

Ergenlikte Öznel İyi Oluş Ve Beş Faktörlü Kişilik Modeli

Ali ERYILMAZ¹
Selahiddin ÖĞÜLMÜŞ²

ÖZET

Mutluluğun psikolojik anlamı öznel iyi oluştur. Günümüzde öznel iyi oluşla ilgili yapılan çalışmaların sayısının arttığı görülmektedir. Bu çalışmanın amacı, kişilik özelliklerinin ergen öznel iyi oluşu ile ilişkilerinin incelenmesidir. Çalışmaya, 14-18 yaş arasında 270 kız ve 271 erkek olmak üzere toplam 541 ergen katılmıştır. Çalışmada, Yaşam Doyumu Ölçeği, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği ve Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi kullanılmıştır. Çalışmada, kişilik özelliklerinin ergen öznel iyi oluşunu açıklama düzeyini belirlemek amacıyla, aşamalı regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır. Dışa dönüklük, duygusal dengesizlik ve sorumluluk kişilik özelliklerinin ergen öznel iyi oluşunu açıklayan önemli kişilik özellikleri olduğu sonucuna varılmıştır.

ANAHTAR KELİMELEER: Kişilik Özellikleri, Ergen Öznel İyi Oluşu, Yaşam Doyumu, Beş Faktör Modeli

Subjective Well-Being and Big Five Personality Model at Adolescence

ABSTRACT

The psychological meaning of happiness is subjective well-being. Nowadays, researches on subjective well-being are increasing. The aim of this study was to investigate the relationships between adolescents' subjective well-being and personality traits. This study includes 541 (270 females and 271 males) adolescents who were between ages 14-18. Satisfaction with Life Scale, Adjective Based Personality Test and Positive-Negative Affect Scale were used for gathering the data. The method of this study was hierarchical regression analysis. According to results, Conscientiousness, Extraversion and Neuroticism are the most important traits as a predictors for adolescents' subjective well-being.

KEYWORDS: Personality Traits, Adolescents' Subjective Well-Being, Satisfaction of Life, Big Five Factor Model

¹ Dr., erali76@hotmail.com, Bu makale Ali Eryılmaz'ın doktora tezinden üretilmiştir.

² Prof. Dr., Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı, s.ogulmus@gmail.com

GİRİŞ

Ondokuzuncu yüzyılın başında psikoloji bilimi alanında çalışanlar depresyon, kaygı gibi olumsuz duygular hakkında araştırma yaparlarken, olumlu duygulara dikkat etmemişlerdir. Özellikle seksenli yıllarda pozitif psikolojinin gelişimi ile birlikte öznel iyi oluş konusunda yapılan çalışmalar artmıştır. Onu izleyen doksanlı yılların sonlarına bakıldığında, psikoloji literatüründe her on yedi çalışmadan birinin insanın pozitif özellikleri hakkında olduğu görülmektedir (Myers ve Deiner 1995). Bu çalışmalarda, bireylerin yaşamlarını daha olumlu kılan faktörler bulunmaktadır. Bu faktörler dikkate alınarak, bireylerin olumsuz yaşam koşulları karşısındaki dayanıklılıkları artırılmaktadır (Mcknight, Huebner ve Suldo, 2002).

Pozitif psikoloji bağlamında sıklıkla ele alınan kavramlardan birisi, öznel iyi oluşur. Öznel iyi oluş, bireyin yaşamını değerlendirmesi ve yargı bildirmesi anlamına gelmektedir. Öznel iyi oluş, olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumu olmak üzere üç boyutlu bir yapı göstermektedir (Deiner, 1984; Andrews ve Whitney, 1976). Olumlu duygulanım, güven, ilgi, ümit, heyecan, gurur, neşe gibi duyguları; olumsuz duygulanım ise öfke, nefret, suçluluk, üzüntü gibi olumsuz duyguları içerir. Yaşam doyumu boyutu ise, öznel iyi oluşun bilişsel bileşenidir. Bireyin çeşitli yaşam alanlarındaki doyumuna ilişkin değerlendirmelerini yansıtır (Myers ve Deiner, 1995). Kişi haz veren yaşantıları daha çok deneyimliyor ve haz vermeyen yaşantıları daha az deneyimliyorsa bu durumda yüksek öznel iyi oluşa sahiptir. Sonuç olarak; öznel iyi oluş, bireyin kendi yaşamını bilişsel ve duygusal açıdan öznel olarak değerlendirmesini içerir (Myers ve Deiner 1995).

Günümüzde ergen ve çocuk öznel iyi oluşu ile ilgili yapılan çalışmalarda, demografik faktörler (yaş, cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey gibi) ve kişi-içi özellikler (benlik kavramı, dışa dönüklük, içsel denetim odağı gibi) üzerinde durulmaktadır. Örneğin; içsel denetim odağına ve öz saygıya yüksek düzeyde sahip ergenlerin öznel iyi oluşlarının da daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Huebner, 1991). Yetişkin öznel iyi oluşunda olduğu gibi demografik faktörlerin, ergenlerin öznel iyi oluşları üzerindeki etkisinin düşük düzeyde olduğu bulunmuştur (McCullough, Huebner ve Laughlin, 2002).

Bireylerin öznel iyi oluşlarını etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Kişilik özellikleri de bu faktörlerden biridir (McCrea ve Costa, 2003). Genel olarak kişilik, bireyin içsel olarak yaşadığı davranışlarının ve deneyimlerinin altında yatan nedenleri keşfetme olarak tanımlansa da kişilikle ilgili yapılan kurumsal ve görgül çalışmalara bakıldığında, kişilikle ilgili pek çok tanımlamanın yapıldığı görülür (Cloninger, 2000). Her bir kuram ve kuramcı, kendi kuramsal yapısı bağlamında kişiliği ele alır ve tanımlar. Örneğin Alport'a göre kişilik, bireyin içsel yapısında yer alan, bireyin duygu ve düşüncelerini yönlendiren bir gerçektir. Rogers'a göre kişilik, bireyin deneyimleri ile şekillenen örgütlenmiş kendilik algısıdır. Freud'a göre kişilik, bilinçdışı, örtük ve bilinmeyen bir

bütündür. Davranışçılığın önemli temsilcilerinden olan Skinner'e göre kişiliğin yapı olarak tanımlanması gereksizdir (Akt. Aiken, 1999).

Çevreye bakıldığında bazı bireylerin olay ve durumlara karşı duygusal tepkiler verdikleri görülür. Bazı kişiler, yeni ve farklı düşüncelere, davranışlara karşı hoşgörülü, açık ve kabul edicidirler. Bazıları ise, bunun tam tersi yapıdadırlar. Öte yandan dikkatli, organize olmuş ve etik davranma eğiliminde olan bireyler de toplumda yer almaktadır. Uyumlu, toplumsal ilişkilerde yumuşak huylu bireyler de vardır. Enerjik ve toplumsal çevresi oldukça geniş kişiler de görülebilir. Tüm bu özelliklere sahip bireyleri tanımlayan kişilik modeli, beş faktör modelidir (McCrea ve Costa, 2003). Beş faktör yaklaşımının temelini, algılanan farklı kişilik özelliklerinin çeşitli kültürlerin günlük yaşamlarındaki söylemlerine yansıtacağı ve bireysel farklılıkların dilde farklı sözcükler halinde kodlanacağı görüşü oluşturmaktadır (Somer, 1998). Beş faktör modeli, tarihsel süreçte belli çalışmalar sonucunda şekillenmiştir. Modeldeki faktörleri belirlemeye yönelik çalışmalar, Allport (1961)'a kadar dayanmaktadır. Allport'un (1961) çalışmalarından esinlenerek Norman (1963), sıfatlara dayalı olarak kişilik özelliklerini belirlemeye çalışmıştır. Bu bağlamda yapmış olduğu çalışmalarının sonucunda Norman (1963), kişiliği açıklayan beş güçlü faktörün olduğunu saptamıştır. Bu faktörleri; dışadönüklük (extroversion), yumuşak başlılık/uzlaşabilirlik (agreeableness), sorumluluk (conscientiousness), duygusal dengelilik (emotional stability) ve kültür (culture) olarak isimlendirmiştir (Akt. Somer,1998).

Günümüzde; kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri ortaya koyan ve araştırmacıların dikkatini çeken yaklaşım, beş faktör yaklaşımıdır (Rusting ve Larsen, 1997; Hills ve Argle, 2001). Beş faktör yaklaşımındaki dışa dönüklüğün, duygusal dengesizliğin ve sorumluluğun öznel iyi oluşla ilişkili olduğu çalışmalarca ortaya konmuştur. Örneğin Penley ve Tomaka'nın (2002), 17- 42 yaş arasındaki bireyler üzerinde yaptıkları çalışmaya bakılabilir. Çalışmaya göre, öznel iyi oluş ile duygusal dengesizlik arasında düşük düzeyde olumsuz yönde; dışa dönüklük arasında orta düzeyde olumlu yönde ve sorumluluk arasında düşük düzeyde olumlu yönde ilişkiler bulunmuştur. Yetişkinler üzerinde gerçekleştirilen bir diğer çalışmaya göre, öznel iyi oluş ile duygusal dengesizlik arasında orta düzeyde olumsuz yönde; dışa dönüklük arasında orta düzeyde olumlu yönde ve sorumluluk arasında orta düzeyde olumlu yönde ilişkiler bulunmuştur (Furnham ve Cheng,1997). Yetişkinler üzerinde gerçekleştirilen başka bir çalışmaya göre de, öznel iyi oluş ile duygusal dengesizlik arasında yüksek düzeyde olumsuz yönde; dışa dönüklük arasında yüksek düzeyde olumlu yönde ve sorumluluk arasında orta düzeyde olumlu yönde ilişkiler bulunmuştur (Brebner, 1998).

Literatüre bakıldığında, öznel iyi oluş ile duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmaların yapıldığı görülür. Örneğin, Fujita (1991) yapmış olduğu çalışmada, dışa dönüklük ve olumlu duygular arasında yüksek düzeyde olumlu bir ilişki bulmuştur. Costa ve McCrea (1980), dışa

dönüklük ile olumlu duygular ve duygusal dengesizlik ile olumsuz duygular arasında anlamlı düzeyde ilişkilerin olduğunu belirtmektedir. Magnus ve Deiner (1991) de bireylerin yaşam doyumları üzerinde, yaşam olaylarından çok dışa dönüklüğün ve duygusal dengesizliğin etkilerinin olduğunu bulmuşlardır.

Türkiye’de ergen öznel iyi oluşu ile ilgili bazı çalışmalar yapılmıştır. Bu çalışmalardan ilki, Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Köker (1991), normal ve sorunlu ergenleri, yaşam doyumu düzeyleri açısından karşılaştırmıştır. Normal ergenlerin daha olumlu yaşam doyumu düzeyine sahip olduklarını bulmuştur. Bir diğer çalışma, Nalbant (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Nalbant (1993), 15-22 yaşları arasında bulunan; islahevindeki, gözetim altındaki ve suç işlememiş ergenlerin, öz saygı ve yaşam doyumu düzeylerini karşılaştırmıştır. Bu araştırmada suç işlememiş ergenlerin diğer ergenlere oranla yaşam doyumları daha yüksek çıkmıştır. Normal ergenlerin de sorunlu ergenlere oranla yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Yorulmaz ve Eryılmaz (2006), ergen öznel iyi oluşu ile iyimserlik ve özsaygı arasındaki ilişkileri incelemiştir. Yine Eryılmaz ve Yorulmaz (2006), ergenler için mutlu olmanın yollarını incelemişlerdir. Yaptıkları çalışma sonucunda ergenlerin mutlu olmak için insanlarla olumlu ilişkiler içinde olmayı, saygı ve sevgi göstermeyi, hazzı aramayı, olumlu akademik deneyime sahip olmayı, romantik yakınlık içinde olmayı, mutluluğu korumayı ve olumsuz duyguları kontrol etmeyi kullandıkları sonucuna varılmıştır. Eryılmaz (2009), dört boyutlu ergen öznel iyi oluş ölçeğini geliştirmiştir. Ayrıca Eryılmaz (2009), başa çıkma stratejilerinin ergen özne iyi oluşu ve kişilik özellikleri arasındaki aracı rolüne ilişkin bir model çalışması gerçekleştirmiştir. Çalışmanın sonucuna göre, dışa dönüklük, sorumluluk ve duygusal açıdan dengesizlik kişilik özellikleri ile duygu ve problem odaklı başa çıkmanın ergen öznel iyi oluşunu doğrudan etkilediği bulunmuştur. Ayrıca, problem odaklı başa çıkmanın dışa dönüklük kişilik özelliği ile ergen öznel iyi oluşu arasında aracı rolünün olduğu sonucuna varılmıştır. Eryılmaz (2010), ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeğini geliştirmiştir. Çevreden pozitif tepkiler almak, çevreye pozitif tepkiler vermek, istekleri doyurmak, dini inancın gereğini yerine getirmek ve mental kontrol anılan ölçeğin alt boyutlarını oluşturmuştur.

Ergenlik, fiziksel ve duygusal değişikliklerin yoğun olarak yaşandığı bir dönemdir. Ergenler bu süreçte, çevrelerine uyumlarını zorlaştıran olumlu ve olumsuz stres kaynaklarıyla karşı karşıyadırlar. Bu değişiklikler, ergenlerin gelişimlerine yardımcı olabilirken aynı zamanda uyum problemlerinin de ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Örneğin; ergenler, madde bağımlılığı, okula uyumsuzluk ve davranış bozuklukları gibi olumsuz davranışlar sergilemektedirler. Bu olumsuz davranışlar, ergenlerin gelecekteki rollerini ve sorumluluklarını yerlerine getirmelerinde sorunlar yaşamalarına neden olmaktadır (Mcknight, Huebner ve Suldo, 2002). Bu nedenlerden dolayı, ergenlik dönemindeki uyum sağlayıcı ve öznel iyi oluşu artırıcı faktörleri belirlemek ve uygulamaya koymak önemlidir. Bunlara ek olarak Türkiye’de, ergenlerin öznel iyi oluşu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri inceleyen

çalışmaların yok denecek kadar az olduğu görülür. Çocuk ve genç nüfusun Türkiye genel nüfusu içerisindeki sayısının 24 milyon olduğu (TUİK, 2007) olduğu düşünüldüğünde ergen öznel iyi oluşunun kişilik özellikleri açısından incelenmesi literatüre katkı sağlayabilir. Sonuç olarak bu çalışmada, ergenlerin öznel iyi oluşları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Bu çalışma, ilişkisel tarama modeline dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma, kişilik özelliklerinin ergen öznel iyi oluşunu ne düzeyde yordadığını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu amaç doğrultusunda, çalışmanın bağımlı değişkeni öznel iyi oluştur. Bağımsız değişkeni ise, kişilik özellikleridir.

Çalışma Grubu

Bu çalışmada çalışma grubu, Ankara'nın Pursaklar bölgesinde yer alan, Genel Lisede ve Anadolu Lisesinde öğrenim gören ergenlerden oluşmaktadır. Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları, 612 ergene uygulanmıştır. Veri analizleri öncesi, katılımcıların veri toplama araçlarına verdikleri yanıtlar gözden geçirilmiştir. Bu inceleme sonucunda, ölçek maddelerinin çoğunu boş bırakan ya da merkeze kayma hatalarının gözlemlendiği 71 gözlem, veri setinden çıkarılmıştır. Böylelikle çalışmada, 541 ergen yer almıştır. Araştırma kapsamında yer alan ergenlerin, yaş aralığı 15-17'dir. Çalışmada 15 yaş grubunda 178 ergen (%32,9), 16 yaş grubunda 175 ergen (%32,3) ve 17 yaş grubunda 148 ergen (%27,4) yer almıştır. Çalışmada yer alan ergenlerin, 199'u (%36,8) dokuzuncu sınıf, 188'i (%34,4) onuncu sınıf ve 159'u (%28,8) onbirinci sınıf öğrencisidir.

Çalışmada Kullanılan Ölçekler

Araştırma grubunda yer alan bireylere uygulanan ölçeklerin psikometrik özellikleri aşağıda yer almaktadır:

Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi: Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi Bacanlı, İlhan ve Aslan (2007) tarafından geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçeğin geçerliğini sınamak için faktör analizi ve benzer ölçek geçerliği yöntemlerinden yararlanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin yapılan faktör analizinde beş farklı kişilik boyutunu (dışadönüklük, yumuşak başlılık, sorumluluk, duygusal dengesizlik ve deneyime açıklık) ölçebilecek özellikte 40 sıfat çifti belirlenmiştir. Elde edilen boyutlar, beş faktör kişiliğe ait varyansın %52,6'ını açıklamıştır. Geliştirilen ölçeğin dış geçerliğini sınamak için Sosyotropi Ölçeği, Çatışmalara Tepki Ölçeği, Negatif-Pozitif Duygu Ölçeği, Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Bu karşılaştırmalardan beklenen yönde sonuçlar elde edilmiştir. Elde edilen sonuçlar, ölçeğin geçerli olduğunu göstermiştir (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009).

Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction With Life): Yaşam Doyumu Ölçeği Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilmiş ve Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmıştır. Toplam beş maddeden oluşan ölçek, Likert tipindedir ve 1-7 arasında puanlanmaktadır. Yaşam Doyumu Ölçeği'nde işaretlenen seçeneklerin değerleri toplanarak toplam puan elde edilmektedir. Köker (1991) tarafından ölçekteki maddelerin her birine verilen yanıtların kararlılığı için "test-tekrar test" yöntemi ve ölçeğin ne denli iyi işlediğini anlamak amacıyla madde analizi çalışması yapılmıştır. Üç hafta ara ile iki kez uygulanan ölçeğin test – tekrar test güvenilirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Madde analizi çalışmasında ise, ölçeğin madde puanları ile test puanları arasındaki korelasyon katsayısı Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile hesaplanmıştır. Buna göre ölçeğin toplam puan ile 1.Madde .73, 2.Madde .73, 3.Madde .76, 4.Madde .75 ve 5.Madde .90 düzeyinde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca; ölçeğin yapılan güvenilirlik çalışmasında, Cronbach-Alfa güvenilirlik katsayısı .76 olarak elde edilmiştir. Ölçeğin bu çalışma grubundaki Cronbach-Alfa güvenilirlik katsayısı .84 olarak bulunmuştur.

Pozitif - Negatif Duygu Ölçeği (Positive - Negative Affect Scale): Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği, Watson ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilmiş ve Gençöz (2000), tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek; on olumlu, on olumsuz duygu maddeleri içermekte ve 5'li likert tipine göre değerlendirilmektedir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında, Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı Negatif Duygu için .83, Pozitif Duygu için .86 bulunmuştur (Gençöz, 2000). Ölçekteki olumlu ve olumsuz duygu puanları ayrı ayrı hesaplanmaktadır.

Verilerin Analizi

Çalışmada, kişilik özelliklerinin ergen öznel iyi oluşunu açıklama düzeyi incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda çalışmada, aşamalı regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada ayrıca, araştırmadaki değişkenlere yönelik betimsel istatistiklere de yer verilmiştir.

Daha öncede belirtildiği gibi öznel iyi oluş, tek boyutlu bir yapı değildir. Öznel iyi oluşun üç önemli ögesi vardır: Olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumu. Kişi; haz veren yaşantıları, daha çok deneyimlemekte ve haz vermeyen yaşantıları, daha az deneyimlemekteyse bu durumda öznel iyi oluşu yükselmektedir (Deiner, 1984; Andrews & Whitney, 1976). Bu kuramsal tanımlamadan hareketle günümüzde, öznel iyi oluş, yaşam doyumu ile olumlu ve olumsuz duyguların değerlendirmesini içeren ölçek maddeleri ile ölçülmektedir (Lyubomirsky, 2001). Literatürde, öznel iyi oluşun ölçülmesinde sıklıkla kullanılan ölçekler, Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction With Life-SWL) ve Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeğidir (Positive and Negative Affect Scale-PANAS). Yapılan çalışmalarda iki yöntem izlenmektedir. Birinci yöntem, bu ölçekleri ayrı ayrı kullanma şeklindedir. İkinci yöntem ise, öznel iyi oluşun kuramsal tanımlamasına dayanmaktadır. Bu tanımlamaya bağlı olarak öznel iyi oluş, aşağıdaki formül uygulanarak ölçülmektedir.

$$\text{Öznel İyi Oluş} = (\text{Yaşam Doyumu} + \text{Olumlu Duygu}) - \text{Olumsuz Duygu}$$

İkinci yöntemde, Yaşam Doyumu (SWL) ile Olumlu ve Olumsuz Duygu (PANAS) Ölçekleri birlikte kullanılmaktadır. Böylece; yukarıdaki formül uygulanarak toplam öznel iyi oluş puanı elde edilmektedir (Bettencourt ve Sheldon, 2001; Deiner, 1984; Deiner ve Fujita, 1995; Elliot, Sheldon ve Church, 1997; Seldon ve Elliot, 1999).

Bu çalışmada, literatürde yer alan bu bilgilerden yola çıkılmıştır. Çalışmada yukarıdaki formül uygulanarak araştırmanın bağımlı değişkeni olan öznel iyi oluş ölçülmüştür

BULGULAR

Çalışmada bulgular, araştırmada yer alan değişkenlerin birbirleriyle korelasyonları ve aşamalı regresyon analizi bağlamında ele alınmıştır. Aşağıda yer alan Tablo-1'de çalışma grubuna uygulanan ölçeklerin betimsel istatistikleri verilmektedir.

Tablo 1. *Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimsel İstatistikleri (n=541)*

	İstatistikî Değerler	
	Ortalama	Standart Sapma
Toplam Öznel İyi Oluş Puanı	34,59	14,65
Yaşam Doyumu	23,26	5,84
Olumlu Duygu	34,36	6,45
Olumsuz Duygu	23,03	7,17
Dışa Dönüklük	43,00	8,11
Duygusal Dengesizlik	25,44	6,39
Sorumluluk	30,00	6,11
Deneyime Açıklık	44,75	6,32
Yumuşak Başlılık	43,22	6,62

Araştırmada yer alan bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişkiler Pearson Korelasyonu yöntemiyle incelenmiştir. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan öznel iyi oluşla, deneyime açıklık, yumuşak başlılık, duygusal dengesizlik, dışa dönüklük ve sorumluluk kişilik özellikleri bağımsız değişkenleri arasındaki ilişkiler aşağıdaki tabloda yer almaktadır:

Tablo 2. Araştırmada Yer Alan Bağımlı Ve Bağımsız Değişkenlerin Pearson Korelasyonları (n=541)

	Değişkenler					
	1	2	3	4	5	6
Öznel İyi Oluş	1	,35**	-,48**	,43**	,24**	,31**
Dışa Dönüklük		1	-,21**	,28**	,60**	,35**
Duygusal Dengesizlik			1	-,23**	-,09*	-,29*
Sorumluluk				1	,20**	,34**
Deneyime Açıklık					1	,26**
Yumuşak Başlılık						1

** $p < .01$, * $p < .05$

Tablo-2 incelendiğinde, öznel iyi oluş ile duygusal dengesizlik, dışa dönüklük ve sorumluluk arasındaki ilişkilerin yüksek olduğu görülmektedir. Öte yandan, deneyime açıklık ve yumuşak başlılık kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler, düşük düzeydedir.

Araştırmada, kişilik özelliklerinin ergen öznel iyi oluşunu ne düzeyde yordadığı, aşamalı regresyon analizi yöntemiyle incelenmiştir. Analiz sonuçları, Tablo-3'te yer almaktadır.

Tablo 3. Çoklu Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

	R ²	F	β	t
BLOK 1-	0.38	66.63**		
E			0.16	3.52**
N			-0.38	-10.50**
C			0.28	7.52**
O			0.05	1.24
A			0.02	.53
BLOK 2-	0.37	65.63		
E			0.19	5.09**
N			-0.37	-10.43**
C			0.28	7.55**
A			0.03	0.67
BLOK 3-	0.37	0.43		
E			0.19	5.38**
N			-0.38	-10.63**
C			0.29	7.98**

Note: $**p < 0.01$, E: Dışa Dönüklük (Extraversion), N: Duygusal Dengesizlik (Neuroticism), O: Deneyime Açıklık (Openness), C: Sorumluluk (Conscientiousness) A: *Yumuşak Başlılık* (Agreeableness).

Tablo-3 incelendiğinde, ergen öznel iyi oluşunu dışa dönüklük, duygusal dengesizlik ve sorumluluk kişilik özelliklerinin ($R=.67$, $R^2=.45$, $F=50.74$, $p<.00$) anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna varılabilir. Değişkenlerin öznel iyi oluş ile ilişkileri tek tek alındığında, regresyon eşitliğinde en çok duygusal dengesizliğin ($\beta= -.38$; $p= ,00$), daha sonra sorumluluğun ($\beta= .29$; $p= ,00$) ve son olarak da dışa dönüklüğün ($\beta= .19$; $p= ,00$) ergen öznel iyi oluşu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Bu sonuçlara göre ilgili değişkenler, ergen öznel iyi oluşundaki varyansın %37'ni açıklamaktadır.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmada, ergen öznel iyi oluşu ile duygusal dengesizlik kişilik özelliği arasında olumsuz yönde ve orta düzeyde; sorumluluk ve dışa dönüklük kişilik özellikleri ile olumlu yönde ve düşük düzeyde ilişkiler bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar, literatür bağlamında tartışılıp değerlendirilmiştir.

Bulguları, sabit nokta düzeyi bağlamında ele almak olasıdır. Bilindiği gibi, öznel iyi oluşu kişilik özelliği olarak ele alan araştırmacılar, öznel iyi oluştaki bireysel farklılıkları, sabit nokta düzeyi ile açıklamaktadırlar (Lykken ve Tellegen, 1996). Sabit nokta kuramına göre, bireylerin öznel iyi oluşlarının sabit bir düzeyi vardır. Bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri, çeşitli yaşam olaylarından etkilenecek şekilde de zamanla sabit noktalarına tekrar dönecektir (Emmons ve McCullough, 2003; Lykken ve Tellegen, 1996). Araştırmada yer alan bireyler, bir bütün olarak ele alındığında, araştırmada ölçülen sorumluluk, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük kişilik özellikleri ile ergen öznel iyi oluşu arasındaki ilişkiler, ergenlerin sabit nokta düzeylerini gösteriyor olabilir.

Araştırma bulguları, dışa dönük ve duygusal açıdan dengesiz ergenler için duygusal aktiflik bağlamında değerlendirilebilir. Bu noktada, belli kişilik özelliklerine sahip bireyler, o kişilik özelliklerine uygun olarak olumlu ve olumsuz duyguları yaşama isteklerinde bulunma eğilimleri fazladır. Bu istekleri belirtmeye “duygusal aktiflik (emotional reactivity)” denilmektedir (Rusting, 1998). Duygusal aktiflik bağlamında, dışa dönük bireyler, içe dönük bireylere oranla daha fazla olumlu duyguları deneyimlemeyi isteyebilirler. Duygusal açıdan dengesiz olan bireyler ise, dengeli bireylere oranla daha fazla olumsuz duyguları deneyimlemeyi isteyebilirler (Rusting ve Larsen, 1997; Rusting, 1998). Sonuç olarak; araştırma grubunda yer alan dışa dönük ergenler, olumlu duyguları; duygusal açıdan dengesiz olan ergenler ise, olumsuz duyguları deneyimlemek istemiş olabilirler. Bu nedenle, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklük, öznel iyi oluşla farklı düzeyde ve farklı yönde ilişkiler göstermiştir denilebilir.

Araştırma bulguları, duygusal bilgiyi işleme süreci bağlamında da değerlendirilebilir. Kişilik özelliklerine bağlı olarak, olumlu ya da olumsuz duygulara ilişkin duyguları algılama, hatırlama ve duygulara dikkat etme süreçleri farklılaşmaktadır. Örneğin; dışa dönükler, içe dönüklere oranla ödüllendirici uyarana karşı dikkatlerini daha uzun süreli yoğunlaştırmaktadırlar. Yine dışa dönükler, olumlu duygu durumunda iken içe dönükler ise, olumsuz duygu durumunda iken, ilgi duydukları konulara daha çabuk güdülenmektedirler (Tamir, Robinson ve Clore, 2002). Araştırma kapsamında yer alan dışa dönük ergenler, olumlu duyguları; duygusal açıdan dengesiz olan ergenler ise, olumsuz duyguları daha çok işleme eğiliminde olabilirler. Bu eğilimlerden dolayı, dışa dönüklüğün öznel iyi oluşla olan ilişkisi, olumlu ve orta düzeyde; duygusal dengesizliğin öznel iyi oluşla olan ilişkisi olumsuz ve orta düzeyde çıkmış olabilir.

Elde edilen sonuçlar, duygusal açıdan dengesiz ve dışa dönük ergenlerin beyin temelli farklı sistemleri kullanmalarıyla açıklanabilir. Gray (1991), bireyler arasındaki kişilik farklılıklarını açıklayan beyin temelli iki sistemin bulunduğunu belirtmektedir: Bunlardan ilki olan Davranışı Harekete Geçiren Sistem (Behavioral Activation System, BAS), ödülle ilgili ve davranışın cezalandırılmadığı ve kontrol edilmediği ipuçlarına duyarlıdır. Davranışı Ketleyen Sistem (Behavioral Inhibition System, BIS) ise, ceza ve ödülün olmadığı ipuçlarına duyarlıdır. Bu iki sistem doğrultusunda dışa dönükler, ödül sinyallerine karşı daha çok duyarlıdırlar (yüksek BAS). İçe dönükler ise, ceza sinyallerine daha çok duyarlıdırlar (yüksek BIS). Ödüle karşı harekete geçirici sistem olan BAS, olumlu duyguların üretilmesi ile ilişkilidir. Buna karşın cezaya karşı harekete geçiren sistem olan BIS, olumsuz duyguların üretilmesinden sorumludur. Bu çalışmada yer alan dışa dönük ergenler, duygusal açıdan dengesizlere oranla davranışlarını harekete geçiren sistemlerinin aktifliğinden dolayı ödüle duyarlı olmuşlar ve ödülü elde edince öznel iyi oluşları artmıştır denilebilir.

Bu çalışmada yer alan duygusal açıdan dengesiz ergenler, daha çok olumsuz duyguları; dışa dönükler ise daha çok olumlu duyguları deneyimledikleri için öznel iyi oluş açısından farklı örüntüler sergiledikleri biçiminde bir yorum yapılabilir. Çünkü Lucas, Deiner, Grob, Suh ve Shao (1998), dışa dönüklerin ödüle daha duyarlı olduklarını söylemektedirler. Bu duyarlılığın sonucunda ödülle ilişkili uyarana ulaştıklarında daha fazla olumlu duygular yaşayacaklarını belirtmektedirler. Dışa dönükler, daha fazla olumlu duygu yaşamak için toplumsal durumlardaki ödülle ilişkili uyarılara yönelebilirler; dolayısıyla, olumlu duygularını artırmak için dışa dönüklük davranışları sergileyebilirler. Bununla beraber, ödüle duyarlı olma özelliği, dışa dönüklerin daha fazla sosyal beceri kazanmalarını sağlar. Bu becerileri kullanan dışa dönük bireyler, insanlara daha çekici geldikleri için daha fazla arkadaşına sahip olacaklar ve duruma uygun olumlu duygular yaşayabilirler. Dışa dönüklerin aksine duygusal açıdan dengesiz bireyler, ödüle duyarlı olmadıkları için ve sosyal beceri eksikliğinden dolayı

yakın ilişkilere daha az yönecekler ve olumlu duyguları daha az deneyimleyebilirler. Dolayısıyla bu bireylerin, öznel iyi oluşları daha düşük düzeyde olabilir.

Benzer şekilde, bu çalışmada yer alan duygusal açıdan dengesiz olan ergenler, olumsuz yaşantıları deneyimledikleri için öznel açıdan daha düşük bir örüntü sergilemektedirler diye düşünülebilir. Çünkü duygusal dengesizlik, olumsuz duygularla daha çok ilişkilidir. Yüksek düzeyde nevrotik bireyler, daha az nevrotik olan bireylere oranla, oldukça fazla olumsuz yaşam olayları deneyimlemektedirler (Heady ve Wearing, 1992). Olumsuz yaşam olayları ile birlikte gerçekleşen olumsuz duygu ve düşünceler, bireyin kendini yıkıcı davranışlar sergilemesine ve dolayısıyla duygusal açıdan dengesizlikler yaşamasına neden olmaktadır (Heady ve Wearing, 1992). Bu da, onların düşük düzeydeki öznel iyi oluşlarının kaynağını oluşturabilir.

Sonuç olarak, bu çalışmada kişilik özelliklerinin ergen özel iyi oluşunun önemli belirleyicilerinden olduğu görülmektedir. Literatürde, ergen öznel iyi oluşuna ilişkin birbirinden farklı bulgular veren pek çok çalışma bulunmaktadır. Ergenliğin ara bir gelişim dönemi olmasından dolayı dışsal olaylar ve kişi-içi özellikler farklı şekillerde etkileşime girerek ergen öznel iyi oluşunu farklı şekillerde etkilemektedir. Bu noktada, gelecekteki çalışmalarda, ergenlerin öznel iyi oluşlarını etkileyen faktörlerin, yetişkinlerle karşılaştırılması faydalı olabilir. Kişilik özellikleri, ergen öznel iyi oluşunu anlamlı düzeyde açıklamaktadır. Bundan sonra ortaya konacak psikolojik müdahale programlarında ya da öznel iyi oluş düzeyin geliştirme programlarında ve psikolojik danışma sürecinde bu noktanın dikkate alınması önemli olabilir.

KAYNAKLAR

- Aiken, L. R. (1999). *Assessment of personality*. London: Allyn and Bacon.
- Andrews FM., Withey, S.B. (1976). *Social indicators of well-being*. New York: Plenum Press.
- Bacanlı, H., İlhan, T. & Aslan, S. (2007). Sıfatlara dayalı kişilik testi. IX. *Ulusal PDR Kongresi*, 17-19 Ekim 2007 İzmir.
- Bacanlı, H., İlhan, T. & Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara dayalı kişilik testi (sdtk). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7 (2), 261-279.
- Bettencourt, B.,&Sheldon, K. M. (2001). Social roles as vehicles for psychological need satisfaction within groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1131-1143.
- Brebner, J. (1998). Happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 25, 279-296.
- Cloninger, S. C. (2000). *Theories of personality*. New Jersey: Prentice Hall.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.
- Deiner, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Deiner, E. & Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 68, 926-935.
- Emmons, R.A., & McCullough, M.E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal Of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389.
- Elliot, A. J., Sheldon, K. M., & Church, M. (1997). Avoidance personals goals and subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 915-927.
- Eryılmaz, A. & Yorulmaz, A (2006). The Way of being happy for adolescents. Paper presented at the Xth Conference of European Association for Research on Adolescence, Antalya, Turkey, May 2-6.
- Eryılmaz, A. (2009). *Başa çıkma stratejilerinin kişilik özellikleriyle ergen öznel iyi oluşu arasındaki aracı rolü*. A.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara: Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergen öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*. 7 (4), 975-989.
- Eryılmaz, A. (2010). Ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. IV, 33,81-88.
- Eysenck, H.J. & Eysenck, M.W. (1985). *Personality and individual differences: A natural science approach*. New York: Plenum Press.
- Fujita, F. (1991). *An investigation of the relation between extroversion, neuroticism, positive affect, and negative affect*. Master's thesis, University of Illinois.
- Furnham, A., & Cheng, H. (1997). Personality and happiness. *Psychological Reports*, 80, 761-762.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15,46, 19-26.
- Gray, J. A. (1991). Neural systems, emotion and personality. In J. Madden, IV (Ed.), *Neurobiology of Learning, Emotion, , And Affect* (pp. 273-306). New York: Raven Press.
- Heady, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well being: toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 731-739.
- Heubner, E.S (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*, 6,103-111.
- Hills, P., & Argle, M.(2001). Happiness, introversion-extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences*. 30, 595-608.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması*. A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Lucas, R. E., Diener, E., Grob, A., Suh, E. M., & Shao, L. (1998). *Cross-cultural evidence for the fundamental features of extroversion: the case against sociability*. U.S: University of Illinois at Urbana-Champaign.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others: the role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*. Vol.56. No.3, 239-249.
- Magnus, K., and Diener, E. (1991). A longitudinal analysis of personality, life events, and subjective well-being.

- Paper Presented At The Sixty-Third Annual Meeting Of The Midwestern Psychological Association, Chicago (May 2-4).*
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood*. New York: The Guilford Press.
- McCullough, G., Huebner, S., & Laughlin, J.E. (2002). Life events, self concept, and adolescent's positive subjective well-being. *Psychology in the School*, Vol. 3: 281-290.
- Mcknight C.G, Huebner E.S., & Suldo, S. (2002). Relationships among stressful life events, temperament, problem behaviour, and global life satisfaction in adolescents. *Psychology In the Schools*, Vol. 39 (6), 677-687.
- Myers, D. & Deiner, E. (1995). Who is happy. *American Psychological Society*. 6, 1,1-19.
- Nalbant, A.(1993). *15-22 yaşları arasında bulunan ilahevindeki, gözetim altındaki ve suç işlememiş gençlerin benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. A.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Penley,J.A., & Tomaka,J.(2002). Associations among the big-five, emotional responses, and coping with acute stress. *Personality and Individual Differences*. 32, 1215-1228.
- Rusting, C. L. (1998). Personality, mood, and cognitive processing of emotional information: three conceptual frameworks. *Psychological Bulletin* 124, 165-196.
- Rusting, C.L., & Larsen, R.J. (1997). Extraversion, neuroticism, and susceptibility to positive and negative affect: A test of two theoretical models. *Personality and Individual Differences*. Vol. 22, 5, 607-612.
- Sandvik, E., Diener, E., & Seidlitz, L. (1993). Subjective well-being: The convergence and stability of self report and non-self-report measures. *Journal of Personality*, 61, 317-342.
- Sheldon, K. M., & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: the self- concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 546-557.
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Ryan, R.M., Chirkov, V., Kim, Y., Wu, C., Demir, M., & Sun, Z. (1999). Self- concordance model and subjective well-being in four cultures. *Journal Of Cross-Cultural Psychology*, 35, 2, 209-223.
- Somer, O. (1998). Beş faktör kişilik modeli. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1 (2), 35-62.
- Somer, O., Korkmaz, M. & Tatar, A. (2002). Beş faktörlü kişilik envanterinin geliştirilmesi: ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17, 49, 21-33.
- Tamir, M., Robinson, M. D., & Clore, G. L. (2002). The epistemic benefits of trait consistent mood states: An analysis of extraversion and mood. *Journal os Personality Social Psychology*. 83, 3, 663--667.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2007). *Demographic variables*, Ankara. www.tuik.gov.tr.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Yorulmaz, A. & Eryılmaz, A.(2006). Ergen öznel iyi oluşunun özsaygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. Ulusal 14. Psikoloji Kongresi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Türkiye, 6-8 Eylül.

SUMMARY

Subjective well-being (SWB) is the most important goal in the life of a human being. Contemporary literature in psychology stresses the importance of the advancement of positive mental health and adjustment in children and adolescents, in addition to the traditional treatment of established psychological disorders (Huebner, 1991). Due to this trend, the SWB of children and adolescents are increasingly being examined. Similar to that of the study of adults, researchers have proposed a three-dimensional model of subjective well-being consisting of three distinct but interconnected factors in children and adolescents: life satisfaction, positive affect, and negative affect (Huebner and Dew, 1996). Life satisfaction is defined as a positive cognitive evaluation of one's life in its entirety. Positive affect relates to the frequency of positive emotion felt by an individual; on the other hand, negative affect relates to the frequency of negative emotions. Thus, persons who exhibit positive subjective well-being experience a prevalence of positive emotions (Myers and Diener, 1995).

There are few studies which investigate the relationship between adolescents' subjective well-being and personality traits. For instance, the adolescents who are extraverted show a higher SWB than adolescents with emotional instability (Huebner, 1991). McKnight, Huebner and Suldo (2002) have found significant moderate relationships between adolescents' SWB and neuroticism, and significant low relationships between an extraverted personality and SWB in adolescents.

A review of literature reveals, especially in Turkey, a dearth of literature investigating the relationship between the Big Five traits and adolescent SWB (Koker, 1991; Nalbant, 1993). As a result, the present study aims to explain the questions: Do the Big Five traits affect adolescents' subjective well-being?

This study examines the association between Big Five traits and adolescents' subjective well-being. A total of 541 adolescents participated in this study, and the mean age was 16.44 years. The sample was made up of 292 girls and 249 boys. All the participants in the study were students from the high school level.

This study utilized the Adjective-Based Personality Test scale developed by Bacanlı, İlhan and Aslan (2009). The scale includes 44 items, as well as five subscales representing the five factor personality traits. The psychometric properties were found satisfactory. The Satisfaction with Life Scale (SWLS; Diener, Emmons, Larsen, and Griffin, 1985), a 5-item version developed in the USA, was subsequently revised by Pavot and Diener (1993). This scale was adapted to Turkish by Koker (1991). In this study, the internal consistency of the scale was .78 (Cronbach's alpha). The Positive and Negative Affect Scale, a 5-item version, was also developed in the USA and was adapted into Turkish by Gençöz

(2000). The internal consistency of the positive affect was found at .86, and .83 for the negative effect.

For procedure and statistical analyses, the tests were administered collectively to groups of 541 participants. Inventories containing items with no response, or more than one response to the same question, were rejected. “Hierarchical multiple regression analysis” was used for analysis as well as correlation coefficients in order to examine the relationships between personality traits and adolescents’ subjective well being,

A correlation matrix of each of the variables was presented in the results of this study. Neuroticism, conscientiousness, and extraversion were significantly associated with adolescents’ subjective well-being. According to the hierarchical multiple regression analysis, the most important personality traits in predicting SWB are extraversion, neuroticism, and conscientiousness.

The results of this study generally support the findings of the literature. As suggested by the literature review, the researchers expected extraversion and neuroticism to show significant relationships with SWB. In this sample, extraversion demonstrated a significant positive relationship with SWB, while neuroticism demonstrated a significant negative relationship. The relationship between SWB and neuroticism was moderate in magnitude and extraversion and conscientiousness showed the strongest association with SWB among the variables studied. Possible explanations for the significant positive relationship between conscientiousness and SWB could be related to Turkish culture. In the near future, the relationship between adolescent SWB and personality traits should be examined in regard to differing developmental stages and with the use of different tools.