

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BAZI ÖZNEL ALGILAMALARINA GÖRE PSİKOLOJİK BELİRTİLERİ

Birol ALVER, Mücahit DİLEK MEN ve Şükrü ADA

Özet: Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri; mutluluk algıları, beklentilerini gerçekleştirme algıları ve gelecekte umutlu olma algılarına göre incelenmiştir. Araştırma, Atatürk Üniversitesinde 2007-2008 öğretim yılında öğrenim gören 997 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Psikolojik belirtiler, Şahin ve Durak (1994) tarafından Türkiye için uyarılma çalışması yapılan "Kısa Semptom Envanteri" ile elde edilmiştir. Ayrıca, öğrencilerin mutluluk, beklentileri gerçekleştirme ve umut algıları araştırmacılar tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu" ile elde edilmiştir. İstatistiksel çözümlenmelerinde tek yönlü varyans ve hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Bulgulara göre, kendilerini mutlu algılayanların psikolojik belirtileri, mutsuz ve kısmen mutsuz algılayanlardan anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Beklentilerini gerçekleştirmiş algılayanların psikolojik belirtilerinin tamamı, kendilerini kısmen gerçekleştirdiklerini ve gerçekleştiremediklerini algılayanlara göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Gelecekte umutlu olma algısına sahip olanların psikolojik belirtileri ise, kendilerini kısmen umutlu ve gelecekte umutlu olmayanlara göre anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur. Yine gelecekte kısmen umutlu olanların psikolojik belirtileri, gelecekte umutlu olmayanlardan anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Ayrıca mutluluk, beklentileri gerçekleştirme ve umut algılarının psikolojik belirtileri yordadığı görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: Mutluluk algısı, beklentileri gerçekleştirme algısı, umut algısı, psikolojik belirtiler.

Abstract: Psychological symptoms of university students regarding their subjective perceptions. The purpose of this study was to analyze psychological symptoms of university students with respect to their perceptions of happiness, realization of expectations and being hopeful for the future. The study is based on 997 randomly chosen university students attending Atatürk University, Erzurum, Turkey in 2007-2008 academic year. Psychological symptoms of participant were assessed by Short Symptoms Inventory (SSI) which was originally developed by Derogatis (1992) and adapted to Turkish by Şahin and Durak (1994). Moreover, the students' perceptions of happiness, realization of expectations and hopefulness were obtained by personal information form developed by researchers. One way variance analysis (ANOVA) and hierarchical regression analysis were used for data analysis. Results showed that psychological symptoms of those regarding themselves as happy were significantly lower than that of those participants regarding themselves as unhappy or partially unhappy. All of the psychological symptoms of those regarding themselves as having realized all their expectations were significantly lower than that of those participants who failed to realize their expectations fully or partially. Psychological symptoms of the participants who were hopeful and had favorable perceptions about future, were significantly lower than symptoms of those who are completely or partially pessimistic about future. In short, results showed that participants' perceptions of happiness, realization of expectations and hopefulness predicted psychological symptoms.

Key Words: Perception of happiness, perception of realization of expectations, perception of hopefulness, psychological symptoms.

Öznel algılamalar, bireyin yaşam kalitesinde önemli rol oynayan psikolojik kavramlardır. Mutluluk algısı, beklentilerini gerçekleştirme algısı ve umut algıları bunlardan bazılarıdır. Bireysel yaşam için önemli bir değişken olan mutluluk algısı, bazı kişisel yaşantılarda hissedilen doyum düzeyi, algılanan olumlu duygu-

lanım durumu, olumlu duygulanım durumunun sıklığı ve bireyin kendi yaşamını değerlendirme derecesi olarak tanımlanmaktadır (Abdel-Khalek, 2006; Cheng ve Furnham, 2004). Bazı tanımlamalarda ise, mutluluk algısı ile yaşam doyumu eş anlamlı kelimeler olarak görülmüştür (Abdel-Khalek, 2006; Peterson, Park ve Seligman, 2005). Grinde (2002) mutluluğu, insan doğasındaki gelişmenin bir sonucu olarak görmekte ve tüm kültürlerde insan yaşamının temel ve doğal amacı olduğunu belirtmektedir. Gibling (1995) mutluluğun kaynağını tüm yaşam alanlarında, meslek yaşantılarında, insan ilişkilerinde sağlanan başarı doyumuna bağlı görmesine karşın, mutlulukta daha farklı unsurların da rolleri olabileceğini belirtmiştir. Crossley ve Landridge (2005) benzer biçimde, mutluluğun kaynağı olarak sos-

Bu araştırma Atatürk Üniversitesi Araştırma Fonunca desteklenmiştir. Yrd. Doç. Dr., **Birol ALVER**, Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, balver@atauni.edu.tr

Yrd. Doç. Dr., **Mücahit DİLEK MEN**, Atatürk Üniversitesi Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalı, dilekmen@atauni.edu.tr

Yrd. Doç. Dr., **Şükrü ADA**, Atatürk Üniversitesi Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi Eğitim Yönetimi, Teftişi, Planlaması ve Ekonomisi Anabilim Dalı, sukruada@atauni.edu.tr

yal ilişkileri, meslek yaşantılarını ve boş zaman aktivitelerini göstermektedirler. Peterson, Park ve Seligman (2005) mutluluğun yaşamdan haz alma, yaşamda anlam bulma ve bir durum, kişi veya yaşantıya yönelme, bağlanma ya da yoğunlaşma olmak üzere üç farklı boyutunun bulunduğunu belirtmişlerdir.

Kendilerini mutsuz algılayanların, psikolojik sorunları daha çok yaşadıkları; stresle başa çıkmada çaresiz yaklaşım tarzlarını daha çok kullandıkları görülmüştür. Kendilerini mutlu algılayanların ise, stresle başa çıkmada güvengeni yaklaşımaları benimsedikleri, problem odaklı yaklaşım yollarını daha çok kullandıkları ve sosyal becerilerinin daha yüksek oldukları görülmüştür (Karahana, Dicle ve Eplikoç 2007). Argyle ve Lou (1990) yaptıkları çalışmada, yüksek sosyal beceri düzeyi ile mutluluk algısı, güvengeni ve dışa dönüklük arasında pozitif ilişki; depresyon ve mutsuzluk ile de negatif yönde ilişki olduğunu saptamışlardır. Natvig, Albrektsen ve Qvarnstrom (2003) kendilerini mutsuz algılayan ergenlerin stres düzeylerinin ve psikosomatik belirtilerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır.

Peterson, Park ve Seligman (2005) kendilerini mutsuz algılayan bireylerin yaşamdan zevk alma, yaşamda anlam bulma ve insanlarla birlikte olma konularında daha çok problem yaşadıklarını saptamışlardır. Abdel-Khalek (2006) mutluluk ile iyimserlik, gelecekte umutlu olma, yüksek benlik saygısı, olumlu duygulanım durumu, dışa dönüklük ve kendini fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklı hissetme durumu arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler olduğu yönünde bulgular elde etmiştir. Post (2005) ise, mutluluk algısı ile özgeçicilik arasında pozitif ilişki saptamıştır. Ayrıca yapılan bazı çalışmalarda ise, mutluluk algısı ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Cheng ve Furnham, 2004; Baumeister, Campbell, Krueper ve Vohs, 2003).

Umutsuzluk, bireyin ruh sağlığını olumsuz etkilemesinin yanı sıra, depresyon ve bu tip klinik tabloların bir parçası olarak yer alan bir duygudur. Umutsuzluk 1986 yılında Kuzey Amerika Hemşirelik Tanılama Derneği (North America Nursing Diagnosis Association-NANDA) tarafından 'bireyin sınırlı ya da hiç alternatif göremediği veya kişisel seçenekler bulamadığı ve kendi yararı için enerji sarf edemediği bir durum' olarak tanımlanmıştır (Carpenito, 2005; McSherry ve Ross, 2002). Snyder (1989) umut ile ilgili olarak; hedefi elde edebilme isteği ve hedefi elde edebilmek için yollar planlayabilme olmak üzere iki boyutunun olduğunu ve bu iki boyutun birbirlerini etkilediğini belirtmiştir. Ayrıca, umudun oluşması için, bu boyutlardan birinin varlığının yeterli olamayacağını vurgulamıştır. Snyder ve ark. (1991) umut düzeyi yüksek bireylerin amaçlarına ulaşabilmek için çeşitli alternatif yollar bulabileceklerine inandıklarını belirtmişlerdir. Bu inanç sisteminin birey üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu vurgulamışlardır. Ayaç ve Bayram (2001) ise, üniversite öğrencilerinde mezuniyet sonrası yaşamını devam ettire-

cekleri bir işi seçme ve çalışacakları işi önceden planlamayanlarda kararsızlık, umutsuzluk ve tutarsızlıklar görüldüğünü belirlemişlerdir.

Bireylerin öznel algılarından olan "beklentilerini gerçekleştirme algısı", bireyin kendi etkililiğine ilişkin inançlarını, davranış değiştirme amacını, amacına ulaşma çabasını ve motivasyonunu azaltan olumsuzluklarla mücadele etme gücünü etkiler (Bandura, 1982; Schwarzer ve Fuchs, 1995).

Araştırmaya konu olan öznel algılamalardan bir diğeri de "gelecekte umutlu olma algısı" günümüze kadar genellikle kuramsal temellere dayalı olarak çalışılmıştır. Aish, Wasserman, ve Renberg (2001) ile Natvig, Albrektsen, ve Qvarnstrom (2003) yaptıkları çalışmalarda, gelecekte umutlu olmayan lise öğrencilerinin % 8 gibi az bir oranda olduğunu ancak "geleceğimi karanlık görüyorum" maddesinin önemine değinerek; bu durumun küçümsememesi gerektiğini vurgulamışlardır. Yapılan çok sayıda araştırma sonucunda Türkiye'de gençlerin önemli bir bölümünün umut algılarının düşük olduğu görülmüştür (Bozdemir, 2001; Çuhadaroğlu, Canat, Kılıç, Şenol, Rugancı, Öncü ve ark. 2004; Kazgan, 2006).

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan psikolojik belirtiler, insan yaşamının zor ve bunaltılı dönemlerinde ortaya çıkmaktadırlar. Çeşitli olumsuz çevresel koşullar karşısında birey zaman zaman zorlanmakta ve uyum sorunları yaşamaktadır. Bu tür sorunlar bireyin bütün yaşamsal aktivitelerini ve verimini etkilemektedir. İşte bu olumsuz etkileri ortaya çıkaran psikolojik belirtiler, genel bir bunaltı sonucunda ortaya çıkan fizyolojik, psikolojik ve davranışla ilgili belirtilerdir (Kerimova, 2000). Başka bir deyişle, psikolojik belirtiler ruh sağlığını olumsuz olarak etkileyen ve ruhsal hastalığın teşhisine yarayan belirtilerdir (Kılıç, 1987). Psikolojik belirtiler ilgili literatürde aşağıdaki gibi sınıflandırılmıştır:

1. Somatizasyon: Çeşitli bedensel işlevlere ilişkin zorlanma durumu (Dağ, 1991). Somatizasyon herhangi bir fiziksel bozukluk nedeniyle olmadığı anlaşılan, yıllarca devam eden, tekrarlayıcı birçok somatik şikayetleri içerir. Bayılma, hafıza kaybı, göğüs ağrıları, açık yerlerden korkma, iştah kaybı, karın ağrısı, bulantı, nefes darlığı, sıcak soğuk basmaları, bedende uyuşmalar, karıncalanmalar gibi belirtileri kapsar (Enç, 1978).

2. Obsesif-Kompulsif Bozukluk: İstenç dışı gelen, bireyi tedirgin eden, benliğe yabancı, bilinçli çaba ile kovulamayan, yineleyen düşünce ve davranışlardır (Bayraktar, 1996).

3. Kişilerarası duyarlılık: Aşırı duyarlılık, başkalarının kendisi hakkında kötü düşünceler ürettiğine inanmak, kendisini diğerlerinden aşağı görmek, hata yapma korkusu gibi semptomları içerir (Boyce ve diğ., 1992).

4. Depresyon: Depresyon keder, karamsarlık, kötümserlik, umutsuzluk, yalnızlık, mutsuzluk, sıkıntı, isteksizlik, benliğe ilişkin olumsuz duygular, intihar

eğilimi, ilgi kaybı ve kararsızlık gibi semptom ve davranışları içerir (Enç, 1978).

5. Anksiyete Bozukluğu: Güçlü bir istek ya da dürtünün amacına ulaşamayacak gibi gözüktüğü durumlarda beliren tedirgin edici bir duygudur (Hançerlioğlu, 1988).

6. Hostilite: Sinirlilik ve titreme hali, sıkıntılarından dolayı başkalarından suçlu olduğu duygusu, kızma, öfkelenme, güvensizlik, birini dövme, yaralama, zarar verme isteği gibi semptomları içerir (Enç, 1978).

7. Fobik Anksiyete: Oluşan ve objeye bağlanmış korku durumudur (Hançerlioğlu, 1988). Meydanlık (açık) yerlerden korkma, korkutan eşya ya da etkinliklerden uzak kalmaya çalışmak, kalabalıktan rahatsız olmak, yalnız bırakıldığında sinirlilik hissetme gibi semptom ve davranışları içerir (Dağ, 1991).

8. Paranoid Düşünceler: Kişinin imat edememe, şüphelik, kıskançlık, başkalarını suçlama gibi düşünceleri aşırı derecede kullanmaya eğilim göstermesidir (Dağ, 1991).

9. Psikotizm: Sosyal çevreden uzaklaşma, şizofrenik sanrıların belirgin olduğu durumdur (Dağ, 1991). Başkalarının kişinin kendi düşüncelerini kontrol edebileceğini düşünme, kalabalıkta yalnızlık hissetme, günahları için cezalandırılması gerektiğini düşünme gibi semptomları içerir.

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri; mutluluk, beklentilerini gerçekleştirme ve umut algılarına göre incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıtlar aranmıştır.

1. Üniversite öğrencilerinin mutluluk algılarına göre psikolojik belirtileri arasında anlamlı fark var mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin beklentilerini gerçekleştirme algılarına göre psikolojik belirtileri arasında anlamlı fark var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinin gelecekte umutlu olma algılarına göre psikolojik belirtileri arasında anlamlı fark var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin mutluluk, beklentileri gerçekleştirme ve gelecekte umutlu olma algıları psikolojik belirtilerini yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, Atatürk Üniversitesi'nde 2007-2008 öğretim yılında 15 fakülte ve 2 yüksekokulda öğrenim gören üniversite öğrencilerinin tamamı oluşturmaktadır. Örnekleme, adı geçen evrenden seçkisiz ve orantısız olarak belirlenen 473 (%47.4) kız, 524 (%52.6) erkek olmak üzere toplam 997 öğrenciden oluşturulmuştur.

Veri Toplama Aracı

Kısa Semptom Envanteri (KSE)

Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş ve Şahin ve Durak (1994) tarafından uyarlanma çalışmaları yapılmıştır. Ölçekten elde edilen puan ranji 0-212'dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksek olması, bireyin semptomlarının sıklığını göstermektedir. Ölçekte somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlık, depresyon, anksiyete bozukluğu, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünceler ve psikotizm gibi alt ölçekler bulunmaktadır.

KSE'nin 9 alt ölçeği için elde edilen Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayılarının .71 ve .85 arasında değiştiği belirtilmektedir. Test-tekrar test güvenilirliği 9 alt ölçek için $r = .68$ ve $r = .91$ arasında bulunmuştur.

Ölçüt bağımlı geçerlik çalışmasında KSE (BSI) ile MMPI klinik ölçekleri, MMPI içerik ölçekleri ve küme ölçekleri arasındaki korelasyonların $r: .30$ 'un üzerinde bulunduğu ve korelasyonların SCL-90'dan elde edilen korelasyonlarla bazı ölçeklerde tümüyle özdeş, diğerlerinde ise çok yakın olduğu görülmüştür. Yapı geçerliği için yapılan çeşitli çalışmalarda ölçeğin sigara içenlerle içmeyenleri, gerçek kalp hastaları ile koroner hastalığı olmayanları ve intihar riski olan şizofrenlerle olmayan şizofrenleri anlamlı olarak ayırt edebildiği görülmüştür (Savaşır ve Şahin, 1997).

Kişisel Bilgi Formu (KBF)

Araştırmada kişisel bilgiler, araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile elde edilmiştir. Kişisel bilgi formunda araştırma grubuna, mutluluk algıları, beklentilerini gerçekleştirme algıları ve gelecekte umutlu olma algıları üçlü dereceleme türünde hazırlanan sorularla elde edilmiştir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Veriler ders saatleri içerisinde toplanmıştır. Verilerin çözümlenmesinde tek yönlü varyans ve hiyerarşik regresyon analizleri kullanılmış olup, işlemler bilgisayarda SPSS 16.00 paket programında yapılmıştır.

Bulgular

Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk Algılarına Göre Psikolojik Belirtileri

Öğrencilerin mutluluk algılarına göre, psikolojik belirtilerine ilişkin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını saptamak amacı ile tek yönlü varyans analizi yapılmış olup, bulgular Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk Algularına Göre Psikolojik Belirti Puanları Arasındaki Farka İlişkin Varyans Analizi

Psikolojik Belirtiler	Varyansın Kaynağı	KT	sd.	KO	F	p
Somatizasyon	Gruplar Arası	2302.160	2	1151.080	51.974	.000
	Gruplar İçi	22014.402	994	22.147		
	Toplam	24316.562	996			
Obsesif-Kompulsif Bozukluk	Gruplar Arası	1925.715	2	962.857	52.182	.000
	Gruplar İçi	18341.134	994	18.452		
	Toplam	20266.849	996			
Kişilerarası Duyarlılık	Gruplar Arası	1205.643	2	602.822	61.802	.000
	Gruplar İçi	9695.506	994	9.754		
	Toplam	10901.149	996			
Depresyon	Gruplar Arası	5896.199	2	2948.099	164.151	.000
	Gruplar İçi	17851.928	994	17.960		
	Toplam	23748.126	996			
Anksiyete Bozukluğu	Gruplar Arası	2704.815	2	1352.407	85.924	.000
	Gruplar İçi	15645.083	994	15.740		
	Toplam	18349.898	996			
Hostilite	Gruplar Arası	685.380	2	342.690	19.824	.000
	Gruplar İçi	17182.812	994	17.287		
	Toplam	17868.193	996			
Fobik Anksiyete	Gruplar Arası	791.468	2	395.734	41.590	.000
	Gruplar İçi	9458.141	994	9.515		
	Toplam	10249.609	996			
Paranoid Düşünceler	Gruplar Arası	1173.690	2	586.845	46.460	.000
	Gruplar İçi	12555.510	994	12.631		
	Toplam	13729.200	996			
Psikotisizm	Gruplar Arası	1378.933	2	689.466	57.686	.000
	Gruplar İçi	11880.253	994	11.952		
	Toplam	13259.186	996			

Tablo 1'deki veriler incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin mutluluk algularına göre psikolojik belirti puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma görülmüştür. Somatizasyon için ($F_{(2-994)}= 51,97, p=.000$), obsesif-kompulsif bozukluk için ($F_{(2-994)}= 52,18, p=.000$), kişilerarası duyarlılık için ($F_{(2-994)}= 61,80, p=.000$), depresyon için ($F_{(2-994)}= 164,15, p=.000$), anksiyete bozukluğu için ($F_{(2-994)}= 85,92, p=.000$), hostilite için ($F_{(2-994)}= 19,82, p=.000$), fobik anksiyete için ($F_{(2-994)}= 41,59, p=.000$), paranoid düşünceler için ($F_{(2-994)}= 46,46, p=.000$), psikotisizm için ise ($F_{(2-994)}= 57,68, p=.000$) değerleri bulunmuştur. Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını saptamak amacıyla LSD testi ile çoklu karşılaştırmalar yapılmış, öğrencilerin mutluluk algularına göre psikolojik belirtilerin tamamında, kendilerini mutlu algılayanlar ile mutsuz ve kısmen mutlu algılayanlar arasında, mutsuz ve kısmen mutlu algılayanlar lehine anlamlı farklılaşma görülmüştür. Ayrıca, kendilerini kısmen mutlu algılayanlar ile mutsuz algılayanlar arasında mutsuz algılayanlar lehine

anlamlı fark bulunmuştur. Başka bir betimleme ile kendilerini mutlu algılayanlarda psikolojik belirtiler, mutsuz ve kısmen mutsuz algılayanlardan anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Yani kendilerini mutlu algılayanların somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete bozukluğu, hostilite, fobik anksiyete, paranoid düşünceler ve psikotisizm gibi olumsuz psikolojik durumların tamamında, mutsuz ve kısmen mutsuz algılayanlardan anlamlı düzeyde daha iyi durumda oldukları sonucu elde edilmiştir.

Üniversite Öğrencilerinin Beklentilerini Gerçekleştirme Algularına Göre Psikolojik Belirtileri

Öğrencilerin beklentilerini gerçekleştirme algularına göre, psikolojik belirtilerine ilişkin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını saptamak amacı ile varyans analizi yapılmış olup, bulgular Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Üniversite Öğrencilerinin Beklentilerini Gerçekleştirme Algılarına Göre Psikolojik Belirti Puanları Arasındaki Farka İlişkin Varyans Analizi

Psikolojik Belirtiler	Varyansın Kaynağı	KT	sd.	KO	F	p
Somatizasyon	Gruplar Arası	1108.213	2	554.107	23.732	.000
	Gruplar İçi	23208.349	994	23.348		
	Toplam	24316.562	996			
Obsesif-Kompulsif Bozukluk	Gruplar Arası	1147.334	2	573.667	29.824	.000
	Gruplar İçi	19119.515	994	19.235		
	Toplam	20266.849	996			
Kişilerarası Duyarlılık	Gruplar Arası	315.924	2	157.962	14.833	.000
	Gruplar İçi	10585.225	994	10.649		
	Toplam	10901.149	996			
Depresyon	Gruplar Arası	2785.865	2	1392.932	66.051	.000
	Gruplar İçi	20962.262	994	21.089		
	Toplam	23748.126	996			
Anksiyete Bozukluğu	Gruplar Arası	887.659	2	443.829	25.264	.000
	Gruplar İçi	17462.239	994	17.568		
	Toplam	18349.898	996			
Hostilite	Gruplar Arası	245.695	2	122.847	6.929	.001
	Gruplar İçi	17622.498	994	17.729		
	Toplam	17868.193	996			
Fobik Anksiyete	Gruplar Arası	277.522	2	138.761	13.831	.000
	Gruplar İçi	9972.087	994	10.032		
	Toplam	10249.609	996			
Paranoid Düşünceler	Gruplar Arası	313.659	2	156.830	11.620	.000
	Gruplar İçi	13415.540	994	13.497		
	Toplam	13729.200	996			
Psikotisizm	Gruplar Arası	684.194	2	342.097	27.041	.000
	Gruplar İçi	12574.991	994	12.651		
	Toplam	13259.186	996			

Üniversite öğrencilerinin beklentilerini gerçekleştirme algılarına göre bütün psikolojik belirti puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma görülmüştür. Somatizasyon için ($F_{(2-994)} = 23,732, p=.000$), obsesif-kompulsif bozukluk için ($F_{(2-994)} = 29,82, p=.000$), kişilerarası duyarlılık için ($F_{(2-994)} = 14,83, p=.000$), depresyon için ($F_{(2-994)} = 66,05, p=.000$), anksiyete bozukluğu için ($F_{(2-994)} = 25,26, p=.000$), hostilite için ($F_{(2-994)} = 6,93, p=.001$), fobik anksiyete için ($F_{(2-994)} = 13,83, p=.000$), paranoid düşünceler için ($F_{(2-994)} = 11,62, p=.000$), psikotisizm için ise ($F_{(2-994)} = 27,04, p=.000$) değerleri bulunmuştur. Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını saptamak amacıyla LSD testi ile çoklu karşılaştırmalar yapılmış, beklentilerini gerçekleştirme algısına göre psikolojik belirtilerin tamamında, beklentilerini kısmen gerçekleştirenler ile gerçekleştirenler; gerçekleştiremeyenler ile gerçekleştirenler ve kısmen ger-

çekleştirenler arasında kısmen gerçekleştirenler ile gerçekleştiremeyenler lehine anlamlı fark bulunmuştur. Başka bir tanımlama beklentilerini gerçekleştirmiş algılayan üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtileri beklentilerini kısmen gerçekleştirmiş veya gerçekleştirememiş algılayanlara göre anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur.

Üniversite Öğrencilerinin Gelecekte Umutlu Olma Algılarına Göre Psikolojik Belirtileri

Öğrencilerin gelecekte umutlu olma algılarına göre, psikolojik belirtilerine ilişkin puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını saptamak amacıyla varyans analizi yapılmış olup, bulgular Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinin Gelecekte Umumlu Olma Algılarına Göre Psikolojik Belirti Puanları Arasındaki Farka İlişkin Varyans Analizi

Psikolojik Belirtiler	Varyansın Kaynağı	KT	sd.	KO	F	p
Somatizasyon	Gruplar Arası	1185.719	2	592.860	25.477	.000
	Gruplar İçi	23130.842	994	23.270		
	Toplam	24316.562	996			
Obsesif-Kompulsif Bozukluk	Gruplar Arası	1771.932	2	885.966	47,616	.000
	Gruplar İçi	18494.916	994	18,607		
	Toplam	20266.849	996			
Kişilerarası Duyarlılık	Gruplar Arası	628.850	2	314.425	30,425	.000
	Gruplar İçi	10272.300	994	10.334		
	Toplam	10901.149	996			
Depresyon	Gruplar Arası	4860.580	2	2430.290	127.900	.000
	Gruplar İçi	18887.546	994	19.002		
	Toplam	23748.126	996			
Anksiyete Bozukluğu	Gruplar Arası	1471.609	2	735.805	43.333	.000
	Gruplar İçi	16878.288	994	16.980		
	Toplam	18349.898	996			
Hostilite	Gruplar Arası	504.982	2	252.491	14.454	.000
	Gruplar İçi	17363.210	994	17.468		
	Toplam	17868.193	996			
Fobik Anksiyete	Gruplar Arası	390.198	2	195.099	19.669	.000
	Gruplar İçi	9859.411	994	9.919		
	Toplam	10249.609	996			
Paranoid Düşünceler	Gruplar Arası	715.866	2	357.933	27.340	.000
	Gruplar İçi	13013.334	994	13.092		
	Toplam	13729,200	996			
Psikotizm	Gruplar Arası	905.853	2	452.927	36.444	.000
	Gruplar İçi	12353.332	994	12.428		
	Toplam	13259,186	996			

Tablo 3’de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinin gelecekte umumlu olma algılarına göre bütün psikolojik belirti puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma görülmüştür. Somatizasyon için ($F_{(2-994)} = 25.48$, $p=.000$), obsesif-kompulsif bozukluk ($F_{(2-994)} = 47.62$, $p=.000$), kişilerarası duyarlılık ($F_{(2-994)} = 30.43$, $p=.000$), depresyon ($F_{(2-994)} = 127.90$, $p=.000$), anksiyete bozukluğu ($F_{(2-994)} = 43.33$, $p=.000$), hostilite ($F_{(2-994)} = 14.45$, $p=.000$), fobik anksiyete ($F_{(2-994)} = 19.67$, $p=.000$), paranoid düşünceler ($F_{(2-994)} = 27.34$, $p=.000$), psikotizm için ise ($F_{(2-994)} = 36.44$, $p=.000$) değerleri bulunmuştur. Farkın hangi gruplardan kaynaklandığını

saptamak amacı ile LSD testi ile çoklu karşılaştırmalar yapılmış, üniversite öğrencilerinin gelecekte umumlu olma algılarına göre psikolojik belirtilerin tamamında geleceği umumlu algılayanlar ile umutsuz algılayanlar ve kısmen umumlu algılayanlar arasında umutsuz algılayanlar ve kısmen umumlu algılayanlar lehine anlamlı fark bulunmuştur. Başka bir ifade ile geleceği umumlu olanların psikolojik belirtileri daha düşük bulunmuştur. Ayrıca kısmen umumlu algılayanlar ile umumlu algılamayanların psikolojik belirtilerinde kısmen umumlu algılayanlar lehine anlamlı fark görülmüştür.

Psikolojik Belirtilerin Öznel Algılara Göre Yordanması

Tablo 4. Öznel Algıların Psikolojik Belirtileri Yordamasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Model	Yordayan Değişken	Yordama									
		R	R ²	Δ R ²	F	F ch	p	Hatası	β	t	P
1	Mutluluk Algısı	.425 (a)	.181	.181	219.559	219,559	.000	1.564	.327	10.377	.000
2	Mutluluk Algısı Beklentileri Gerçekleştirme Algısı	.439 (b)	.193	.012	118.864	15,066	.000	1.777	.073	2.332	.020
3	Mutluluk Algısı Beklentileri Gerçekleştirme Algısı Gelecekte Umutlu Olma Algısı	.473 (c)	.224	.031	95.413	39,340	.000	1.536	.194	6.272	.000

Yordayıcı değişkenler incelendiğinde, mutluluk algısı değişkeninin tek başına toplam varyansın %18,1'ini [$F_{(1,995)}=219.56$, $p=.000$]; ikinci aşamada mutluluk ve beklentileri gerçekleştirme algıları birlikte toplam varyansın %19.3'ünü [$F_{(2,994)}=118.86$, $p=.000$]; üçüncü aşamada ise mutluluk, beklentileri gerçekleştirme ve gelecekte umutlu olma algılarının birlikte toplam varyansın %22.4'ünü [$F_{(3,993)}=95.41$, $p=.000$] açıkladığı görülmüştür. Hiyerarşik olarak analize sokulan yordayıcı değişkenlerin tamamının her aşamada üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerini anlamlı düzeyde yordadıkları saptanmıştır.

Tartışma

Üniversite öğrencilerinin mutluluk algılarına göre psikolojik belirtileri anlamlı derecede farklılaşmıştır. Kendilerini mutlu algılayanlarda psikolojik belirtiler, mutsuz ve kısmen mutsuz algılayanlardan anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Yani kendilerini mutlu algılayanların somatizasyon, obsesif-kompulsif bozukluk, kişilerarası duyarlılık, depresyon, anksiyete bozukluğu, hostilete, fobik anksiyete, paranoid düşünceler ve psikotizm gibi olumsuz psikolojik durumların tamamında, mutsuz ve kısmen mutsuz algılayanlardan anlamlı düzeyde daha iyi durumda oldukları sonucu elde edilmiştir. Abdel-Khalek (2006) mutluluk ile iyimserlik, benlik saygısı, olumlu duygulanım durumu, gelecekte umutlu olma, dışa dönüklük ve kendini fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklı hissetme durumu arasında anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Post (2005) ise, mutluluk algısı ile özgüven arasında pozitif ilişki saptamıştır. Yine bazı araştırmalarda, mutluluk algısı ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Baumeister, Campbell, Krueper ve Vohs, 2003; Cheng ve Furnham, 2004). Peterson, Park ve Seligman (2005) ise; kendilerini mutsuz algılayanların yaşamda anlam bulma, yaşamdan zevk alma ve insanlarla birlikte olma durumunda daha çok sorun yaşadıklarını belirtmişlerdir. Araştırma sonuçları dikkate alındığında, kendilerini mutlu algılayan üniversite öğrencilerinin iyimserlik, gelecekte umutlu olma, yüksek benlik saygısı, olumlu duygulanım durumu, dışa dönüklük, özgüven ve kendini fiziksel ve ruhsal olarak sağlıklı hissetme durumu ve yaşamdan zevk alma durumları, mutsuz ve kısmen

mutsuz algılayanlara göre daha iyi olacaktır. Natvig, Albrektsen ve Qvarnstrom (2003) kendilerini mutsuz algılayanların stres düzeylerinin ve psikosomatik belirtilerinin daha yüksek olduğunu saptamışlardır. Bu sonuç dikkate alındığında, kendilerini mutsuz algılayan üniversite öğrencilerinin stres düzeylerinin ve psikosomatik rahatsızlıklarının diğer öğrencilere göre daha yüksek olabileceği söylenebilir.

Beklentilerini gerçekleştirmiş olarak algılayan üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin tamamında, beklentilerini kısmen gerçekleştirdiklerini algılayanların psikolojik belirtileri, beklentilerini gerçekleştiremediklerini ve kısmen gerçekleştirdiklerini algılayanlara göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur. Yani beklentilerini gerçekleştirenler, gerçekleştiremeyen ve kısmen gerçekleştirenlere göre daha az psikolojik sorun yaşamaktadırlar. Bandura (1982), Schwarzer ve Fuchs' e (1995) göre; öznel algılarından beklentilerini gerçekleştirme algısı, bireyin amacına ulaşma çabasını, kendi etkililiğine ilişkin inançlarını, davranış değiştirme amacını ve güdülenmesini azaltan sorunlarla mücadele etme gücünü etkiler.

Konuya ilgili araştırmalar ışığında bakılınca; beklentilerini gerçekleştirmiş algılayan üniversite öğrencilerinin, kısmen gerçekleştirmiş ve gerçekleştiremediklerini algılayanlara göre etkinliklerinin, amaca dönük çabalarının ve motivasyonlarının daha iyi olabileceği söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin gelecekte umutlu olma algılarına göre psikolojik belirtilerinin tamamında kendilerini umutlu algılayanlar ile umutsuz algılayanlar ve kısmen umutlu algılayanlar arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bu fark, umutsuz algılayanlar ve ile kısmen umutlu algılayanlar lehinedir. Başka bir ifade ile gelecekte umutlu olanların psikolojik belirtileri daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, kısmen umutlu algılayanlar ile umutlu algılayanların psikolojik belirtilerinde kısmen umutlu algılayanlar lehine anlamlı fark görülmüştür. Bu sonuca bakarak, kendilerini umutlu algılayanların, kendilerini kısmen umutlu ve umutsuz algılayanlara göre psikolojik sorunlarının daha az olduğu söylenebilir. Ayrıca gelecekte kısmen umutlu algılayanların umutsuz algılayanlardan daha az psikolojik sorular ya-

şadıkları şeklinde de görüş belirtilebilir. Aytaç ve Bayram' a (2001) göre üniversite öğrencilerinde mezuniyet sonrası yaşamını devam ettirecekleri bir işi seçen ve çalışacakları işi planlamayanlarda umutsuzluk görülmektedir. Konuya söz konusu araştırma bağlamında bakılınca; bu çalışmada geleceklelerini umutlu algılamayanların psikolojik belirtilerinin diğer öğrencilere göre anlamlı derecede daha yüksek olması, üniversite öğrencilerinin geleceklelerini planlamamalarından kaynaklanmış olabileceğini düşündürmektedir.

Ayrıca öğrencilerin mutluluk algıları, beklentileri gerçekleştirme algıları ve umut algılarının psikolojik belirtileri yordadığı görülmüştür. Bu durum mutluluk, beklentileri gerçekleştirme ve umut algılarının psikolojik belirtilerle ilgili olduğunu göstermektedir.

Bütün bu saptamalar sonucu, üniversite öğrencilerinin psikolojik belirtilerinin azaltılması ve daha az psikolojik sorunlar yaşamaları için mutluluk, beklentilerini gerçekleştirme ve gelecekle umutlu olma algılarını geliştirecek gerekli profesyonel yardımlar sağlanmalıdır.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin mutluluk, beklentilerini gerçekleştirme ve gelecekle umutlu olma algılarına göre psikolojik belirtileri incelenmiştir. Ancak, konunun daha ayrıntılı görülebilmesi için bu çalışmada konu edilmeyen farklı değişkenler açısından da yeni araştırmaların yapılması gerekmektedir.

Kaynaklar

- Abdel - Khalek, A. M. (2006). Measuring happiness with a single-item scale. *Social Behavior and Personality*, 34(2), 139-150.
- Aish, A.M., Wasserman D. ve Renberg, E. S. (2001) Does Beck hopelessness scale really measure several components? *Psychological Medicine*, 31,367-372.
- Argyle, M. ve Lou, L. (1990). Happiness and social skills. *Personality and Individual Difference*, 11(12), 1254-1260.
- Aytaç, S. Bayram, N. (2001). Üniversite gençliğinin iş ve eş seçimindeki etkin kriterlerinin analitik hiyerarşi süreci (AHP) ile analizi. *Marmara Üniversitesi Sosyal BilimlerEnstitüsü Dergisi* 16, 89-100.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency, *The American Psychologist*. 37 (2), 122-147.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I. ve Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science In The Public Interest*, 4 (1), 1-44.
- Bayraktar, E. ve Aydemir, Ö. (1996). Genel tıpta anksiyete (II). *Psychomed*. 2 (4), 134-141.
- Boyce, P., Hickie, I., Parker, G., Mitchell, P., Wilhelm, K. & Brodaty, H. (1992). Interpersonal sensitivity and the one-year outcome of a depressive episode. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 26, 156161.
- Bozdemir N. Liseli Adölesanlardaki intihar eğilimi. http://ataturkanadolulisesi.aydin-meb.gov.tr/rehberlik/rehberlik/ergenlik_donemine_giris.doc, Erişim tarihi: 7.08.2009.
- Başaran F. (2004). Geçiş döneminde Türkiye: değişim, gelişim tutumlar ve değerler. Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları,
- Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Carpenito, J. C. (2005). *Hemşirelik tanıları el kitabı*, Çeviren: F.Erdemir, Nobel Tıp Kitabevleri, 365-370, İstanbul.
- Cheng, H. ve Furnham, A. (2004). Perceived parental rearing style, self-esteem and self-criticism as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 5, 1 – 21.
- Crossley, A. ve Landridge, D. (2005). Perceived sources of happiness: A network analysis. *Journal of Happiness Studies*, 6, 107 – 135.
- Çagdas, A. (2002). *Anne-baba çocuk iletişimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Çuhadaroğlu, Ç.F., Canat, S., Kılıç, E., Şenol, E., Rugancı, N, Öncü, B. ve ark. (2004). Ergen ve ruhsal sorunları/durum saptama çalışması. Ankara, Türkiye Bilimler Akademisi.
- Dağ, İ. (1991), Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R)'nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliliği, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2 (1), 5-11.
- Derogatis, L.R. (1992). *The Brief Symptom Inventory-(BSI)*, Administration, scoring and procedures manual-II., *Clinical Psychometric Research Inc.*: USA.
- Enç, M. (1978). *Ruh sağlığı bilgisi*. İstanbul: İnkılap ve Aka Yayınları.
- Giblin. L. (1995) *İnsan ilişkilerinde kendine güven ve güç elde etmenin yolları*. (Çev. İ. Güpgüpoğlu). (2. baskı), İstanbul: Sistem yayıncılık.
- Grinde, B. (2002). Happiness in the perspective of evolutionary psychology. *Journal of Happiness Studies*, 3, 331 – 354.
- Hançerlioğlu, O. (1988). *Ruh bilim sözlüğü*. İstanbul, Remzi Kitapevi.
- Karahan, T. F., Dicle A. N. ve Eplikoç H. (2007). Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma tarzlarının sosyal beceri düzeylerine ve mutluluk algılarına göre incelenmesi.. Ankara Üniversitesi, *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 40 (2) , 41-61.

- Kazgan, G. (2006). İstanbul gençliği: gençlik değerleri araştırması. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Kerimova, M. (2000). Lise öğrencilerinde görülen psikolojik belirtilerin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kılıç, M. (1987). Değişik psikolojik arazlara sahip olan ve olmayan öğrencilerin sorunları: Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, Sosyal Bilimler Enstitüsü. .
- McSherry, W., Ross, L. (2002). Dilemmas of spiritual assessment. Considerations for nursing practice, *Journal of Advanced Nursing*, 38(5), 479-488.
- Natvig, G. K., Albrektsen, G. ve Qvarnström, U. (2003). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 9, 166-175.
- Öz, F. (2004). *Sağlık alanında temel kavramlar*. Ankara, İmaj: 229-75.
- Peterson, C., Park, N. K. ve Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empathy life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25 - 41.
- Post, S. G. (2005). Altruism, happiness, and health: It's good to be good. *Internatioanal Journal of Behavioral Medicine*, 12 (2), 66 - 77.
- Savaşır, I. ve Şahin, N.H. (1997). *Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: sık kullanılan ölçekler*. Ankara, Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Schwarzer, R. ve Fuchs, R. (1995). Changing risk behaviors and adopting health behaviors: The role of self-efficacy beliefs. In A. Bandura (Ed.), *Self-efficacy in changing societies* (pp. 259-288). New York: Cambridge University Press.
- Snyder, C. R. (1989). Reality negotiation from excuses to hope and beyond. *Journal of Social and Clinical Psychology* 8 (2), 130-157.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T. ve et al.(1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 570-585.
- Şahin,N.H. ve Durak, A.(1994). Kısa Semptom Envanteri: Türk gençleri için uyarlanması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 31, 44-56.

PSYCHOLOGICAL SYMPTOMS OF UNIVERSITY STUDENTS REGARDING THEIR SUBJECTIVE PERCEPTIONS

Birol ALVER, Mücahit DİLEKMEN ve Şükrü ADA

The purpose of this study was to examine psychological symptoms of university students regarding their perceptions of happiness, realization of expectations and hopefulness. Subjective perceptions are psychological concepts playing important roles in life quality of an individual. Perception of happiness, perception of realization of expectations and perception of hopefulness can be considered as subjective perceptions. Perception of happiness, which is an important variable of personal life, can be defined as satisfaction level felt personal life, perceived positive affects, the frequency of these affects and self-assessment of one's personal life (Cheng ve Furnham, 2004; Abdel-Khalek, 2006). In some definitions, on the other hand, the terms perception of happiness and life satisfaction are used interchangeably (Peterson, Park and Seligman, 2005; Abdel-Khalek, 2006). Karahan, Dicle and Eplikoç (2007) recommend that individuals perceiving themselves as unhappy are inclined to suffer more psychological problems and (inclined) to use desperate approaches more often coping with stress. Furthermore, a significant relation between perception of happiness and self-respect was found in some studies performed (Cheng ve Furnham, 2004; Baumeister, Campbell, Krueper ve Vohs, 2003).

Perception of realization of expectations affects an individual's self efficacy beliefs, his purposes of changing behaviors, his efforts on achieving goals and his strength of coping with motivation reducing problems (Bandura, 1982, Schwarzer ve Fuchs, 1995).

Perception of hopefulness for future as being one of the subjective perceptions is defined as "being hopeful" and "the feeling which positively affects mental health by giving the strength of coping with probable negative future experiences to an individual" in Turkish Language Agency Dictionary (2007). Perception of hopefulness has generally been studied on theoretically so far. Aish, Wasserman and Renberg (2001) as well as Natvig, Albrektsen and Qvarnström (2003) reported that that most high school students were having troubles in being hopeful for future. Regarding the same subject, Bozdemir (2001) found 55,5% of high school students as being desperate in his study.

Psychological problems emerge in rough times and depressed periods of human life. Under different negative

environmental conditions an individual may have hard times from time to time and may suffer some adaptation problems. Those kind of problems have direct effects on daily activities and productivity of an individual. These symptoms are often associated with anxiety (Kerimova, 2000). Kılıç (1987) defined psychological symptoms as indications that affect mental health negatively and that serve to diagnose mental illnesses. Enç (1978) specified those psychological symptoms as somatization, obsessive-compulsive disorder, interpersonal sensitivity, depression, anxiety disorder, hostility, phobic anxiety, paranoid thoughts and psychosis.

Method

Subject of this study is 997 randomly selected from university students attending to Atatürk University, Erzurum, Turkey in 2006-2007 academic year. Psychological symptom scores of participants were obtained by Short Symptoms Inventory (SSI) which was originally developed by Derogatis (1992) and adapted into Turkish by Şahin and Durak (1994). University students' perceptions of happiness, realization of expectations and hopefulness are obtained through personal information form which was developed by researchers. One way variance (ANOVA) analysis and regression analysis were used for data analysis.

Findings and Discussion

Results showed that psychological symptoms of participant university students did not vary significantly according to their perceptions of happiness. Psychological symptom scores of participant with positive self perception of happiness were significantly lower than that of having negative or partly negative perceptions. This finding can be interpreted as indicating that those with positive self perception are significantly at a better level than that of having negative or partly negative perceptions from the aspects of psychological symptoms such as somatization, obsessive-compulsive disorder, interpersonal sensitivity, depression, anxiety disorder, hostility, phobic anxiety, paranoid thoughts and psychosis. Abdel-Khalek (2006) reported significantly positive relation between happiness and optimism, being hopeful about future, high level of self esteem, positive affect, extroversion and feeling oneself physically and mentally healthy. Post (2005) also, determined positive relation between perception of happiness and altruism. There have also been studies reporting positive relations between perception of happiness and self esteem (Cheng ve Furnham, 2004; Baumeister, Campbell, Krueper & Vohs, 2003).

Peterson, Park and Seligman (2005) have also revealed that individuals with perception of less happiness

Bu araştırma Atatürk Üniversitesi Araştırma Fonunca desteklenmiştir.
Yrd. Doç. Dr., **Birol ALVER**, Atatürk Üniversitesi, Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, balver@atauni.edu.tr

Yrd. Doç. Dr., **Mücahit DİLEKMEN**, Atatürk Üniversitesi Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Anabilim Dalı, dilekmen@atauni.edu.tr

Yrd. Doç. Dr., **Şükrü ADA**, Atatürk Üniversitesi Kâzım Karabekir Eğitim Fakültesi Eğitim Yönetimi, Teftişi, Planlaması ve Ekonomisi Anabilim Dalı, sukruada@atauni.edu.tr

faces more troubles in getting pleasure out of life, finding meanings of his life and establishing healthy relations with other people in social life. Taking the findings of this study into consideration, it can be inferred that participant with positive self perception of happiness are in better state regarding optimism, being hopeful about future, high level of self esteem, positive affect, extroversion, altruism, self esteem, feeling oneself physically and mentally healthy and getting pleasure out of life.

Psychological symptom scores of participant with positive self perception of realization of expectations were significantly lower than that of having negative or partly negative perceptions. It might be inferred from this finding that individuals with positive self perception of realization of expectations have less trouble in their lives when compared to the ones with poor or no perception of realization of expectations. Bandura (1982), Schwarzer and Fuchs (1995) suggested that perception of realization of expectations affects an individual's self efficacy beliefs, his purposes of changing behaviors, his efforts on achieving goals and his strength of coping with motivation reducing problems whereas the Dictionary of Turkish Language Association (2007) defines perception of hopefulness for future as being one of the subjective perceptions is defined as "being hopeful" and "the feeling which positively affects mental health by giving the strength of coping with probable negative future experiences to an individual". Considering these definitions and findings, it can be inferred that individuals with positive perception of realization of expectations are better off from the aspects of perception self efficacy beliefs, purposes of changing behaviors, efforts on achieving goals and strength of coping with motivation reducing problems compared to the ones with poor or no perception of realization of expectations.

Psychological symptom scores of participant with positive perception of hopefulness for future were significantly different than those of persons with perception of poor or no hopefulness. Students with greater levels of hopefulness reported fewer symptoms. In addition, a significant different is observed between the individuals with perception of poor hopefulness and the ones with perception of no hopefulness at all in favor of the ones with perception of poor hopefulness. Also, it has been revealed that psychological symptom scores of participant university students who have perception of poor hopefulness to be lower than that of no hopefulness. It might be inferred from this finding that individuals with positive self perception of hopefulness will most probably have less trouble in their lives when compared to the ones with perception of poor or no hopefulness. It might also be inferred that individuals with perception of poor hopefulness will most probably have less trouble in their lives when compared those with perception of no hopefulness at all.

University students should be given all necessary educational and psychological support for having positive perceptions of happiness, realization of expectations and hopefulness in order for them to have more positive psychological symptoms.