, 2001, s. 655). Yüksek düzeydeki kendini sevme, bireyin sosyal ortamlarda rahatlığına, pozitif konumlanmasına ve kendini kabullenmesine işaret etmektedir (Rogers, 1961, s. 11–12; Tafarodi ve Swann, 1995). Diğer taraftan, düşük düzeydeki kendini sevme ise bireyin yetersiz sayılabilecek bir sosyalleşme düzeyi yaşamasına, kendini değersiz görmesine neden olmaktadır (Blatt ve Zuroff, 1992; Watson ve Clark, 1984). Öz yeterlilik ise bireyin kendini önemli, olgun ve kontrol sahibi olarak görme hissidir. Bireyin yüksek öz yeterliliğe sahip olması, yapısı gereği birey üzerinde olumlu, duygusal ve değerli bir karakterinin olduğunu göstermektedir (Taforodi ve Swann, 1995, s. 325; Taforodi ve Swann, 2001, s. 654). Sonuç olarak, kendini sevme boyutu "bireyin kim olduğunu", öz yeterlilik boyutu ise "bireyin ne yapabileceğini" ortaya koymaktadır (Tafarodi ve Swann, 1995; Tafarodi ve Swann, 2001; Tafarodi, Wild ve Ho, 2010). Bu iki boyut arasındaki farklılık ise tamamen bağımsız oldukları anlamını taşımamaktadır. Kendini sevme boyutu kişisel başarılar üzerinde etkili iken, özyeterlilik boyutu ise sosyal değerin dolaylı bir kaynağıdır. Kişinin kendini değerlendirmesiyle ilişkili bu iki boyutun bileşkesi genel benlik saygısını oluşturmaktadır (Doğan ve Eryılmaz, 2013; Tafarodi, 1998; Tafarodi, Tam ve Milne, 2001).

Gençlerin geleceğe dönük beklentileri, içinde yaşadıkları toplumun gelişimini ve dinamiğini etkileyen önemli faktörlerden biridir. Günümüzde gençler için gelecek kaygısı çok erken yaşlarda başlamaktadır ve nitelikli bir insan olma yönündeki çabaları ilerleyen yıllarda da devam etmektedir. Sanayileşmiş toplumlarda da zaten bu beklenmektedir (Güleri, 1999). Gelecek beklentisine ilişkin çalışmaların başlangıcı geçen yüzyılın ilk çeyreğine dayanmaktadır. 1920'de, W. I. Thomas "eğer birey, içinde bulunduğu durumu gerçek olarak kabul ederse sonuçları da gerçek olur" diyerek, sonuçların beklentiler tarafından nasıl etkilendiğini vurgulamıştır. Thomas'a göre, bireyler eylemlere anlamlar yüklemekte ve bu anlamlar bireylerin gelecekteki davranışlarını şekillendirmektedir (Tatar, 2005). Bu çerçevede gelecek beklentisi, bireylerin gelecekle bağlantılı görüş, ilgi ve kaygılarını içeren bilişsel ha-

Online

ritalar olarak tanımlanmaktadır (Artar, 2003). Teorik bir bakış açısıyla yaklaşıldığında, gelecek ile ilgili beklentiler önemlidir, çünkü beklentiler kararların alınmasında en güçlü motivasyonlardır (Çuhadar, Demirel, Er ve Serdar, 2019). Öte yandan, öğrenciler açısından gelecek beklentisi, gençlerin gelecekte gerçekleşmesini umdukları durumlar şeklinde ifade edilebilir (Tuncer, 2011). Bunun yanında, öğrencilerin ön lisans eğitimine devam etme motivasyonları da onların geleceğe yönelik beklentileri ile ilgili bir fikir verebilir (Akbaşlı, Kubilay ve Durnalı, 2017). Gelecek beklentisi konusundaki araştırmalar, olumlu gelecek beklentisinin psikolojik durumu iyileştirdiğini ortaya koymaktadır ve bu araştırmalarda başarıya ve kişilerarası ilişkilere dönük planların öne çıktığı görülmektedir. Gençlerdeki gelecek beklentisi ise genellikle okulun bitmesi, bir işte başarılı olunması, evlilik ve çocuk sahibi olunması gibi planları kapsamaktadır (Şimşek, 2012). Bununla birlikte, beklentilerini gerçekleştiremeyen ve geleceğe yönelik planlarını iyi yapamayan bireylerin ümitsizlik duygusu yaşaması, strese maruz kalması söz konusu olabilmektedir (Tuncer, 2011).

İnsanlar, olaylara, durumlara, kişilere ve nesnelere dönük çeşitli tutumlara sahiptirler. İnsanların zaman boyutunda sahip olduğu tutumlardan biri de geleceğe yöneliktir (Eryılmaz ve Askeroğlu, 2019). Geleceğe yönelik tutum, bireyin kendi geçmişi, bugünü ve gelecekteki yaşam süresine yönelik olumlu ya da olumsuz duygusal tavrı anlamına gelir. Bununla birlikte, bireylerin, geçmiş ve şimdiki yaşam dönemlerine yönelik olumsuz tutumları olabilirken, gelecekleri ile ilgili genellikle olumlu ya da iyimser tutumları olabilmektedirler (Van Calster, Lens ve Nuttin, 1987). Öte yandan, gelecek zaman yönelimi kavramı, bireylerin geleceğe nasıl bir tutumla yaklaştıklarını ifade etmek amacıyla da kullanılmaktadır. Bireylerin gelecek yönelimleri yanında, bu yönelimdeki tutumların niteliği de önem taşımaktadır. Bu çerçevede bireyler, geleceğe olumlu ve olumsuz olmak üzere iki açıdan yönelmektedirler. Olumlu gelecek yönelimine sahip bireyler, gelecek konusunda oldukça iyimserdirler ve geleceğe umutla bakarlar. Böylece geleceğe umutla, iyimser olarak yönelen bir kişi amaçlarına ulaşmak için daha olumlu, ısrarcı bir çaba gösterecek ve kolay pes etmeyecektir (Eryılmaz, 2011; İmamoğlu ve Güler-Edwards, 2007). Özellikle, gelecekteki yaşamlarını planlamaya dönük pek çok amaç, umut ve hayali içeren bir dönemde olan üniversite öğrencileri için gelecek, içerdiği karmaşık ve zor görevlerle dikkatli bir planlama gerektirmektedir. Bu çerçevede, geleceğe yönelik tutumun olumlu olması; motivasyonun, umut dolu geleceğin, beklentilerin ve bu doğrultudaki planlamaların en önemli unsuru olmaktadır. Çünkü geleceğe yönelik amaç duygusunun, bireylerin değerli sonuçlara ulaşmada etkili olarak algılanan faaliyetler için motivasyonunda önemli olduğu varsayılmaktadır (Koçyiğit, 2014, s. 60).

Mutluluk kelimesi, refah ile aynı anlamda kullanılan bir kavramdır. Bu iki kavram günlük hayatta birbirleri yerine kullanılmaktadır (Doğan, 2016). Mutluluk, yaşamın duyuşsal ve bilişsel açıdan değerlendirilmesidir (Diener, 1984). Mutluluk sık görülen olumlu etki, yüksek yaşam memnuniyeti ve nadiren olumsuz etki şeklinde tanımlanabilir (Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005b). Pozitif psikoloji ile ilgili araştırmaların odağında mutluluk yoğun ilgi görmektedir. Mutluluğun elde edilebilir olup olamayacağı, içeriğinin ne olabileceği, nasıl ölçüleceği, belirleyicilerinin neler olduğu gibi sorulara cevaplar aranmıştır (Doğan, Sapmaz ve Akıncı Çötok, 2013). Mutlulukla ilgili yapılan araştırmalarda, mutlu bireylerin pozitif duygular yaşamalarının yanında, kendilerini iyi hissettikleri ve diğer kişilerle ilişkilerinde de daha başarılı oldukları ortaya çıkmıştır (Diener ve Seligman, 2002; Doğan ve Eryılmaz, 2013). Yine bu araştırmalarda, daha tatmin edici evliliklere ve ilişkilere, yüksek gelire, yüksek iş performansına, daha fazla sosyal katılıma, daha iyi bir sağlığa ve daha uzun bir ömre sahip oldukları da tespit edilmiştir (Diener, 2000; Lyubomirsky vd., 2005a). Buna göre bireyin sevinç, heyecan, güven ve gurur gibi pozitif duyguları sık yaşaması; nefret, korku, öfke, kaygı gibi negatif duyguları az yaşamasının yanında, yaşamın çeşitli alanlarından (aile, iş, kariyer vb.) yüksek doyum elde etmesi mutluluğunun göstergesi olarak değerlendirilmektedir (Diener, 1984; Doğan vd., 2013). Lyubomirsky vd. (2005b) mutlulukla ilgili araştırmaları kapsayan meta-analiz çalışmasında, mutluluğu belirleyen faktörleri üç grup altında toplamışlardır: Genetik özelliklerin %50 oranında, amaçlı etkinliklerin %40 oranında ve hayat şartlarının ise %10 oranında mutluluğu etkilediğini belirtmişlerdir.

İlgili literatürde, "benlik saygısı, olumlu gelecek beklentisi, geleceğe yönelik tutum ve mutluluk" arasındaki ilişki ve etkilerle ilgili çalışmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte, özellikle üniversite öğrencilerinde "benlik saygısı ile iyi oluş/mutluluk", "olumlu gelecek beklentisi, geleceğe yönelik tutum ile iyi oluş/mutluluk" gibi değişkenler arasındaki ilişkilere dönük bazı çalışmalar saptanmıştır. Paradise ve Kernis (2002) üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmalarında, yüksek benlik saygısının, düşük benlik saygısından daha fazla iyi oluşla ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Doğan ve Eryılmaz (2013) ise üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile öznel iyi oluşun pozitif yönde ilişkili olduğunu ve benlik saygısının öznel iyi oluşu pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığını tespit etmişlerdir. Demirtaş (2018) ise pedagojik formasyon eğitimi alan öğrencilerde cinsiyet, duygu düzenleme stratejileri, benlik saygısı ve mutluluk arasındaki ilişkileri incelemiş ve tüm bu değişkenlerin mutluluğu yordayıcılığını araştırmıştır. Bu çalışma

online

sonucunda ise bilişsel yeniden değerlendirme ile benlik saygısı (kendini sevme ve öz yeterlilik) ve mutluluk arasında pozitif yönde ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bajaj, Gupta ve Sengupta (2019) üniversite öğrencilerinde, farkındalığın duygusal istikrar ve benlik saygısı yoluyla dolaylı olarak mutlulukla ilişkili olduğu bir aracılık modelini test etmişlerdir. Bu araştırmanın sonuçları, duygusal istikrar ve benlik saygısı aracılığıyla farkındalığın mutlulukla ilişkili olduğunu göstermiştir. Lin (2015) üniversite öğrencileri üzerinde, minnettarlık ve depresyon arasındaki ilişkide hem benlik saygısının hem de psikolojik iyi oluşun arabuluculuk etkilerini incelemiştir. Bu çalışmada, benlik saygısı ve psikolojik iyi oluşun, minnettarlık ve depresyon arasındaki ilişkide tam aracı olarak hareket ettiği saptanmıştır. Sato ve Yuki (2014) üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ile okul yılı arasında anlamlı bir etkileşimin olduğunu saptamış ve öğrencilerin benlik saygısı ve mutlulukları arasındaki ilişkinin gücünün, birinci sınıf öğrencilerinde, ikinci sınıf öğrencilerine göre daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Kong, Zhao ve You (2013) ise üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada, benlik saygısının sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye aracı ve ılımlı etkilerini incelemişlerdir.

Kaya ve Ekşi (2019) üniversite öğrencilerinin geleceği ilişkin tutumlarının ve beklentilerinin iyi oluş düzeyleri ile ilişkisini ve olumlu, kaygılı ve planlı gelecek tutumlarından hangilerinin iyi oluşu en yüksek düzeyde yordadığını incelemişlerdir. Ehtiyar, Ersoy, Akgün ve Karapınar (2017) çalışmalarında, üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutum ve olumlu gelecek beklentileri ile psikolojik iyilik hali arasında anlamlı bir ilişkinin varlığını saptamış ve olumlu gelecek beklentisinin, geleceğe yönelik tutuma oranla psikolojik iyilik halini daha çok etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Öztemel ve Yıldız-Akyol (2019) ise mutluluk, sosyal destek ve gelecek zaman yöneliminin genç yetişkinlerin kariyer uyumluluğunu öngörüp öngöremeyeceğini incelemişlerdir. Bu çalışmanın sonuçları mutluluk, algılanan sosyal destek, geleceğe yönelik olumlu tutum ve geleceğe yönelik planlı tutumun kariyer uyumluluğuyla anlamlı olarak ilişkili olduğunu göstermiştir.

Yöntem

Çalışmanın amacı, önlisans (meslek yüksekokulu) öğrencilerinin benlik saygıları, geleceğe ilişkin beklentileri, geleceğe yönelik tutumları ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki ve etkilerin saptanıp, analiz edilmesidir. Araştırmada kullanılan temel veri toplama aracı envanterdir. Kullanılan envanterin ilk bölümünde öğrencilerin sosyodemografik özelliklerini belirlemeye yönelik sorulara yer verilmiştir. İkinci bölümde, Benlik Saygısı Ölçeği, üçüncü bölümde Geleceğe Yönelik Tutum ve Olumlu Gelecek Beklentisi ölçekleri kullanılmıştır. Son bölümde ise Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu kullanılmıştır. Öğrencilerin vermiş oldukları cevaplar doğrultusunda elde edilen veriler, SPSS 23.0 ve LISREL 8.54 istatistik paket programları ile analiz edilmiştir. İstatistiksel anlamda öncelikle ölçeklerin güvenilirliği (Cronbach alfa) test edilmiştir. Ardından ölçeklerin geçerliliğini sınamak amacıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır ve modellerin değerlendirilmesinde sık bildirilen uyum indeksleri olan SRMR, CFI, GFI, NFI, NNFI ve AGFI değerleri kullanılmıştır (Crowley ve Fan, 1997; Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008; Hu ve Bentler, 1999; McDonald ve Ho, 2002). Araştırmanın hipotezlerini test etmek için korelasyon ve regresyon analizleri kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Benlik Saygısı Ölçeği

Tafarodi ve Swann (2001) tarafından geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeği, benlik saygısını "kendini sevme" ve "öz yeterlilik" olarak adlandırılan iki boyutta değerlendiren 16 maddelik bir ölçektir. Tafarodi ve Swann (2001) ölçeğin güvenirlik katsayısını (Cronbach alfa) "öz yeterlilik" boyutu için kadınlarda 0.83, erkeklerde 0.82; "kendini sevme" boyutu için kadın ve erkeklerde 0.90 olarak tespit etmişlerdir. Doğan (2011) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda, özgün formunda olduğu gibi iki faktörlü yapısı doğrulanmıştır. Doğan (2011) ölçeğin güvenirlik katsayısını (Cronbach alfa) ise "kendini sevme" boyutu için 0.83, "öz yeterlilik" boyutu için 0.74 olarak rapor etmiştir. Mevcut araştırmada ise ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.80 olarak saptanırken, kendini sevme boyutu için 0.75; öz yeterlilik boyutu için 0.60 olarak saptanmıştır. Ayrıca, çalışma kapsamında ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi uyum indekslerinin (*SRMR*= 0.063; *CFI*=0.91; *GFI*=0.87; *NFI*=0.91; *NNFI*=0.89; *AGFI*=0.80) kabul edilebilir düzeylerde olduğu görülmüştür. Tablo 1'de ölçeğin alt boyutlarına ait tüm uyum indeksi sonuçları da yer almaktadır.

Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği

İmamoğlu (2001) tarafından geliştirilen 5 maddelik ölçek, bireylerin gelecekleri hakkındaki beklentilerinin olumluluk derecesini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin güvenirlik katsayısını (Cronbach alfa), İmamoğlu (2001) 0.85, İmamoğlu (2005) 0.92 ve İmamoğlu ve Güler-Edwards (2007) ise 0.72 olarak rapor etmişlerdir. Mevcut araştırmada ise ölçeğin güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.89 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca, çalışma kapsamında ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi uyum indekslerinin (*SRMR*=0.013; *CFI*=1.00; *GFI*=0.99; *NFI*=1.00; *NNFI*=1.00; *AGFI*=0.98) kabul edilebilir düzeylerde olduğu görülmüştür. Ayrıca Tablo 1'de ölçeğe ait tüm uyum indeksi sonuçları yer almaktadır.

Online

Tablo 1. Ölçeklerin DFA uyum indeksi değerleri.

Ölçekler	X^2/sd	RMSEA	RMR	SRMR	NFI	NNFI	CFI	GFI	AGFI
Benlik Saygısı Ölçeği	10.32	0.10	0.081	0.063	0.91	0.89	0.91	0.87	0.80
Kendini sevme	20.03	0.15	0.15	0.098	0.88	0.82	0.88	0.90	0.80
Öz yeterlilik	18.81	0.12	0.041	0.042	0.96	0.89	0.96	0.97	0.87
Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği	2.36	0.008	0.014	0.013	1.00	1.00	1.00	0.99	0.98
Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği	18.91	0.15	0.071	0.066	0.93	0.92	0.94	0.84	0.75
Olumlu yönelim	3.41	0.029	0.027	0.023	0.99	0.99	0.99	0.99	0.97
Planlı yönelim	11.81	0.082	0.057	0.044	0.95	0.87	0.96	0.98	0.92
Kaygılı yönelim	13.69	0.11	0.074	0.056	0.88	0.77	0.88	0.96	0.89
Mutluluk Ölçeği	18.44	0.13	0.056	0.046	0.95	0.95	0.95	0.95	0.86

Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği

Güler (2004) tarafından, üniversite öğrencilerinin geleceklerine yönelik tutumlarını ölçmek amacıyla geliştirilmiş üç boyutlu bir ölçektir. Her bir boyut 5 maddeden oluşmakta ve geleceğe olumlu, kaygılı ve planlı yönelimleri ölçmektedir. Güvenirlik katsayıları (Cronbach alfa), olumlu, kaygılı, planlı boyutlar için sırasıyla 0.80, 0.81 ve 0.79, tüm ölçek için 0.84 olarak bulunmuştur (İmamoğlu ve Güler-Edwards, 2007). Mevcut araştırmada ise ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.73 olarak saptanırken; olumlu yönelim boyutu için 0.90, kaygılı yönelim boyutu için 0.72 ve planlı yönelim boyutu için 0.71 olarak bulunmuştur. Ayrıca, çalışma kapsamında ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi uyum indekslerinin (*SRMR*=0.066; *CFI*=0.94; *GFI*=0.84; *NFI*=0.93; *NNFI*=0.92; *AGFI*=0.75) kabul edilebilir düzeylerde olduğu görülmüştür. Tablo 1'de ölçeğin alt boyutlarının tüm uyum indeksi sonuçları da yer almaktadır.

Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu

Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu mutluluk düzeyini tespit edebilmek amacıyla geliştirilmiş 8 maddelik bir ölçektir. Hills ve Argyle (2002) ölçeğin güvenirlik katsayısını (Cronbach alfa) 0.91 olarak rapor etmişlerdir. Doğan ve Akıncı Çötok (2011) tarafından ölçeğin Türkçe uyarlaması yapılmış ve psikometrik özellikleri incelenmiştir. Bu çalışmadaki faktör analizi sonuçları ölçeğin tek faktörlü 7 maddelik bir yapıya sahip olduğunu ortaya koymuştur ve ölçeğin güvenirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.74 olarak saptanmıştır (Doğan ve Akıncı Çötok, 2011). Mevcut araştırmada ise ölçeğin güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.69 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca, çalışma kapsamında ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi uyum indekslerinin (*SRMR*=0.046; *CFI*=0.95; *GFI*=0.95; *NFI*=0.95; *NNFI*=0.95; *AGFI*=0.86) kabul edilebilir düzeylerde olduğu görülmüştür. Tablo 1'de ölçeğin tüm uyum indeksi sonuçları yer almaktadır.

Evren ve Örneklem

Uygulama, Akdeniz Üniversitesinin en çok öğrenci sayısına sahip meslek yüksekokullarından biri olan Manavgat Meslek Yüksekokulundaki öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Manavgat Meslek Yüksekokulunda 2017–2018 eğitim öğretim yılı bahar döneminde aktif 3401 öğrenci olduğu ve bu öğrencilerden de 1900 tanesinin ders kaydı yaptırdığı tespit edilmiştir. Uygulamada ise ilgili dönemde ders kaydı yaptıran 736 öğrenciye ulaşılabilmiştir. Elde edilen bu sayıdan eksik cevap verenlerin ayrıştırılmasından sonra, toplamda 715 öğrenciden elde edilen verilerle analizler gerçekleştirilmiştir. Böylece, örneklemin evreni temsil etme oranı %37 (715/1900) olarak tespit edilmiş ve ulaşılan bu sayının araştırma için yeterli düzeyde olduğu görülmüştür (Gürbüz ve Şahin, 2017, s. 130).

Katılımcı Profili

Tablo 2'de görüleceği üzere, çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması 21±2.04 olup %57.5'i erkek, %42.5'i kadındır ve öğrenciler ayda ortalama 501–1000 TL arasında harcama yapmaktadırlar. Öğrencilerin %59.9'u 2. sınıfta ve %69.2'si birinci öğrenimde okumaktadır. Öğrencilerin okudukları bölümlerin dağılımına bakıldığında ise %29.9'unun Turizm ve Otel İşletmeciliği, %18.9'unun İşletme Yönetimi, %14.1'inin Muhasebe ve Vergi Uygulamaları, %11.9'unun Bilgisayar Programcılığı, %9.8'inin Aşçılık, %7.7'sinin Turizm ve Seyahat Hizmetleri ve %7.1'inin Pazarlama bölümünde olduğu görülmüştür. Öğrencilerin %35.9'u ilçeden, %31.5'i büyükşehirden, %15.5'i köy-kasabadan, %13.3'ü şehirden ve %3.8'i ise beldeden gelmiştir. Öğrencilerin %52'si de okudukları bölümden, %42'si ise okudukları okuldan memnun olduklarını ifade etmiştir. Araştırma kapsamında öğrencilerin sosyo-demografik özellikleri ile ilgili ayrıntılar Tablo 2'de yer almaktadır.

Online

Tablo 2. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri (*n*=715).

		Sayı/Ort±SS	%
Cinsiyet	Kadın	304	42.5
	Erkek	411	575
Öğrenim durumu	Birinci öğretim	495	69.2
	İkinci öğretim	220	30.8
Aylık harcama (TL)	500'e kadar	190	26.6
	501–1000	281	39.3
	1001–1500	133	18.6
	1501–2000	66	9.2
	2001 ve üzeri	45	6.3
Sınıf	1.	287	40.1
	2.	428	59.9
Bölüm	Turizm ve Seyahat	55	7.7
	Turizm ve Otel İşletmeciliği	214	29.9
	Aşçılık	70	9.8
	Muhasebe ve Vergi Uygulamaları	101	14.1
	Pazarlama	55	7.7
	Bilgisayar Programcılığı	85	11.9
	İşletme Yönetimi	135	18.9
İkamet	Köy-kasaba	111	15.5
	Belde	27	3.8
	İlçe	257	35.9
	Şehir	95	13.3
	Büyükşehir	225	31.5
Okuldan memnuniyet	Memnunum	300	42.0
	Kararsızım	198	27.7
	Memnun değilim	217	30.3
Bölümden memnuniyet	Memnunum	372	52.0
	Kararsızım	152	21.3
	Memnun değilim	191	26.7
Yaş ortalaması		21±2.04	

online

Hipotezler

Araştırmanın amacı doğrultusunda, üniversite öğrencilerinde benlik saygısı, olumlu gelecek beklentisi, geleceğe yönelik tutum ve mutluluk arasındaki ilişki ve etkileri tespit etmek amacıyla oluşturulmuş hipotezler şunlardır:

- **H1:** *Benlik saygısı alt boyutu olan kendini sevme ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki vardır.*
- **H2:** *Benlik saygısı alt boyutu olan öz yeterlilik ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki vardır.*
- **H3:** *Geleceğe yönelik tutum alt boyutu olan olumlu yönelim ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki vardır.*
- **H4:** *Geleceğe yönelik tutum alt boyutu olan kaygılı yönelim ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki vardır.*
- **H5:** *Geleceğe yönelik tutum alt boyutu olan planlı yönelim ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki vardır.*
- **H6:** *Olumlu gelecek beklentisi ile mutluluk arasında anlamlı bir ilişki vardır.*
- **H7:** *Benlik saygısı alt boyutu olan kendini sevme mutluluğu pozitif yönde etkilemektedir.*
- **H8:** *Benlik saygısı alt boyutu olan öz yeterlilik mutluluğu pozitif yönde etkilemektedir.*
- **H9:** *Geleceğe yönelik tutum alt boyutu olan olumlu yönelim mutluluğu pozitif yönde etkilemektedir.*
- **H10:** *Geleceğe yönelik tutum alt boyutu olan kaygılı yönelim mutluluğu negatif yönde etkilemektedir.*
- **H11:** *Geleceğe yönelik tutum alt boyutu olan planlı yönelim mutluluğu pozitif yönde etkilemektedir.*
- **H12:** *Olumlu gelecek beklentisi mutluluğu pozitif yönde etkilemektedir.*

Tablo 3. Ölçeklerin madde sayıları, ortalamaları ve Cronbach alfa katsayıları.

Ölçekler	Madde sayısı	Ort±SS	Cronbach alfa
Benlik Saygısı Ölçeği	16	3.43±0.55	0.80
Kendini sevme	8	3.59±0.68	0.75
Öz yeterlilik	8	3.26±0.54	0.60
Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği	5	3.73±0.88	0.89
Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği	15	3.50±0.50	0.73
Olumlu yönelim	5	3.89±0.86	0.90
Planlı yönelim	5	3.64±0.75	0.71
Kaygılı yönelim	5	2.95±0.81	0.72
Mutluluk Ölçeği	7	3.47±0.68	0.69

Bulgular

Bu çalışmada, istatistiksel temelde verilere öncelikle güvenilirlik analizi uygulanmıştır. Benlik Saygısı Ölçeğinin genel güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.80 olarak saptanırken; ölçeğin "kendini sevme" alt boyutu için 0.75; "öz yeterlilik" alt boyutu için ise 0.60 olarak saptanmıştır. Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeğinin güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.89 olarak tespit edilmiştir. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğinin genel güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) 0.73 olarak saptanırken; alt boyutları olan "olumlu yönelim" için 0.90, "kaygılı yönelim" için 0.72 ve "planlı yönelim" için ise 0.71 olarak tespit edilmiştir. Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formunun güvenilirlik katsayısı (Cronbach alfa) ise 0.69 olarak bulunmuştur. Ölçeklerin madde sayıları, ortalamaları ve Cronbach alfa güvenirlik katsayıları Tablo 3'de yer almaktadır.

Çalışmada, öğrencilerin Benlik Saygısı Ölçeği puan ortalaması 3.43±0.55 iken bu ölçeğin alt boyutlarının ortalamaları ise kendini sevme için 3.59±0.68 ve öz yeterlilik için 3.26±0.54 olarak tespit edilmiştir. Katılımcı öğrencilerin Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği puan ortalaması 3.73±0.88 olarak saptanmıştır. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği puan ortalaması 3.50±0.50 ve bu ölçeğin alt boyutlarının puan ortalamaları ise olumlu yönelim için 3.89±0.86, planlı yönelim için 3.64±0.75, kaygılı yönelim için 2.95±0.81 olarak saptanmıştır. Mutluluk Ölçeğinin puan ortalamasının ise 3.47±0.68 olduğu görülmüştür (Tablo 3).

Çalışmadaki ilk altı hipotezi test etmek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Tablo 4'te yer alan Pearson korelasyon matrisine göre; Benlik Saygısı Ölçeğinin "kendini sevme" alt boyutu ile mutluluk (r=0.636; p<0.01) arasında istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ve **H**ı hipo-

Tablo 4. Korelasyon analizi sonuçları.

		Kendini sevme	Öz yeterlilik	Olumlu yönelim	Kaygılı yönelim	Planlı yönelim	Olumlu gelecek beklentisi	Mutluluk
Kendini sevme	Pearson korelasyonu	1	.602*	.522*	-.381*	.498*	.514*	.636*
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000
Öz yeterlilik	Pearson korelasyonu		1	.399*	-.353*	.415*	.375*	.487*
	Sig. (2-tailed)			.000	.000	.000	.000	.000
Olumlu yönelim	Pearson korelasyonu			1	-.154*	.650*	.712*	.575*
	Sig. (2-tailed)				.000	.000	.000	.000
Kaygılı yönelim	Pearson korelasyonu				1	-.213*	-.113*	-.326*
	Sig. (2-tailed)					.000	.003	.000
Planlı yönelim	Pearson korelasyonu					1	.638*	.576*
	Sig. (2-tailed)						.000	.000
Olumlu gelecek beklentisi	Pearson korelasyonu						1	.577*
	Sig. (2-tailed)							.000
Mutluluk	Pearson korelasyonu							1
	Sig. (2-tailed)							

*Korelasyon 0.01 düzeyinde çift taraflı öneme sahiptir.

Online

tezi kabul edilmiştir. Benlik Saygısı Ölçeğinin "öz yeterlilik" alt boyutu ile mutluluk (r=0.487; p<0.01) arasında istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ve **H2** hipotezi kabul edilmiştir. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğinin "olumlu yönelim" alt boyutu ile mutluluk (r=0.575; p<0.01) arasında istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ve **H3** hipotezi kabul edilmiştir. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğinin "kaygılı yönelim" alt boyutu ile mutluluk (r=-0.326; p<0.01) arasında istatistiksel olarak negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ve **H4** hipotezi kabul edilmiştir. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğinin "planlı yönelim" alt boyutu ile mutluluk (r=0.576; p<0.01) arasında istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ve **H5** hipotezi kabul edilmiştir. Olumlu gelecek beklentisi ile mutluluk (r=0.577; p<0.01) arasında istatistiksel olarak pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. **H6** hipotezi de kabul edilmiştir.

Çalışmanın diğer altı hipotezini test etmek için regresyon analizi yapılmıştır. Bu analiz neticesinde, çalışmanın bağımsız değişkenlerinden benlik saygısının alt boyutları olan "kendini sevme" ve "öz yeterliliğin" mutluluğu pozitif yönde etkilediği ve bu alt boyutların mutluluğun anlamlı birer yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Ayrıca, mutluluk üzerinde en fazla etkiye sahip benlik saygısı alt boyutlarının sırasıyla; "kendini sevme" (β=0.301; t=8.227; p<0.0001) ve "öz yeterlilik" (β=0.080; t=2.446; p<0.0001) olduğu görülmüştür. Böylece, çalışmanın **H7** ve **H8** hipotezleri kabul edilmiştir. Çalışmanın diğer bağımsız değişkenlerinden geleceğe yönelik tutum alt boyutları olan "olumlu yönelim" ve "planlı yönelimin" mutluluğu pozitif yönde, "kaygılı yönelimin" ise mutluluğu negatif yönde etkilediği ve bu alt boyutların tümünün mutluluğun anlamlı birer yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte, mutluluk üzerinde en fazla etkiye sahip geleceğe yönelik tutum alt boyutlarının ise sırasıyla; "planlı yönelim" (β=0.175; t=4.784; p<0.0001), "olumlu yönelim" (β=0.131; t=3.297; p<0.0001) ve "kaygılı yönelim" (β=-0.104; t=3.672; p<0.0001) olduğu görülmüştür. Böylece, çalışmanın **H9**, **H10** ve **H11** hipotezleri kabul edilmiştir. Olumlu gelecek beklentisinin de mutluluğu pozitif yönde (β=0.174; t=4.426; p<0.0001) etkilediği saptanmış ve çalışmanın **H12** hipotezi de kabul edilmiştir.

Benlik saygısı ve geleceğe yönelik tutum alt boyutları ve olumlu gelecek beklentisinin mutluluktaki değişimi açıklama oranı %54'tür (Düzeltilmiş R^2=0.54; p<0,0001). Ayrıca, tüm bağımsız değişkenler içerisinde mutluluk üzerinde en fazla etkiye sahip olanın "kendini sevme" boyutu olduğu görülmüş ve bunu sırasıyla "planlı yönelim", "olumlu gelecek beklentisi", "kaygılı yönelim", "olumlu yönelim" ve son sırada ise "öz yeterlilik" izlemektedir. Regresyon analizi sonucunda elde edilen bulgular Tablo 5'te yer almaktadır.

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmanın amacı, ön lisans (meslek yüksekokulu) öğrencilerinin benlik saygıları, geleceğe ilişkin beklentileri, geleceğe yönelik tutumları ve mutluluk düzeyleri arasındaki karşılıklı ilişki ve etkilerin saptanmasıdır. Uygulama, Akdeniz Üniversitesinin en çok öğrenci sayısına sahip meslek yüksekokullarından biri olan Manavgat Meslek Yüksekokulundaki öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Üniversite öğrencilerinin benlik saygılarının 3.43, olumlu gelecek beklentisinin 3.73, geleceğe yönelik tutumlarının 3.50 ve mutluluk düzeylerinin de 3.47 ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin bu ölçeklerden aldıkları puanlar, ortalamanın üzerinde ve birbirine yakın olmakla birlikte, Benlik Saygısı Ölçeği puanlarının en düşük; Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği puanlarının ise en yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür.

Korelasyon analizi sonucunda, Benlik Saygısı Ölçeğinin alt boyutları olan "kendini sevme" ve "öz yeterlilik" ile mutluluk arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Benzer şekilde, Demirtaş (2018) da çalışmasında, benlik saygısı (kendini sevme ve öz yeterlilik) ve mutluluk arasında pozitif yönde bir

Tablo 5. Regresyon analizi sonuçları.

	Beta	*T*	*Sig.*	*R*	*R²*	Düzeltilmiş *R²*	*F*
(Sabit)		5.110	.000				
Kendini sevme	.301	8.227	.000				
Özyeterlilik	.080	2.446	.015				
Olumlu yönelim	.131	3.297	.000	.735	.540	.536	138.279
Kaygılı yönelim	-.104	-3.672	.000				
Planlı yönelim	.175	4.784	.000				
Olumlu gelecek beklentisi	.174	4.426	.000				

Bağımlı değişken: Mutluluk.

Online

ilişkinin olduğunu saptamıştır. Doğan ve Eryılmaz (2013) da yine benlik saygısı ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Kong ve diğerleri (2013) ise öznel iyi oluşun her bir bileşeninin sosyal destek ve genel benlik saygısı ile önemli ilişkileri olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Yine korelasyon analizi sonucunda, mutluluk ile Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğinin alt boyutları olan olumlu yönelim ve planlı yönelim arasında pozitif yönlü; kaygılı yönelim boyutu arasında ise negatif yönlü ilişkiler saptanmıştır. Olumlu gelecek beklentisi ile mutluluk arasında da pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Kaya ve Ekşi (2019) de benzer şekilde, iyi oluş ile kaygılı gelecek tutumunun negatif yönde; olumlu gelecek beklentisi ve planlı gelecek tutumlarının ise pozitif yönde ilişkili olduğunu saptamışlardır. Böylece geleceğe dair olumlu beklentilere sahip ve planlayıcı bir yaklaşımla gelecek yaşamını düzenlemeye çalışan öğrencilerin mutluluk düzeylerinin arttığı sonucuna varılabilir. Diğer yandan, geleceğin belirsizliği nedeniyle kaygı ve korku yaşayabilen öğrencilerin de mutluluk düzeylerinin olumsuz etkileneceği ifade edilebilir. Özellikle bir ülkenin geleceği olarak nitelenen gençlerin mutluluğu ve refahının, olumlu gelecek beklentileriyle yakından ilişkili olduğu söylenebilir.

Regresyon analizi sonucunda ise çalışmanın bağımsız değişkenlerinden benlik saygısının alt boyutları olan kendini sevme ve öz yeterliliğin mutluluğu pozitif yönde etkilediği ve bu alt boyutların mutluluğun anlamlı birer yordayıcısı olduğu saptanmıştır. Öte yandan, çalışmanın diğer bağımsız değişkenlerinden geleceğe yönelik tutumun alt boyutları olan olumlu yönelim ve planlı yönelimin mutluluğu pozitif yönde, kaygılı yönelimin ise mutluluğu negatif yönde etkilediği ve bu alt boyutların tümünün mutluluğun anlamlı birer yordayıcısı olduğu da tespit edilmiştir. Bununla birlikte, olumlu gelecek beklentisinin de mutluluğu pozitif yönde etkilediği saptanmıştır. Benlik saygısı ve geleceğe yönelik tutum alt boyutları ve olumlu gelecek beklentisinin mutluluktaki değişimi açıklama oranı %54 gibi yüksek bir oranda tespit edilmiştir. Mutluluk üzerinde en fazla etkiye sahip benlik saygısı alt boyutlarının sırasıyla, kendini sevme ve öz yeterlilik olduğu görülmüştür. Mutluluk üzerinde en fazla etkiye sahip geleceğe yönelik tutum alt boyutlarının ise sırasıyla; planlı yönelim, olumlu yönelim ve kaygılı yönelim olduğu görülmüştür. Öte yandan, regresyon analizinde tüm bağımsız değişkenler içerisinde mutluluk üzerinde en fazla etkiye sahip olanın kendini sevme alt boyutu olduğu görülmüş, bunu sırasıyla; planlı yönelim, olumlu gelecek beklentisi, kaygılı yönelim, olumlu yönelim ve son sırada da öz yeterlilik alt boyutunun izlediği saptanmıştır. Benzer şekilde, Ehtiyar ve diğerleri (2017) çalışmalarında, öğrencilerin geleceğe yönelik tutum ve olumlu gelecek beklentileri ile psikolojik iyilik hali arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu ve olumlu gelecek beklentisinin, geleceğe yönelik tutuma göre psikolojik iyilik halini daha fazla etkilediği sonucunu elde etmişlerdir. Kaya ve Ekşi (2019) de olumlu, planlı ve kaygılı yönelimin iyi oluşu yordadığını saptamışlar ve bu değişkenler içerisinde olumlu gelecek yöneliminin en yüksek yordayıcılık düzeyine sahip olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca, olumlu gelecek beklentisinin iyi oluş skorlarını yordadığı modelde en yüksek varyansın (R^2=.36) açıklandığını da saptamışlardır. Sato ve Yuki (2014) ise çalışmalarında, öğrencilerin benlik saygısı ve mutlulukları arasındaki ilişkinin gücünün, birinci sınıf öğrencilerinde ikinci sınıf öğrencilerine göre daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Elde ettiğimiz bu bulgular, mutluluk üzerinde benlik saygısının kendini sevme alt boyutunun önemini ortaya koymaktadır. Böylece, gençlerin mutluluklarının en temel unsurlarından birisinin bireyin kendini sevmesi ve kendine değer vermesi olduğu söylenebilir. Ayrıca, geleceğe yönelik tutum alt boyutlarından planlı yönelimin ve olumlu gelecek beklentisinin mutluluk üzerindeki önemli etkisinin gençlerin gelecek kaygılarının ön planda olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Öte yandan, mutluluk üzerinde en düşük etkiye sahip değişkenin, benlik saygısı alt boyutu olan öz yeterlilik olarak saptanması ise hayatlarının başlangıcındaki meslek yüksekokulu öğrencilerinin kendilerini yeterli bilgi, beceri ve olgunluğa henüz tam olarak erişemedikleri düşüncesinden ileri gelebileceği düşünülmektedir.

Bir toplumda gençlerin geleceğe yönelik tutum ve beklentileri ile benlik saygıları o toplumun gelişme dinamiğini etkileyen önemli unsurlardandır. Bu açıdan bakıldığında, üniversite yönetimlerinin öğrencilerin geleceğe yönelik tutum ve beklentilerinin, benlik saygıları ve dolayısıyla mutluluklarının artırılmasına dönük stratejiler geliştirmesi gerektiği söylenebilir. Bununla birlikte, üniversitelerde bu konularda iyileştirici önlemler alabilmek için rehberlik ve psikolojik danışmanlık hizmetleri gerçekleştirilmelidir ve bu hizmetlerin öğrencilerin kolayca faydalanabileceği hale getirilmesi sağlanmalıdır. Ayrıca üniversite yönetimleri, öğrenciler üzerinde yapacakları araştırmalarla onların geleceğe yönelik tutum ve beklentilerinde ve benlik saygılarının artırılmasında etkili olan unsurları tespit ederek iyileştirici önlemler de alabilirler. Öte yandan, öğrencilerin mutluluk düzeylerindeki artış gelecek beklentilerinin daha olumlu olması açısından da önem taşımaktadır. Geleceğe yönelik tutumun performans ve başarı ile doğru orantılı olduğu düşünüldüğünde, öğrencilerin geleceğe daha planlı ve olumlu şekilde yönlendirilmesi ve desteklenmesi hayatlarını pozitif yönde etkileyebilecektir.

Meslek yüksekokullarında verilen eğitimin, ulusal ve uluslararası ihtiyaçlar, gelişen teknoloji ve iş dünyasının ihtiyaçları doğrultusunda analiz edilip, gerekli düzenlemelerin yapılması, mezunların ilgili sektörlerde tercih edilen ara elemanlar olarak istihdam edilmelerini kolaylaştıracaktır. Türkiye'deki pek çok işveren, yeterli bilgi ve beceriye sahip nitelikli eleman temini

Online

konusunda ciddi sıkıntılar yaşadıklarını ifade etmektedirler. Meslek yüksekokulları sayesinde bu konuda çok önemli ilerlemeler sağlanmasına rağmen, halen yapılması gereken birçok iyileştirmenin olduğu da bir gerçektir (Alkan vd., 2014). Bu çerçevede, meslek yüksekokullarının ara eleman yetiştirme konusundaki önemi göz önüne alındığında, öğrencilerin geleceğe yönelik planlı ve olumlu tutumları sayesinde iş yaşamına uyum ve kariyerlerinde ilerleme sağlayabilmelerinde sektörle iletişimlerini artırmak için okul yönetimlerinin öğrencileri yönlendirme ve desteklemede daha etkin olmaları gerektiği düşünülmektedir. Üniversite öğrencilerinin de içinde yer aldığı gençlik çağı, şüphesiz bireyin hayatında ve gelişimindeki en önemli dönemlerden biridir. Bununla birlikte, gençlik ve bu dönemin sorunları da toplumların ve eğitim kurumlarının önemli konularından biri olagelmiştir. Böylece bu çalışmada elde edilen bulguların, üniversite öğrencisi gençleri anlama, eğitim ve kariyer olanaklarını artırma ve sorunlarına çözüm üretme noktasında yol gösterici olması umulmaktadır.

Bununla birlikte, çalışmanın bazı kısıtları da bulunmaktadır. Araştırmada elde edilen verilerin öz bildirime dayalı ve kesitsel olması çalışmanın önemli kısıtlarından biridir. Çalışmanın diğer kısıtlarından biri ise örneklem grubunun sadece üniversite öğrencilerinden oluşmasıdır. Üniversite öğrencilerinin toplumun küçük bir kesimini oluşturması yanında üniversitede okumanın bu bireylerin benlik saygıları ve zaman yönelimleri üzerinde olumlu etkilerinin de olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, çalışmanın diğer bir sınırlılığı da üniversite öğrencilerinin genellikle toplumun orta ve üst sosyoekonomik düzeyinden gelmesidir. Tüm bu nedenlerle, bundan sonraki çalışmaların meslek yüksekokulu öğrencileri dışında lise, fakülte, lisansüstü öğrencileri gibi farklı öğrenim kademelerindeki ve farklı sosyoekonomik düzeylerdeki gençler üzerinde gerçekleştirilmesi önerilebilir. Bunun yanında, gelecekteki araştırmalarda öğrencilerin kişilik özellikleri, sosyal destek algıları, kariyer seçimleri, yılmazlık ve umutsuzluk durumları gibi değişkenlerin mutluluk üzerindeki etkileri de incelenebilir. Ayrıca, çalışmada ele alınan değişkenlerin aracı etkilerini test etmek için yapısal eşitlik modelinin kullanıldığı çalışmalar da gerçekleştirilebilir. Bununla birlikte, ileride yapılacak çalışmalarda boylamsal desen kullanılarak meslek yüksekokulu ve diğer kademelerdeki öğrencilerin mutluluk düzeyleri daha geniş zamanlı ve karşılaştırmalı olarak değerlendirilebilir. Son olarak, daha derinlemesine bilgi alabilmek amacıyla, nicel araştırmalar yanında nitel araştırmaların gerçekleştirilmesi de literatüre katkı sağlayabilecektir.

Yazar Katkıları / Author Contributions: BT: Fikir, tasarım, danışmanlık/denetleme, kaynak taraması, makalenin yazılması, bulguların yorumlanması, eleştirel inceleme; MBK: Tasarım, veri toplanması, veri analizi, kaynak taraması, makalenin yazılması ve eleştirel inceleme. / *BT: Project idea, conceiving and designing research, study monitoring, literature search, writing manuscript, interpreting the results, critical reading and final check of the manuscript; MBK: Conceiving and designing research, data collection, data analysis, literature search, writing manuscript, critical reading and final check of the manuscript.*

Fon Desteği / Funding: Bu çalışma herhangi bir resmi, ticari ya da kar amacı gütmeyen organizasyondan fon desteği almamıştır. / *This work did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.*

Etik Standartlara Uygunluk / Compliance with Ethical Standards: Yazarlar bu makalede araştırma ve yayın etiğine bağlı kalındığını, Kişisel Verilerin Korunması Kanunu'na ve fikir ve sanat eserleri için geçerli telif hakları düzenlemelerine uyulduğunu ve herhangi bir çıkar çakışması bulunmadığını belirtmiştir. / *The authors stated that the standards regarding research and publication ethics, the Personal Data Protection Law and the copyright regulations applicable to intellectual and artistic works are complied with and there is no conflict of interest.*

Kaynaklar

Akbaşlı, S., Kubilay, S., & Durnalı, M. (2017). Önlisans öğrencilerinin gelecek beklentileri ile akademik motivasyonlarının incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, *14*(4), 4678–4693.

Aksoy, A. B., Güngör Aytar, A., & Kaytez N. (2017). Üniversite öğrencilerinin mutluluk ve alçakgönüllülük düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *25*(3), 1119–1132.

Alkan, R. M., Suiçmez, M., Aydınkal, M., & Şahin, M. (2014). Meslek yüksekokullarındaki mevcut durum: Sorunlar ve bazı çözüm önerileri. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, *4*(3), 133–140.

Artar, M. (2003). Depremi yaşayan ergenlerin gelecek beklentilerinin içeriği. *Kriz Dergisi*, *11*(3), 21–27.

Bajaj, B., Gupta, R., & Sengupta, S. (2019). Emotional stability and self-esteem as mediators between mindfulness and happiness. *Journal of Happiness Studies*, *20*(7), 2211–2226.

Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and selfdefinition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, *12*, 527–562.

Boniwell, I. (2013). Introduction to positive education. In S. A. David, I. Boniwell, & A. C. Ayers (Eds.), *The Oxford handbook of happiness* (pp. 535–539). Oxford: Oxford University Press.

Branden, N. (1995). *The six pillars of self-esteem*. New York, NY: Bantam Books.

Carr, A. (2011). *Positive psychology: the science of happiness and human strengths* (2nd ed.). London: Routledge.

Crowley, S. L., & Fan, X. (1997). Structural equation modeling: Basic concepts and applications in personality assessment research. *Journal of Personality Assessment*, *68*(3), 508–531.

Çuhadar, A., Demirel, M., Er, Y., & Serdar, E. (2019). Lise öğrencilerinde boş zaman yönetimi ve gelecek beklentisi ilişkisi. *Journal of International Social Research*, *12*(66), 1498–1505.

Demirtaş, A. S. (2018). Duygu düzenleme stratejileri ve benlik saygısının mutluluğu yordayıcılığı. *Turkish Studies Educational Sciences*, *13*(11), 487–503.

Online

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *95*(3), 542–575.

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

Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, *13*(1), 81–84.

Doğan, T. (2011). Two-Dimensional Self-Esteem: Adaptation of the self-liking / self-competence scale into Turkish, a validity and reliability study. *Education and Science*, *36*(162), 126–137.

Doğan, T., & Akıncı Çötok, N. (2011). Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, *4*(36), 165–172.

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

Doğan, T., & Sapmaz, F. (2012). Oxford Mutluluk Ölçeği Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin üniversite öğrencilerinde incelenmesi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, *25*(4), 297–304.

Doğan, T., Sapmaz, F., & Akıncı Çötok, N. (2013). Öz-eleştiri ve mutluluk. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *21*(1), 391–400.

Doğan, U. (2016). Effects of social network use on happiness, psychological well-being and life satisfaction of high school students: Case of Facebook and Twitter. *Education and Science*, *41*(183), 217–231.

Ehtiyar, V. R., Ersoy, A., Akgün, A., & Karapınar, E. (2017). Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutum ve olumlu gelecek beklentilerinin psikolojik iyilik halleri üzerindeki etkisi. *Mediterranean Journal of Humanities*, *7*(2), 251–262.

Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences*, *24*(3), 209–215.

Eryılmaz, A., & Askeroğlu, K. (2019). Kariyer uyumluluğunun, geleceğe yönelik tutumlar ile yaşam doyumu açısından incelenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, *6*(19), 67–76.

Güler, A. (2004). *Relationship between self-construals and future time orientations.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Güleri, M. (1999). Üniversiteli ve işçi gençliğin gelecek beklentileri ve kötümserlik-iyimserlik düzeyleri. *Kriz Dergisi*, *5*(1), 55–65.

Gürbüz, S., & Şahin, F. (2017). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri felsefe-yöntem-analiz.* Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford happiness questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, *33*, 1073–1082.

Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, *6*(1), 53–60.

Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, *6*(1), 1–55.

İmamoğlu, E. O. (2001). Need for cognition versus recognition: self and family related correlates. *Unpublished article*, Middle East Technical University, Ankara.

İmamoğlu E. O., & Güler-Edwards A. (2007). Geleceğe ilişkin yönelimlerde benlik tipine bağlı farklılıklar. *Türk Psikoloji Dergisi*, *22*(60), 115–132.

İmamoğlu, S. (2005). *Secure exploration: Conceptualization, type and relationships with secure attachment, self construals and other self-related variables.* Yayınlanmamış doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.

Kaya, Ç., & Ekşi, H. (2019). Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutum ve beklentilerinin iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *International Congress on Psychological Counseling and Guidance in Higher Education* (pp. 203–208.), November 15–17, 2019, İstanbul.

Koçyiğit, M. (2014). *Cinsiyete ve ait olma düzeylerine göre üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutumları.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2013). Self-esteem as mediator and moderator of the relationship between social support and subjective well-being among Chinese university students. *Social Indicators Research*, *112*(1), 151–161.

Lin, C. (2015). Gratitude and depression in young adults: The mediating role of self-esteem and well-being. *Personality and Individual Differences*, *87*, 30–34.

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005a). The benefits of frequent positive affect: Does happines lead to success? *Psychological Bulletin*, *131*(6), 803–855.

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

McDonald, R. P., & Ho, M. H. R. (2002). Principles and practice in reporting structural equation analyses. *Psychological Methods*, *7*(1), 64–82.

Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, *6*(1), 10–19.

Özgüngör, S. (2014). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı düzeyine göre kimlik statüleri ile başarı yönelimleri arasındaki ilişki. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *35*(1), 33–46.

Öztemel, K., & Yıldız-Akyol, E. (2019). The predictive role of happiness, social support, and future time orientation in career adaptability. *Journal of Career Development*, *48*(3), 199–212.

Paradise, A. W., & Kernis, M. H. (2002). Self-Esteem and psychological well-being: Implications of fragile self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *21*(4), 345–361.

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person, a therapist's view of psychotherapy.* Boston, MA: Houghton Mifflin Company.

Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image.* Princeton, NJ: Princeton University Press.

Sato, K., & Yuki, M. (2014). The association between self-esteem and happiness differs in relationally mobile vs. stable interpersonal contexts. *Frontiers in Psychology*, *5*, 1113.

Şimşek, H. (2012). Güneydoğu Anadolu bölgesindeki lise öğrencilerinin gelecek beklentileri ve gelecek beklentilerini etkileyen faktörler. *Kurumsal Eğitimbilim Dergisi*, *5*(1), 90–109.

Tafarodi, R. W. (1998). Paradoxical self-esteem and selectivity in the processing of social information. *Journal of Personality & Social Psychology*, *74*(5), 1181–1196.

Online

Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (1995). Self-liking and self-competence as dimensions of global self-esteem: Initial validation of a measure. *Journal of Personality Assessment*, *65*(2), 322–342.

Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (2001). Two dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, *31*(5), 653–673.

Tafarodi, R. W., Wild, N., & Ho, C. (2010). Parental authority, nurturance, and two dimensional self-esteem. *Scandinavian Journal of Psychology*, *51*(4), 294–303.

Tafarodi, R. W., Tam, J., & Milne, A. B. (2001). Selective memory and the persistence of paradoxical self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *27*(9), 1179–1189.

Tatar, M. (2005). Öğretmen beklentisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *2*(2), 1–17.

Tuncer, M. (2011). Yükseköğretim gençliğinin gelecek beklentileri üzerine bir araştırma. *Turkish Studies – International Periodical For The Language, Literature and History of Turkish or Turkic*, *6*(2), 935–948.

Van Calster, K., Lens, W., & Nuttin, J. R. (1987). Affective attitude toward the personal future: Impact on motivation in high school boys. *The American Journal of Psychology*, *100*(1), 1–13.

Watson, D., & Clark, L. A. (1984). Negative affectivity the disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, *96*(3), 465–490.

Bu makale Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 4.0 Unported (CC BY-NC-ND 4.0) Lisansı standartlarında; kaynak olarak gösterilmesi koşuluyla, ticari kullanım amacı ve içerik değişikliği dışında kalan tüm kullanım (çevrimiçi bağlantı verme, kopyalama, baskı alma, herhangi bir fiziksel ortamda çoğaltma ve dağıtma vb.) haklarıyla açık erişim olarak yayımlanmaktadır. / *This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivs 4.0 Unported (CC BY-NC-ND 4.0) License, which permits non-commercial reuse, distribution and reproduction in any medium, without any changing, provided the original work is properly cited.*

online

Yayıncı Notu: Yayıncı kuruluş olarak Deomed bu makalede ortaya konan görüşlere katılmak zorunda değildir; olası ticari ürün, marka ya da kuruluşlarla ilgili ifadelerin içerikte bulunması yayıncının onayladığı ve güvence verdiği anlamına gelmez. Yayının bilimsel ve yasal sorumlulukları yazar(lar)ına aittir. Deomed, yayınlanan haritalar ve yazarların kurumsal bağlantıları ile ilgili yargı yetkisine ilişkin iddialar konusunda tarafsızdır. / ***Publisher's Note:*** *The content of this publication does not necessarily reflect the views or policies of the publisher, nor does any mention of trade names, commercial products, or organizations imply endorsement by Deomed. Scientific and legal responsibilities of published manuscript belong to their author(s). Deomed remains neutral with regard to jurisdictional claims in published maps and institutional affiliations.*