



ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ*

İsa Yücel İŞGÖR**

Geliş Tarihi: Ocak, 2017

Kabul Tarihi: Mart, 2017

Öz

Bu çalışmanın amacı; üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin değişkenler (muhafazakâr yaşam tarzı, sosyoekonomik düzey ve ailenin algılanan dindarlık durumu) açısından incelemektir. Araştırmanın örneklemini 2010-2011 öğretim yılında Atatürk Üniversitesi'nin 9 fakültesine devam eden 251'i kız, 319'u erkek olmak üzere toplam 570 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada, Ryff tarafından geliştirilen, Cenkseven tarafından Türkçeye uyarlanan "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği", araştırmacı tarafından geliştirilen "Muhafazakâr Yaşam Tarzı Ölçeği" ve bilgi formu kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde yüzde, frekans, korelasyon, Kruskal-Wallis testi, ve post-hoc istatistiki analiz yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmada, muhafazakâr yaşam tarzı ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde düşük bir ilişki olduğu, sosyoekonomik düzey ve ailenin algılanan dindarlık düzeyleri ile psikolojik iyi oluş puanları arasında anlamlı bir farklılaşmanın olduğu bulgulanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Psikolojik iyi oluş, muhafazakârlık, dindarlık.

INVESTIGATING PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UNIVERSITY STUDENTS IN TERMS OF SOME VARIABLES

Abstract

The purpose of this study is to investigate the psychological well-being of university students in terms of some variables (conservative lifestyle, socio-economic level, perceived religiousness status of the family). Sample of the study was composed of 251 girls and 319 boys, totally 570 students, studying at 9 different faculties of Ataturk University. "Psychological Well-Being Scale" developed by Ryff and adapted to Turkish by Cenkseven, the "Conservative Lifestyle Questionnaire" and information form were used in the study. Statistical methods like internal consistency, t tests, factor analysis, correlation, Kruskal-Wallis test and ANOVA analysis of the obtained data were used. It has been found that there is a positive and low correlation between conservative lifestyle and psychological well-being, a meaningful differentiation between the scores of socio-economic level, perceived religiousness status of the family with psychological well-being.

Keywords: Psychological well-being, conservatism, religiousness.

* Bu makale *Üniversite Öğrencilerinin Muhafazakâr Yaşam Tarzları ile Psikolojik İyi Oluşlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi* adlı doktora tezinden üretilmiştir.

** Yrd. Doç. Dr.; Erzincan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, yucelisgor@hotmail.com.

Giriş

Geleneksel olarak, psikoloji alanındaki kuramcılar ve uygulamacılar psikolojik olarak iyi olmanın ölçütlerini tanımlamayı denemekten kaçınmışlar; daha çok psikolojik bozuklukların belirtilerini tanımlamak üzerinde odaklanmışlardır (Kinnier, 1997). Günümüzde psikolojik sağlık ile ilgili yapılan araştırmalara genel olarak baktığımızda psikolojik sorunlarla ilgili çalışmaların sayısının dikkat çekecek oranda çok olduğu görülür. Ancak olumlu psikoloji ile ilgili çalışmalar psikolojik problemlerle ilgili incelemeler ile karşılaştırıldığında çok az sayıdadır. Bu yöndeki çalışmaların yetersiz olmasına karşın 20. yüzyılın son çeyreğinden bu yana olumlu davranış üzerine yapılan araştırmaların artış gösterdiği de bilinmektedir. 1970-1976 yılları arasında *Journal of Social Psychology* ve *Journal of Personality and Social Psychology* dergilerinin taramasının yapıldığı bir araştırmada ‘olumlu sosyal davranış’ın 1976’da en çok ele alınan on konu içerisinde yer aldığı belirlenmiştir (İmamoğlu, 1979’dan Akt.: Akbaba, 1994). Olumlu psikoloji, insan deneyimlerine pozitif bakmayı önerir. Bu bakış olumsuzun varlığı kadar olumlunun yokluğunun da psikolojik sağlık üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (Ryff ve Singer, 1996). Nitekim iyi olma psikolojik rahatsızlıkların yokluğu anlamına gelmemektedir (Ryan ve Deci, 2001). İyi olma çalışmaları olumlu psikolojik bakış açısı temel alınarak gerçekleştirilmektedir.

Psikoloji literatüründe iyi olma üzerine yapılan araştırmalarda iki temel bakış açısının olduğu dikkati çekmektedir. Bunlardan ilki hedonizm / hazcılık olarak isimlendirilen yaklaşımdır ve bu yaklaşım iyi olmada haz ya da mutluluğu temel alır (Kahneman *vd.*, 1999). İkinci yaklaşım, hazcı bakış açısı kadar yaygın olmakla birlikte, iyi olmanın mutluluktan daha fazlasını içerdiğini öne sürmektedir (Waterman, 1993). Bu bakış açısında iyi olma ile bireyin tam işlev yapma veya kendini gerçekleştirme düzeyi, kendini anlama ve anlamlılık üzerine odaklanması ifade edilmektedir (Ryan ve Deci, 2001). İnsan deneyimlerini haz-acı boyutu üzerinde değerlendiren hedonik psikoloji birçok araştırmada “öznel iyi olma” ile değerlendirilmektedir (Oishi *vd.*, 1999). İlgili yazında iyi olmayı eudaimonism bakış açısına göre ele alan çalışmalar Ryff ve Singer (2000)’in “Çok Boyutlu Psikolojik İyi Olma” olarak isimlendirdiği teorisi ve Deci ve Ryan (2000)’nin “Öz-Belirlemecilik Teorisi / Self-Determination Theory” adları altında toplanmaktadır.

Ryff (1989)’a göre, psikolojik iyi olma olumlu duygu, olumsuz duygu ve yaşam doyumunun basit bir birleşimi olmaktan çok, yaşam tutumlarından oluşan çok boyutlu bir yapıdır. Psikolojik iyi olmayı açıklayan kuramsal temelli yaklaşımların yokluğunu vurgulayan Ryff (1989) kişilik ve gelişim kuramcılarının olumlu psikolojik sağlığa ilişkin kuramsal açıklamalarını temel alarak “Çok Boyutlu Psikolojik İyi Olma” olarak adlandırılan modelini

oluşturmuştur. Bu modelde psikolojik iyi oluş, kişinin yaşam amaçlarından ilişkilerine, potansiyelinin farkında olup olmadığına; diğer insanlarla ilişkisinin kalitesinden, yaşamıyla ilgili ne hissettiğine ilişkin geniş bir yelpazeyi içermektedir (Ryff ve Keyes, 1995).

Araştırmada ele alınan bir başka değişken olan muhafazakârlık, 18. yüzyıl aydınlanma döneminin temel öğretilerine bir karşı duruş ve eleştirel bir yaklaşımdır. Daha geriye gidildiğinde aslında aydınlanmanın kendisinin muhafazakâr değerlerin beslendiği orta çağ kültürü ve düşünce yapısına bir karşı çıkış olduğu görülmektedir. Bir “düşünce stili” ve bir “tutum” olarak muhafazakârlığın başlangıcı insanlık tarihinin başlangıcına kadar götürülebilir. Ancak siyasi bir doktrin ve spesifik bir ideoloji olarak muhafazakârlığın tarihi oldukça yenidir. Bu tarz muhafazakârlık, miladı aydınlanma çağı olarak bilinen 18. yüzyıldır (Özipek, 2005).

Muhafazakârlık; geleneklere, teâmüllere (âdetlere) ve devamlılığa dayalı bir anlayıştır. Gelenekler ve teamüller insanların bir arada huzur içinde yaşamalarını sağlayan şeydir. Nisbet (2007)’in ifadesiyle “muhafazakârların düşünce üslubu, aydınlanmaya ve akıl çağına karşıt bir üsluptur. Bu itibarla, muhafazakâr-aydınlanmacı tipoloji, gelenekçi-modernist tipolojidir. Bıdık (2007) da vurguladığı gibi muhafazakârlığa göre, insan sınırlı bir akla sahiptir. İnsanın, toplumu tarihten, tecrübeden, dinden ve gelenekten bağımsız olarak salt akla dayanarak mükemmelleştirilmesi imkânsızdır. Vural (2003)’a göre “muhafazakâr düşünce aileyi hem toplumun temel birimi, hem de geleneksel ahlakın koruyucusu olarak görmektedirler. Çünkü aile toplumu bir arada tutan bağların bir kısmını yaratır ve pekiştirir. Aynı zamanda aile toplumun atomize olmasını önler, toplum içinde dayanışmayı sağlar ve nihayet temel eğitim kurumlarından biri olma işlevini görür. Aile insanlarda toplumlarına mensubiyet ve aidiyet duygularını da kuvvetlendirir. Ayrıca aile insanların mutlu olabildiği belli başlı yerlerden biridir. Bu nedenlerle ailenin vazgeçilmez bazı toplumsal işlevleri vardır.” Muhafazakâr düşünceye göre din toplumun ruhunu oluşturan en önemli kurumlardan birisidir. Nasıl otorite, mülkiyet, ekonomi, devlet toplumun fiziksel bedenini oluşturuyorsa, din de toplumun canını, ruhunu oluşturur. Dinden soyutlanmış bir toplum ruhsuz ve cansız bir topluma benzer (Çaha, 2004).

Yapılan literatür incelemesinde muhafazakarlık ve psikolojik iyi oluş eksenli doğrudan çalışmaların çok sınırlı olduğu söylenebilir. Bu sınırlı çalışmaların birinde Pienaar vd., (2006) ergenlerde muhafazakârlık ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiş, çalışma sonucunda muhafazakârlık düzeyi yüksek olanların yüksek psikolojik iyi oluşa sahip olduğunu bulgulamıştır. Bir başka çalışmada Napier ve Jost (2008) muhafazakârların liberallerden neden daha mutlu olduğunu incelemiş ve bu sonucun sağ kanadın eşitsizliği daha ılımlı bir şekilde rasyonalize etmesinden kaynaklandığını bulgulamıştır. Geleneksellik ve dinî tutumlar gibi

muhafazakârlığın temel bileşeni olan değişkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisine yönelik araştırma bulgularına rastlanmaktadır. Telef *vd.*, (2013) öğretmen adayları üzerinde yaptığı çalışmada gelenekselliğin psikolojik iyi oluşun yordayıcılarından biri olduğunu bulgulamıştır. Dinî tutumların psikolojik iyi oluş ile ilişkisine dair çalışmalara bakıldığında birçok araştırma bulgusundan söz edilebilir. Ekşi (2001), “Başa Çıkma, Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma” isimli çalışmasında olumlu dinî başa çıkma ile ruh sağlığı arasında olumlu ilişki gözlemlemiştir. Koç (2002), “Dua ve İbadetin Ergenlerin Ruh Sağlıklarına Etkileri Üzerine Teorik Bir Yaklaşım” adlı yaptığı bir araştırmada, dinî inançların, olumsuzluklarla karşılaşan bireylere manevi ve duygusal bir destek sağladığını ve insanların daha mutlu yaşamasına katkıda bulunduğunu tespit etmiştir. Yapıcı (2007), “Ruh Sağlığı ve Din, Psiko-Sosyal Uyum ve Dindarlık” adlı araştırmasında Çukurova Üniversitesinde okuyan ve 17-32 yaş grubunda bulunan 634 üniversite öğrencisini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre, Allah ile içsel temas kuran, O’na sığınan ve güvenen kişilerin ruh sağlığı daha iyi düzeyde olduğunu bulgulamıştır. Bu doğrultudaki bir başka çalışmada Acaboğa (2007), “Din-Mutluluk İlişkisi” isimli çalışmasında Kahramanmaraş İl Müftülüğüne bağlı Kur’an Kurslarında öğrenim gören 240 kadın üzerinde yaptığı incelemede, dinin mutluluğun artmasında etkili bir faktör olduğu sonucuna varmıştır. Fabricatore *vd.*, (2000), kişisel maneviyatın öznel iyi oluşu stres yaratan etkenlerden bağımsız olarak yordadığını göstermiştir. Ayrıca Hallahmi ve Argyle (2000) tarafından on dört Avrupa ülkesinden 160 bin kişi üzerinde yapılan anket çalışmasında haftada bir veya daha fazla kiliseye giden grubun (% 85), hiç gitmediğini belirtenlere (% 77) göre daha mutlu oldukları tespit edilmiştir. Buna benzer birçok araştırmada dinî tutumların iyi oluşu olumlu etkilediği yönünde araştırma sonuçları bulunmaktadır (Aydemir, 2008; Doğan, 1997; French ve Joseph, 1999; Froh *vd.*, 2008; Hintikka *vd.*, 2001; James ve Wells, 2003; Şengül, 2007; Van Dierendonck, 2004). Yapılan literatür taramasında gelir düzeyinin iyi oluş üzerindeki etkilerini inceleyen çeşitli araştırma sonuçları gelir düzeyinin artmasının iyi oluş üzerinde de olumlu bir etki oluşturduğunu ortaya koymuştur (Black ve Krishnakumar, 1998; Diener ve Biswas-Diener, 2002; Kaplan *vd.*, 2008).

Bireyler geleneği, dini, aileyi ve cemaat örüntülerini merkeze alan muhafazakâr bir duruş sergileme eğilimi gösterebilmektedir. Muhafazakârlık kavramının sürekli farklı boyutlarının tartışıldığı bir atmosferde muhafazakâr yaşam tarzı ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi bu kavrama farklı bir perspektiften bakabilme imkânı sunacaktır. Ayrıca psikoloji alan yazınının daha çok psikopatoloji üzerine yoğunlaşmış psikolojik iyi oluşu daha ikincil bir planda tutması bu konudaki çalışmaların kısır kalmasına yol açtığı düşünülebilir. Ancak son yıllarda bireyi psikolojik anlamda sağlıklı kılan şartlara yönelmesi neticesinde psikolojik iyi oluş kavramı çalışmaların odağında yer almaya başlamıştır. Bu çalışma, üniversite

öğrencilerinin muhafazakâr yaşam tarzı ile psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını ve sosyoekonomik düzey ve ailenin algılanan dindarlık düzeyi açısından psikolojik iyi oluş puanlarının farklılaşp farklılaşmadığını incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, Atatürk Üniversitesi'nde öğrenim gören lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklem ise, Atatürk Üniversitesi'nin tüm fakültelerinden oranlı küme örnekleme yöntemi ile seçilen öğrencilerden oluşmuştur. Araştırma örneklemini; 2010-2011 öğretim yılında Atatürk Üniversitesi'nin 9 fakültesine devam eden 251'i kız, 319'u erkek toplam 570 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem giren öğrencilerin yaşları 18-29 arasında değişmektedir ($\bar{X} = 21,28$, $S_s = 1,96$). Örneklemi oluşturan öğrenciler, evreni oluşturan öğrencilerin fakülte ve cinsiyetlerine göre dağılımı dikkate alınarak benzer oranlarda örnekleme alınmışlardır. Araştırmanın örneklemini oluşturan öğrencilerin fakültelere ve cinsiyetlerine göre dağılımı Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Araştırmanın Örneklemine Oluşturan Öğrencilerin Fakültelere ve Cinsiyete Göre Dağılımı ve Örneklem Yüzdeleri

Fakülteler	Kız		Erkek		Toplam	
	N	%	N	%	N	%
Eğitim	69	12,16	85	15,00	154	27,11
Fen	40	7,25	37	6,43	77	13,68
Edebiyat	42	7,48	44	7,77	86	15,25
Mühendislik	30	5,45	79	14,02	109	19,41
Ziraat	22	3,82	28	4,93	50	8,75
Tıp	11	1,86	17	3,02	28	4,89
İlahiyat	14	2,04	11	1,33	25	3,38
Diş Hekimliği	7	1,26	7	1,15	14	2,41
Güzel Sanatlar	13	1,64	14	1,91	27	5,13
TOPLAM	251	44,00	319	56,00	570	100

Tablo 1.'de görüldüğü gibi, çalışma örneklemini oluşturan lisans öğrencilerinin % 44'ü kız, %56'sı ise erkektir. Lisans öğrencilerinin en geniş yüzdesinin Eğitim Fakültesi öğrencilerinin (%27.11), en düşük yüzdesini ise Diş Hekimliği öğrencilerinin (%2.41) oluşturduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerini toplamak amacıyla üç ölçme aracı kullanılmıştır. Bu ölçme araçları; araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, Ryff (1989) tarafından geliştirilen ve Cenkseven (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve araştırmacı (2011) tarafından geliştirilen Muhafazakar Yaşam Tarzı Ölçeği.

Kişisel bilgi formu

Öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyebileceği düşünülen bazı faktörleri içeren, 19 maddeden oluşan ve araştırmacı tarafından hazırlanan bir bilgi toplama aracıdır. Bu 19 maddelik formda; öğrencinin yaş, cinsiyet, fakülte, sınıf düzeyi, memleket, bölge, yaşamın büyük bölümünün geçirildiği yer, mezun olunan lise türü, sosyoekonomik düzey, akademik başarı düzeyi, anne-babanın çalışma-öğrenim-birlikte yaşama durumu, bireyin dinî konulardaki bilgi düzeyi, dinî bir cemaate mensubiyet durumu, ailenin dinî konulardaki bilgi düzeyi ve aile yapısı gibi değişkenlerle ilgili bilgi toplamaya yönelik sorulara yer verilmiştir.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği (PIOÖ)

Bireyin psikolojik iyi oluş hâlini değerlendirmeyi amaçlayan Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri, Ryff (1989) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek; psikolojik iyi olma modelini temel alarak, 6 alt boyuttan ve her bir boyutu 14 maddeden oluşan toplam 84 maddelik bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 84 en yüksek puan ise 504'dür. Cenkseven (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılan ölçeğin, iç tutarlılık katsayılarının .87 ile .96, test-tekrar test güvenilirliğinin ise .78 ile .97 arasında değiştiği görülmüştür. Bu araştırma kapsamında ölçeğin iç tutarlık katsayısı .88 olarak tespit edilmiştir. Psikolojik İyi Oluş Ölçekleri Türkçe ve orijinal form puanları arasındaki korelasyonlar, özerklik alt ölçeği için $\alpha=.94$, çevresel hâkimiyet için $\alpha=.97$, bireysel gelişim için $\alpha=.97$, diğerleriyle olumlu ilişkiler için $\alpha=.96$, yaşam amacı için $\alpha=.96$ ve kendini kabul için $\alpha=.95$ olarak bulunmuştur. Açıklayıcı faktör analizinde toplam varyansın %68'inin açıklandığı ve maddelerin 6 faktörde toplandığı görülmüştür. Faktör yükleri .30 ile $\alpha=.94$ arasında sıralanmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA= .07, NFI= .97, CFI= .98, GFI= .93 ve SRMR= .06 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı $\alpha=.87$ olarak tespit edilmiştir.

Muhafazakâr Yaşam Tarzı Ölçeği (MYTÖ)

İşgör (2011) tarafından geliştirilen muhafazakâr yaşam tarzı ölçeği" MYTÖ, bireylerin muhafazakâr tutum ve düşüncelerini ölçme amacıyla geliştirilen 50 maddelik likert tipi bir ölçektir. Bireylerden ölçekte yer alan her bir maddenin kendilerine ne kadar uyduğunu 1-5 arası

dereceleyerek göstermeleri istenmektedir. Maddelere verilen cevaplar 5= Kesinlikle Katılıyorum, 4= Katılıyorum, 3=Kararsızım, 2= Katılmıyorum ve 1= Kesinlikle Katılmıyorum şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekte ki 15 madde ise tersine puanlanmaktadır. Ölçek 5 alt boyuttan (dış grup antipatisi, dinî duyarlılık, geleneğe bağlılık, antihedonizm ve aile-gelenek-din otoriteryanizmi) oluşmakta ve her bir alt boyutta 10 madde yer almaktadır. Ölçek toplam puan ve 5 alt ölçek puanı vermektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 50 iken en yüksek puan 250 dir. Açımlayıcı faktör analizinde toplam varyansın %87'sinin açıklandığı ve maddelerin 5 faktörde toplandığı görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA= .032, NFI= .89, CFI= .90, GFI= .90 ve SRMR= .048 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları sonucu elde edilen Cronbach Alpha katsayısı toplam puan için $\alpha=.84$ olarak bulgulanmıştır. Alt boyutlar için Cronbach Alpha değeri .82 ila .84 arasında olduğu tespit edilmiştir.

İşlem

Araştırmaya 2010-2011 öğretim yılı içerisinde Türkiye'nin Doğu Anadolu bölgesinin orta ölçekli nüfusa sahip bir il merkezindeki üniversitenin farklı fakültelerinde öğrenim gören lisans öğrencileri katılmıştır. Katılımcılara veri toplama amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Muhafazakâr Yaşam Tarzı Ölçeği uygulanmıştır. Uygulama neticesinde 570 lisans öğrencisi ilgili ölçek ve formları cevaplamıştır. Cevaplanan ölçek ve formların tek tek kontrol edilmesi neticesinde 19 meslek çalışanın ölçeklerin bir kısmını cevapladığı diğer kısımlarını ise boş bıraktığı tespit edilmiştir. Ayrıca 6 lisans öğrencisi de ölçeğin bütün maddelerine aynı seçeneği işaretlediği tespit edilmiştir. Araştırmanın güvenilirlik ve geçerliğini etkileyebileceği düşüncesiyle bu 25 lisans öğrencisinin formları uygulamaya dâhil edilmemiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin değerlendirilmesi araştırmacı tarafından yapılmıştır. Elde edilen veriler bilgi-işlem kodlama çizelgeleri oluşturularak bu çizelgelere geçirilmiştir. Bu veriler SPSS 22 istatistik paket programına aktarılmış ve denencelere uygun istatistiksel teknikler aracılığı ile analiz edilmiştir. Verilerin analizinde, yüzde, frekans, korelasyon ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) gibi istatistiksel teknikler kullanılmıştır. Sonuçlar $p<0.05$ anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

Bulgular

Tanımlayıcı istatistik kapsamında araştırmanın değişkenlerine ait ortalama, standart sapma ve psikolojik iyi oluş ile muhafazakâr yaşam tarzı düzeyleri arasındaki korelasyon sonuçları, Tablo 2.'de sunulmuştur.

Tablo 2. Psikolojik İyi Oluş ve Muhafazakar Yaşam Tarzı değişkenlerine ait ortalama, standart sapma ve korelasyon değerleri (N=570)

	1	2	3	4	5	6	7	8
1-MYTÖ	1							
2-PIOÖ	,247**	1						
3-Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	,246**	,759**	1					
4-Özerklik	,095*	,773**	,477**	1				
5-Çevresel Hâkimiyet	,270**	,834**	,631**	,536**	1			
6-Bireysel Gelişim	,189**	,808**	,585**	,582**	,600**	1		
7-Yaşam Amacı	,302**	,858**	,510**	,653**	,623**	,657**	1	
8-Kendini Kabul	,092*	,808**	,494**	,544**	,636**	,496**	,694**	1
\bar{X}	167,5	349,8	60,52	55,83	57,5	61,16	58,8	55,99
Ss	25,5	55,64	10,93	10,24	11,69	11,59	11,83	12,6

Not: MYTÖ: Muhafazakâr Yaşam Tarzı Ölçeği, PIOÖ: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği,

** p<. 01 düzeyinde anlamlı

*p<.05 düzeyinde anlamlı

Tablo 2. İncelendiğinde psikolojik iyi oluş düzeyi ile muhafazakâr yaşam tarzı düzeyi arasında pozitif yönde düşük bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($r = .24$, $p < .01$). Ayrıca muhafazakâr yaşam tarzı ile psikolojik iyi oluşun alt boyutları arasında en yüksek ilişkinin yaşam amacı alt boyutu arasında olduğu tespit edilmiştir ($r = .30$, $p < .01$). Muhafazakâr yaşam tarzı ile psikolojik iyi oluşun alt boyutları arasında en düşük ilişkinin ise kendini kabul alt boyutu arasında olduğu bulgulanmıştır ($r = .092$, $p < .05$).

Üniversite Öğrencilerinin sosyoekonomik düzeylerine göre psikolojik iyi oluş toplam puanlarının farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerlerinin parametrik özellik göstermemesi nedeniyle Kruskal-Wallis testi yapılmış ve bulgular Tablo 3.'te verilmiştir.

Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Toplam Puanlarının SosyoEkonomik Düzeylerine Göre Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

SosyoEkonomik Düzey	N	Sıra Ortalaması	Ki-Kare	P
---------------------	---	-----------------	---------	---

Psikolojik İyi Oluş	Üst Düzey	165	260,95	7,289	,026
	Orta Düzey	216	284,35		
	Düşük Düzey	189	308,25		

Tablo 3. incelendiğinde üniversite öğrencilerinin sosyoekonomik düzeylerine göre psikolojik iyi oluş toplam puanları ile ilgili ki-kare değerinin 7,289 olduğu ve bu değer $p < .05$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Analiz sonucunda elde edilen bu anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Mann Whitney U testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 4.'te verilmiştir.

Tablo 4. Psikolojik İyi Oluş Toplam Puanları Arasındaki Farkın Kaynağını Belirlemeye Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Sosyoekonomik Düzey	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Psikolojik İyi Oluş	Üst Düzey	165	181,73	29985	16290	,151
	Orta Düzey	216	198,08	42786		
	Üst Düzey	165	162,22	26767	13072	,009
	Düşük Düzey	189	190,84	36068		
	Orta Düzey	216	194,77	42069,5	18633,5	,13
	Düşük Düzey	189	212,41	40145,5		

Tablo 4. incelendiğinde sosyoekonomik düzey ile psikolojik iyi oluş puanları arasındaki anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmeye yönelik yapılan üst düzey-düşük düzey karşılaştırmasında U değeri 13072 olarak $p < .05$ önem düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Sıra ortalamalarına bakıldığında bu bulgu, düşük sosyoekonomik düzeydeki üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarının üst sosyoekonomik düzeydeki üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarından anlamlı derecede daha yüksek olduğunu göstermektedir. Üst düzey-orta düzey ve orta düzey-düşük düzey karşılaştırmaları arasında ise psikolojik iyi oluş puanları bakımından anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı bulgulanmıştır.

Üniversite öğrencilerinin ailelerinin algılanan dindarlık düzeyine göre psikolojik iyi oluş toplam puanlarının farklılaşp farklılaşmadığını test etmek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerlerinin parametrik özellik göstermemesi nedeniyle Kruskal-Wallis testi yapılmış ve bulgular Tablo 5.'te verilmiştir.

Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Toplam Puanlarının Ailelerinin Algılanan Dindarlık Düzeyini Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

	Ailenin Algılanan Dindarlık Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Ki-Kare	P
Psikolojik İyi Oluş	Yüksek	194	331,9	26,402	.000
	Orta	284	269,98		
	Düşük	92	235,58		

Tablo 5. incelendiğinde öğrencilerin ailelerinin algılanan dindarlık düzeyine göre psikolojik iyi oluş toplam puanları ile ilgili ki-kare değerinin 26,402 olduğu ve bu değer $p < .05$ düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Analiz sonucunda elde edilen bu anlamlı farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Mann Whitney U testi uygulanmış ve sonuçlar tablo 6.'da verilmiştir.

Tablo 6. Psikolojik İyi Oluş Toplam Puanları Arasındaki Farkın Kaynağını Belirlemeye Yönelik Mann Whitney U Testi Sonuçları

	Ailenin Algılanan Dindarlık Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P		
Psikolojik İyi Oluş	Yüksek	194	270,71	52517	21494	,000		
	Orta	284	218,18	61964				
	Yüksek	194	158,69	30786	5977	,000		
	Düşük	92	111,47	10255				
	Orta	284	194,3	55180			11418	,069
	Düşük	92	170,61	15696				

Tablo 6. İncelendiğinde yüksek-düşük karşılaştırmasında U değeri 5977 olarak $p < .05$ önem düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Sıra ortalamaları incelendiğinde bu bulgu, ailelerinin algılanan dindarlık düzeyi 'yüksek' olan üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarının, ailelerinin algılanan dindarlık düzeyi 'düşük' olan üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarından anlamlı derecede daha yüksek olduğunu göstermektedir. Orta-düşük karşılaştırması arasında ise psikolojik iyi oluş puanları bakımından anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı bulgulanmıştır.

Tartışma

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerini bazı değişkenler (muhafazakâr yaşam tarzı, sosyoekonomik düzey ve ailenin algılanan dindarlık

düzeyi) açısından incelemektir. Araştırmada elde edilen bulgulara dayalı olarak varılan genel sonuçlar şu şekildedir.

Çalışmanın ilk bulgusuna göre, psikolojik iyi oluş puanları ile muhafazakâr yaşam tarzı arasında pozitif yönde düşük bir ilişki olduğu saptanmıştır. Muhafazakâr yaşamın temel bileşenleri çerçevesinde bu sonucu yorumlamaya çalışırsak muhafazakâr yaşamı psikolojik iyi oluş açısından olumlu kılan en temel özelliğin aile anlayışı olduğu söylenebilir. Muhafazakârlara göre aile toplumun temel yapı taşı olmakla birlikte neslin devamını sağlama, toplumsal-kültürel değerlerin yeni nesillere aktarılmasını sağlama ve sosyalleşmeyi sağlama gibi işlevleri olan önemli bir kurumdur. Bir yönüyle de aile muhafazakârlar için önemli bir sosyal rehabilite merkezi ve sosyal destek özelliği taşır. Nitekim sosyal destek ihtiyacının karşılanması ve sosyal bağların güçlü olması bireylerin iyi oluş düzeyini de olumlu etkilemektedir (Kawachi ve Berkman, 2001; Pinguart ve Sörensen, 2000) Özellikle sosyal bağların kopuk olduğu bir atmosferde ve hayatın her türlü olumsuzluğuna karşın sığınılacak bir liman olarak görülen dayanışmaya dayalı aile anlayışı, muhafazakârlığın en temel bileşeni olarak karşımıza çıkmaktadır. Modern hayatın en önemli handikabının bireyi kendisine ve topluma yabancılaştırması ve her türlü sosyal bağdan izole etmesi aşikâr bir durumdur. Bu çerçevede toplumu organik bir yapı olarak gören ve insanı da bu organik yapının organlarından biri olarak tanımlayan, tarih gelenek ve din gibi köklü unsurlar üzerine kendisini inşa eden anlayışların günümüz insanını cezbeden bir yanının olduğu söylenebilir.

Muhafazakâr yaşam tarzının psikolojik iyi oluş açısından bu kısmi üstünlüğünün bir diğer kaynağı olarak da muhafazakârlığın benimsediği ‘akıl’ anlayışı olduğu söylenebilir. Muhafazakârlık aklın, önyargıdan bağımsız hareket edemeyeceğini belirtir. Muhafazakârlık önyargıyı; bireylerin değerleri, tecrübeleri ve tarihi birikimleri olarak tanımlar (Akkaş, 2000). Muhafazakârlığın bu yönü bireyi sorunlarını çözme ve paylaşımında bulunma adına diğer insanlarla ilişki kurmaya zorlamakta ve bu özelliğiyle toplum içerisinde duygusal ve sosyal bir bağ geliştirmektedir. Sosyal ve bireysel sorunlarını salt şişirilmiş bir ego anlayışı ile değil de canlı bir organizmanın parçaları misali dayanışma kültürüne dayalı bir etkileşimin psikolojik iyi oluşa kısmen de olsa bir katkı sunduğu söylenebilir (Kawachi ve Berkman, 2001; Pinguart ve Sörensen, 2000).

Araştırmada elde edilen bir başka bulgu, sosyoekonomik düzey bakımından öğrencilerin sosyoekonomik düzeyleri ile psikolojik iyi oluşları arasında üst sosyoekonomik düzeydeki üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarının düşük sosyoekonomik düzeydeki üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Konuyla ilgili benzer bir çalışmada Cenkseven (2004) üniversite

öğrencilerinde öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin yordayıcılarını incelediği araştırmasında, üst sosyoekonomik düzeydeki öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin alt sosyoekonomik düzeydeki öğrencilere nazaran anlamlı derecede daha yüksek olduğunu bulgulamıştır. Üniversite öğrencilerinin sosyoekonomik statülerine göre “psikolojik iyi olma” puanlarının üst sosyoekonomik düzey lehine farklılaşması literatürde genel bir beklentiyi oluşturmaktadır. Çünkü yüksek gelir ve eğitime sahip olanların daha fazla fırsata da sahip oldukları söylenilebilir. Bu durum onların birçok açıdan düşük gelir ve eğitime sahip kişilere göre avantajlı olmalarına neden olacaktır. Düşük gelir grubundan olan bireyler yüksek gelir grubundaki insanlarla karşılaştırıldığında yaşantılarını etkilemek için daha az fırsata sahiptirler. Bu dezavantajlı durumu eğitimin kalitesini, mesleğini, yaşam çevresini, beslenmesini ve sağlıkla ilişkili davranışlarını etkileyecektir (Lachman ve Weaver, 1998). Benzer şekilde, çeşitli araştırma sonuçları gelir düzeyinin artmasının iyi oluş üzerinde de olumlu bir etki oluşturduğunu ortaya koymuştur (Black ve Krishnakumar, 1998; Diener ve Biswas-Diener, 2002; Kaplan, Shema, ve Leite, 2008).

Araştırmanın son bulgusuna göre öğrencilerin ailelerinin algılanan dindarlık düzeyi ile psikolojik iyi oluşları arasında, ailelerinin algılanan dindarlık düzeyi ‘yüksek’ olan üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarının, ailelerinin algılanan dindarlık düzeyi ‘orta’ ve ‘düşük’ olan üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş puanlarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu yönünde bir sonuç elde edilmiştir. Nitekim araştırmanın bu bulgusuyla benzerlik gösteren birçok çalışmaya rastlanmaktadır. Bu çalışmaların birinde Şengül (2007), 336 denekten oluşan bir örneklem grubuna Kısa Semptom Envanteri ve Dindarlık Ölçeğini uyguladığı *Ruh Sağlığı ve Dindarlık* adlı yüksek lisans tezinde; dindarlığın bilgi- ibadet boyutu ile depresyon arasında anlamlı negatif ilişki tespit etmiştir. Elde ettiği bulgulardan, dindarlığın bilgi-ibadet boyutu arttıkça depresif belirtilerin azaldığı, dinin, özellikle dinî ibadetleri yerine getirmenin depresyona karşı koruyucu işlevi olabileceği ortaya çıkmıştır. Bir başka çalışmada Doğan (1997) Duanın Psikolojik ve Psikoterapötik Etkileri adlı alan araştırmasında, duanın birey üzerindeki psikolojik ve psikoterapötik etkileri incelenmiştir. Türkiye’nin üç ilinde, farklı gelişim dönemlerine ait değişik yaş gruplarından elde edilen örnekleme uygulanan anket sonucunda; duanın, bireyin psikolojisi üzerinde iyileştirici etkileri olduğu örnek olaylarla anlatılmıştır. Aydemir (2008) ise dindarlık ve mutluluk arasındaki ilişkiyi ilk yetişkinler üzerinde incelediği araştırmasında dindarlığın bireyin mutluluğunu arttırmada anlamlı bir etkisinin olduğunu bulgulamıştır. Ayrıca French ve Joseph (1999), dindarlık ve mutluluk, hayatta bir amacın olması ve kendini gerçekleştirme arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmasında dindarlık, hayatta bir amacın olması ve kendini gerçekleştirme arasında olumlu bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca araştırmacılar dindarlıkla mutluluk arasında da olumlu bir ilişki

bulunduğunu ve hayatta bir gayenin olmasının ise dindarlık-mutluluk arasındaki bu ilişkinin sebebi olduğunu bulgulamışlardır.

Koç (2002) tarafından yapılan “Ergenlik Döneminde Dua ve İbadet Psikolojisinin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri” adlı ampirik çalışma, ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde ne gibi psikolojik etkilerinin olduğunu ortaya çıkarmak için yapılmış bir alan araştırmasıdır. Türkiye’de orta öğrenim gören ergenlerin seçildiği evreni temsilen, Bursa il sınırları içerisinde dört farklı türden orta öğrenim kurumunda öğrenim gören 400 ergen üzerinde tesadüfi örneklem yoluyla anket uygulanmıştır. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda ergenlik döneminde yapılan dua ve ibadetin, ergenlerin ruh sağlıkları üzerinde olumlu psikolojik etkileri vardır” tezini ön gören temel hipotezle birlikte diğer hipotezlerin birçoğunun oldukça yüksek düzeyde desteklendiği tespit edilmiştir. James ve Wells (2003), dindarlık eğiliminden bağımsız olarak, kiliseye gitme, dinî toplantılara katılma, dinî literatürü okuma, bireysel ibadet ve dualar gibi dinî davranışlar gösterme ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkiyi araştıran çalışma bulgularının daha tutarlı olduğunu belirtmişlerdir. Bu çalışmaların genellikle bu gibi davranışlar sergileme ile psikolojik sağlık arasında pozitif bir ilişki olduğunu bulduklarını aktarmaktadırlar. Tüm bu çalışmalar araştırma bulgusuyla paralellik göstermektedir.

Sonuç olarak araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda birtakım öneriler ortaya konabilir. Muhafazakâr yaşam ve psikolojik iyi oluş arasında ki düşük de olsa anlamlı ilişkidir hareketle aşırı bireysellikten uzak, aile içi iletişim daha sıcak ve güvenli olduğu, sosyal değerlere duyarlı bir birey yetiştirme anlayışı yaygınlaştırılabilir. Bireylerin sosyoekonomik yapılarını iyileştirmeye yönelik çalışmalar yapılabilir. Aile içerisinde nitelikli bir değer ve din eğitimi bilinci oluşturulabilir. Araştırma konusu farklı değişkenlerle farklı örneklem grupları üzerinde incelenebilir.

Kaynaklar

- ACABOĞA, A. (2007). *Din-mutluluk ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi SBE, Kahramanmaraş.
- AKBABA, S. (1994). *Grupla psikolojik danışmanın sosyal psikolojik bir kavram olan özgecilik üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- AKKAŞ, H. H. (2000). *İngiliz Muhafazakar Siyasal Düşüncesi ve Edmund Burke*. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Kamu Yönetimi Anabilim Dalı (Yayınlanmamış Doktora Tezi), İzmir.
- AYDEMİR, R. E. (2008). *Dindarlık ve Mutluluk İlişkisi*. Basılmamış Y. Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- BIDIK, D. (2007). *Türkiye’de Muhafazakârlık ve Liberalizm*. Basılmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi.

- BLACK, M. M. ve KRİSHNAKUMAR, A. (1998). "Children in low-income, urban settings: interventions to promote mental health and well-being". *American Psychologist*, 53(6), 635.
- CENKSEVEN, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- ÇAHA, Ö. (2004). "Muhafazakâr düşüncede toplum". *Liberal Düşünce*, 34, 15-23.
- DECİ, E. L. ve RYAN, R. M. (2000). "The" what" and" why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior". *Psychological inquiry*, 11(4), 227-268.
- DIENER, E. ve BİSWAS-DIENER, R. (2002). "Will money increase subjective well-being?" *Social indicators research*, 57(2), 119-169.
- DOĞAN, M. (1997). *Duanın psikolojik ve psikoterapik etkileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bursa: Uludağ Üniversitesi.
- EKŞİ, H. (2001). *Başa Çıkma, Dinî Başa Çıkma ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Bursa: Uludağ Üniversitesi.
- FABRİCATORE, A. N.; HANDAL, P. J. ve FENZEL, L. M. (2000). "Personal spirituality as a moderator of the relationship between stressors and subjective well-being." *Journal of Psychology and Theology*, 28(3), 221.
- FRENCH, S. ve JOSEPH, S. (1999). "Religiosity and its association with happiness, purpose in life, and self-actualisation." *Mental Health, Religion & Culture*, 2(2), 117-120.
- FROH, J. J.; SEFİCK, W. J. ve EMMONS, R. A. (2008). "Counting blessings in early adolescents: An experimental study of gratitude and subjective well-being." *Journal of school psychology*, 46(2), 213-233.
- HALLAHMİ, B. B. ve ARGYLE, M. (2000). "Dindarlığın Etkileri (I), Bireysel Düzey." (Çev.: Adem Şahin). *Selçuk Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10, 453-478.
- HİNTİKKA, J.; KOSKELA, T.; KONTULA, O. ve KOSKELA, K. (2001). "Religious attendance and life satisfaction in the Finnish general population." *Journal of Psychology and Theology*, 29(2), 158.
- İŞGÖR, İ. Y. (2011). *Üniversite öğrencilerinin muhafazakâr yaşam tarzları ile psikolojik iyi oluşlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- JAMES, A. ve WELLS, A. (2003). "Religion and mental health: Towards a cognitive-behavioural framework." *British journal of health psychology*, 8(3), 359-376.
- KAHNEMAN, D.; DIENER, E. ve SCHWARZ, N. (1999). *Well-being: Foundations of hedonic psychology*: Russell Sage Foundation.
- KAPLAN, G. A.; SHEMA, S. J. ve LEİTE, C. M. A. (2008). "Socioeconomic determinants of psychological well-being: the role of income, income change, and income sources during the course of 29 years." *Annals of epidemiology*, 18(7), 531-537.
- KAWACHİ, I. ve BERKMAN, L. F. (2001). "Social ties and mental health." *Journal of Urban health*, 78(3), 458-467.
- KİNNİER, R. T. (1997). "What does it mean to be psychologically healthy." *Introduction to the counseling profession (2nd ed., pp. 48-63)*. Boston: Allyn & Bacon.
- KOÇ, M. (2002). *Ergenlik Döneminde Dua Ve İbadet Psikolojisinin Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa: Uludağ üniversitesi.

- LACHMAN, M. E. ve WEAVER, S. L. (1998). "The sense of control as a moderator of social class differences in health and well-being." *Journal of personality and social psychology*, 74(3), 763.
- NAPIER, J. L. ve JOST, J. T. (2008). "Why are conservatives happier than liberals?" *Psychological Science*, 19(6), 565-572.
- NİSBET, R. (2007). *Muhafazakârlık Düş ve Gerçek*. İstanbul: Kadim yayınları.
- OİSHİ, S.; DIENER, E. F.; LUCAS, R. E. ve SUH, E. M. (1999). "Cross-cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values." *Personality and social psychology bulletin*, 25(8), 980-990.
- ÖZİPEK, B. B. (2005). *Muhafazakârlık: akıl, toplum, siyaset*. İstanbul: Kadim Yayınları.
- PİENAAR, J. M.; BEUKES, R. B. ve ESTERHUYSE, K. G. (2006). "The relationship between conservatism and psychological well-being in adolescents." *South African Journal of Psychology*, 36(2), 391-406.
- PİNQUART, M. ve SÖRENSEN, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: a meta-analysis: American Psychological Association.
- RYAN, R. M. ve DECI, E. L. (2001). "On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being." *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- RYFF, C. D. (1989). "Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being." *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- RYFF, C. D. ve KEYES, C. L. M. (1995). "The structure of psychological well-being revisited." *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719.
- RYFF, C. D. ve SİNGER, B. (1996). "Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research." *Psychotherapy and psychosomatics*, 65(1), 14-23.
- . (2000). "Interpersonal flourishing: A positive health agenda for the new millennium." *Personality and social psychology review*, 4(1), 30-44.
- ŞENGÜL, F. (2007). *Dindarlık ve ruh sağlığı ilişkisi*. Unpublished master's thesis, Marmara Univer., İstanbul, Turkey.[in Turkish].
- TELEF, B. B.; UZMAN, E. ve ERGÜN, E. (2013). "Öğretmen adaylarında psikolojik iyi oluş ve değerler arasındaki ilişkinin incelenmesi." *Turkish Studies-International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 8, 12.
- VAN DIERENDONCK, D. (2004). "The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being." *Personality and individual differences*, 36(3), 629-643.
- VURAL, M. (2003). "Gelenek ve Dinlerin Aşkın Birliği." *Doğu-Batı Dergisi*(25).
- WATERMAN, A. S. (1993). "Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment." *Journal of personality and social psychology*, 64(4), 678.
- YAPICI, A. (2007). *Ruh sağlığı ve din: Psiko-sosyal uyum ve dindarlık*. Ankara: Karahan Kitabevi.