



Üniversite Öğrencilerinin Huzur ve Otantiklik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yücel ÖKSÜZ¹, Mehtap KARALAR²

Öz

Bu çalışma üniversite öğrencilerinin huzur ve otantiklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmak amacı ile yapılmıştır. Üniversite öğrencilerinin huzur ve otantiklik düzeylerini cinsiyete, sınıf düzeyine, algılanan gelir düzeyine ve anne baba birlikteliği durumuna göre anlamlı farklılık olup olmadığına bakılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2018-2019 eğitim öğretim güz döneminde Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Sınıf Öğretmenliği, Yabancı Diller, Matematik Bölümü ve Fen Bilimleri Bölümü Anabilim Dalı'nda öğrenim gören toplam 488 öğrenci oluşturmuştur. Bu çalışmada veri toplama araçları olarak Demirci ve Ekşi (2017) tarafından geliştirilen "Huzur Ölçeği"; Wood ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen İlhan ve Özdemir (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Otantiklik Ölçeği" ve araştırmacının kendisi tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgiler Formu" kullanılmıştır. Çalışma grubundan elde edilen veriler istatistiksel veri seti halinde düzenlenmiş ve SPSS 17 istatistik paket programının da istatistiksel analizleri yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin dağılımının normalliği çarpıklık ve basıklık değerleri ile Kolmogorov Smirnov testiyle değerlendirilmiştir. Normallik varsayımını karşılamayan değerler nedeniyle Kruskal Wallis ve Mann-Whitney U-Test analiz tekniği kullanılmıştır. İki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman Korelasyon Katsayısı analiz tekniği kullanılmıştır. Değerlendirmelerde p değeri .05 olarak alınmıştır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin huzur düzeyi ve otantiklik düzeyi arasında pozitif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Huzur düzeyinin cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan ekonomik durum ve anne-baba birlikteliği durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Otantiklik düzeyinin cinsiyet değişkeni ile anlamlı bir farklılık bulunurken sınıf düzeyi, algılanan ekonomik durum ve anne-baba birlikteliği durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Elde edilen bulgulardan yola çıkılarak literatür kapsamında tartışılarak araştırmacılara ve uygulayıcılara önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Huzur
Otantiklik
Mutluluk
İyi oluş
Öznel iyi oluş

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 27.11.2018
Kabul Tarihi: 17.05.2019
E-Yayın Tarihi: 31.12.2019

¹ Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Türkiye, yoksuz@omu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0002-9310-7506>

² Öğretmen, Milli Eğitim Bakanlığı, Türkiye, mehtap_kucukpdr@hotmail.com

The Relationship Between Tranquility and Authenticity Levels of University Students

Abstract

This study was carried out to investigate the relationship between tranquility and authenticity levels of university students. It has been examined whether there is a significant difference in the level of tranquility and authenticity of university students according to gender, class level, perceived income level and parent-union status. The study group of the study consisted of 488 students studying in Ondokuz Mayıs University Faculty of Education, Guidance and Psychological Counseling, Classroom Teaching, Foreign Languages, Mathematics and Science Department. In this study data collection tools were used "Tranquility Scale" developed by Demirci and Ekşi (2017), "Authenticity Scale", which was adapted to Turkish by İlhan and Özdemir (2013), developed by Wood et al. (2008) and "Personal Information Form" developed by the researcher herself. The data obtained from the study group was organized as statistical data set and statistical analysis of SPSS 17 statistical package program was performed. The normality of the distribution of the data obtained in the study was evaluated with skewness and kurtosis values and Kolmogorov Smirnov test. Kruskal Wallis and Mann-Whitney U-Test analysis techniques were used because of the values that do not meet the normality assumption. Spearman Correlation Coefficient analysis technique was used to examine the relationship between two variables. In the evaluations, p value was taken as .05. In this study, it was found that there was a positive and moderate relationship between the tranquility level and authenticity of university students. It was found that there was no significant difference in the level of tranquility according to gender, class level, perceived economic status and parental union. While the level of authenticity was found to be significantly different with the gender variable, it was found that there was no significant difference according to the level of class, perceived economic status and the relationship of parents. Based on the findings, the participants were discussed in the literature and suggestions were made to the researchers and practitioners.

Keywords

Tranquility
Authenticity
Happiness
Well-being
Subjective well-being

Article Info

Received: 11.27.2018

Accepted: 05.17.2019

Online Published: 12.31.2019

Giriş

Günümüzde birey gerek teknolojik gerekse sosyal ilişkiler bakımından hayatı kolaylaştırıcı imkanlara sahip olmasına rağmen, mutlu ve huzurlu yaşayamamanın eksikliğini hissederek bazı arayışlara yönelmektedir. Aynı zamanda bu konuda bireye çevresinden gelen telkinlerin de etkisiyle doyumsuzluk durumları daha belirgin hissedilmektedir. Özellikle pozitif psikolojiyle ilgili yapılan çalışmalarla 'nasıl mutlu olunur' gibi konularda üretilen bilgilerin eksiklikleri daha belirgin hissedilmesine zemin oluşturduğu eleştirileri de yapılmaktadır (Bacanlı, 2016).

Literatürde, "mutlu" ve "huzurlu" kavramları genellikle birlikte kullanılmaktadır. Bu iki kavram birlikte kullanılmasına rağmen farklı anlamları içermektedir. Mutluluk kavramı yeni bir kavram olmamakla birlikte temelleri Yunan felsefecisi Demokritos'a dayanmaktadır (Akarsu,1998). Demokritos'un mutluluk anlayışı, bireysel hazcılığı amaç edinirken Platon ve Aristoteles tarafından yeniden tanımlanmıştır. Bu tanımlamada zemin, bireyi göz ardı etmeyen fakat toplulukçu bir mutluluk üzerine kurulmuştur (Akarsu, 1998; Ocak, 2012). Burada sözü edilen mutluluk haz ilkesi ile ilişkilendirilmiştir. Birey haz alıyorsa mutlu, almıyorsa mutsuzdur ve insan haz peşinde olduğunda mutlu olabilir. Epikurus hedonizm bakış açısının eksik olduğunu ve "haz" ilkesinin sınıflandırılabilirliğini ifade etmiştir. Hazı ikiye ayıran Epikurus ruhu ve zihin dinginliğini sağlayan haz ile bedene hizmet eden geçici hazdan söz etmektedir. Epikurus birey bir davranışı yaptıktan sonra haz yerini acıya bırakıyorsa bunun gerçek mutluluk olmadığını ve geçici haz olduğunu ifade eder. Gerçek mutluluğun anlamının ruhun dinginliğinde ya da acıdan, huzursuzluktan kurtulmada olduğunu ifade etmektedir (Epikurus, 1949: Çev. Karasan; Akarsu, 2011; <http://felsefe-alemi.blogspot.com/2015/04/epikuros-epikurus.html>, 2019).

Epikurus'un mutluluk tanımından yola çıkıldığında, mutluluğun hazcılıktan ötede bir yerde olduğu görülmektedir. Mutluluğu haz ilkesine dayandırarak açıklayan Yunan filozoflarına bir üst kapsam getiren Epikurus'un bu açıklaması İslam filozofu Farabi ve onun öğrencisi İbni Sina tarafından dinle ilişkilendirilerek açıklanmaktadır. İslam'daki mutluluk tanımı, nassa dayandırılarak tanımlanmaktadır. Bu temellendirme huzur kavramının doğmasına sebep olmaktadır. Yani Epikurus'un tarif ettiği asıl mutluluğun geçici olmaması ve kalıcı olması durumu, Farabi tarafından İslami nasların yerine getirilmesi ile sağlanabileceğidir. İnsan yaratanın farkında olduğunda ve isteklerini yerine getirdiğinde asıl mutluluğu yani kalıcı mutluluğa erişebilmektedir. Aslında burada sözü edilen kalıcı mutluluk huzur kavramını işaret etmektedir. Çünkü insan Allah huzurunda bilinçli olduğunda, görevlerini ve sorumluluklarını yaptığında huzurlu olacaktır.

Etimolojisi bakımından huzur kavramı, Arapçada "hür" kökünden gelen "hüdür" kelimesidir. Birinci anlamı, hazır olma, mevcut olma, şimdi ve burada olmadır (<https://www.etimolojiturkce.com/huzur>, 2019). Diğer yandan huzur kavramının Türkçe sözlükteki açıklaması "dirlik, baş dinçliği, gönül rahatlığı, rahatlık, erinç" olarak ifade edilmektedir (TDK, 2019). İngilizce karşılığı "tranquility" olan huzur kavramı "duygu ve stresten arınık olma eğilimi, barış ve sessizlik hali, sakinlik ve sükûnet olarak tanımlanmaktadır (<https://www.thefreedictionary.com/tranquility>, 2019).

Huzur kavramının yorumlanması, toplumların kendi kültürel çerçevesine göre farklı içeriklerle doldurulup şekillenmektedir. Batı toplumlarında bireysel perspektiften bakarak yorumlanırken, doğu toplumlarında dini bilgi ve değerler ekseninde oluşturulan tanımlamaların yapıldığı görülmektedir (Demirci ve Ekşi, 2017). Batı toplumlarında mutlu olmak birinci amaç olarak görülürken, İslam ve Türk toplumlarında huzurlu olmak birinci amaç olarak görülmektedir. Aynı zamanda mutluluğun geçici, huzurun ise kalıcı olduğu ifade edilmektedir (Akarsu,2011; Bacanlı, 2016; Demirci ve Ekşi, 2017).

Huzur ve mutluluk kavramları arasındaki anlam ve derinlik farklılıkları olmakla birlikte ülkemizde, huzur kavramının anlamı batı ve islam referanslı olarak farklı nitelikte değerlendirilip savunulmaktadır. Bacanlı (2016) huzur kavramını "kişinin anın farkında ve Tanrı'nın huzurunda olduğunu hissetmesi ve Tanrıya karşı bilinç ve eylemlerini yerine getirmesinin bir sonucu olarak, kendini rahat (mutmain) hissetmesi" şeklinde tanımlamıştır. Bacanlı (2016) huzurlu olmanın yolunu, temelini Higgins'in benliğin farklılaşması kuramına dayandırarak benlik yapısı ile ilişkilendirerek açıklamıştır. Bireyin benlik yapısı ideal benlik, gerçek benlik ve gereken benlik olmak üzere üç yapıdan oluşmaktadır. Bacanlı (2016) benlik yapıları arasındaki uyumsuzlukların ya da uyum düzeyinin huzurlu olmayı etkilediği ve huzurlu olmak için farklı benlik yapılarının birbirine yaklaştırılması gerektiğini önermiştir. Demirci ve Ekşi (2017) tarafından huzur konusunda yapılan ölçek geliştirme çalışmasında, alandaki çalışmalara göre yüksek ve düşük uyarılmayı içeren duygular olarak sınıflandırıldığı ifade etmişler ve huzur kavramını düşük uyarılmayı içeren, rahatlık, sakinlik ve dinginlik gibi duyguları yansıtan iç uyum ve denge olarak tanımlamışlardır. Kulaksızoğlu ve Dilmaç'ın (2000), değerler eğitim programı çalışmasında, iç huzur kavramını beş evrensel değer arasında göstermiş ve iç huzuru, bireyin bilinçli farkındalık anında hissettiği duygusal denge ve sakinlik olarak tanımlamıştır. Duygular sakinleştirildiğinde iç huzurun meydana geldiği ifade edilmektedir.

Huzur kavramı temelini Yunan felsefesinden alarak mutluluk kavramından doğduğu görülmektedir. İslam felsefecileri din ekseninde bir huzur tanımlaması yaparken batı duyguların dinginliği üzerinden sükûnet ve sakinlik olarak tanımlamaktadır. Ülkemizdeki huzur ile ilgili çalışmaların kısıtlı olduğu görülmekle birlikte İslam'ı temel alan (Bacanlı, 2016) ve Batı görüşünü temel alan (Demirci ve Ekşi, 2017; Kulaksızoğlu ve Dilmaç, 2000) tanımlamalar görülmektedir. Huzur kavramına yönelik olarak yapılan bu tanımlamalarda, huzurun oturtulduğu temel anlayışın yorumlamalarda farklılığa yol açtığı görülmektedir. Bu farklılıklara rağmen temel olan ortak nokta ise bireyin iç dünyasında olumlu duygu durumunda ve sakinlik hissini olduğu görülmektedir. Ülkemiz gerçeğinde bakıldığında farklı temeller üzerine kurgulanmış huzur yaklaşımlarının sosyokültürel yapımız ile alakalı olarak kabul gördüğü düşünülmektedir. Fakat bu çalışmada huzura yönelik bir ölçüm yapılacağı için bu alanda kendi kültürümüzde geliştirilen huzur ölçeği kullanılacağından Demirci ve Ekşi'nin (2017) kullandığı temel esas alınacaktır.

Huzur kavramına yönelik ülkemizde son yıllarda yapılan nadir çalışmalar olduğu görülmektedir (Bacanlı, 2016; Demirci ve Ekşi, 2017). Bu açıdan bu çalışma katkı sağlayacağı düşünüldüğünde aynı zamanda son yıllarda bireyin kendini yaşamında ne kadar var ettiği ile ilgili olan otantiklik kavramında bu çalışmanın bir bölümünü oluşturmaktadır. Otantiklik kavramı ilk kez Heideger (1968) tarafından dillendirilmiştir (Akt. Kernis ve Goldman, 2006). Otantiklik kavramı birçok kuram ve yaklaşımda yer almakla birlikte aynı zamandan hümanist psikoloji (Horney, 1951; Maslow, 1968; Rogers, 1959), pozitif psikoloji (Deci ve Ryan, 2000), varoluşçuluk (Yalom, 1980) kuramları tarafından tanımlanmıştır. Pozitif psikoloji yaklaşımları arasında yer alan öz belirleme kuramına göre Deci ve Ryan (2000) birey özerk olduğunda ve temel ihtiyaçları karşılanmış olduğunda otantik olabileceğini ve özerliğin otantiklik için önemli olduğu ifade edilmiştir. Rogers (1961), otantiklik kavramını bireyin öz benliği ile davranışları arasındaki uyum olarak tanımlamakla birlikte tam fonksiyonda bulunan insanın özellikleri arasında olduğunu ifade etmiştir. Harter (2002) göre farklı yaklaşımların otantikliği tanımlamada bir bütünlük oluşturmaktan ziyade ayrı ayrı bölümlerinin tanımlandığını ve otantikliğin kişinin kendisini bilmesi ve kendini doğru olarak tanıtabilmesidir. Diğer bir ifadeyle bireyin davranışları ile ifadeleriyle değer, duygu ve düşünceleriyle tutarlı olmasıdır. Kernis (2003) ise otantikliği bireyin öz benliğini özgürce ortaya koyması olarak tanımlamaktadır. Otantiklik kavramına yönelik farklı tanımlar bulunmaktadır. Farklı tanımlamalarda da ortak olan noktaların gerçeklik ve uyum olduğu söylenebilir.

Otantikliğin boyutlarının neler olduğu konusunda farklı sınıflamaların yapıldığı görülmektedir. Tek boyutlu olduğunu ileri süren yaklaşımlar olmakla birlikte (Harter, 2003) dört boyutlu açıklama getiren yaklaşımlarda bulunmaktadır (Barrett Lennard, 1998; Deci ve Ryan, 2000). Otantikliği tek boyutlu yapı olarak açıklayan yaklaşımlarda gerçek benlik ve hatalı benlik olarak iki uçlu yapı olarak bulunmaktadır. Harter (2003) ergenlik döneminde hatalı benliğin oluştuğunu ve hatalı benlik davranışının gerçek benliği yansıtmayacak şekilde hareket ettiğini ifade etmiştir. Otantikliği tek boyutlu açıklayan bu yaklaşıma göre kimlik gelişiminin oluştuğu ergenlik döneminde iki boyutun yaşanmasında önemli olduğu görülmektedir.

Otantikliği çok boyutlu olarak değerlendiren yaklaşımlarda otantikliğin bir eğilim olarak kabul edildiği görülmektedir. Literatürde otantikliği bir eğilim olarak açıklayan yaklaşımlardan iki tanesi öne çıkmaktadır. Bunlardan biri, Barrett Lennard'ın (1998) modelini temel alarak Wood, Linley, Maltby, Balyousis, ve Joseph (2008) tarafından 'Kişi Merkezli Otantiklik Modeli' (Person-Centered Conception of Authenticity)'dir. Bu modelde, otantiklik "bireyin temel deneyimleri, bilinçli farkındalığı ve davranış ve iletişimini" içeren üç düzeyli bir yapı olarak tanımlanmıştır. Bu üç düzeyin birbiri ile ilişkisinden "kendine yabancılaşma, dış etkileri kabullenme ve otantik yaşam" boyutları oluştuğu ifade edilmektedir. Otantiklikte tanımlanan üç uyumlu yapının, birinci düzeyi 'bireyin temel deneyimleri', ikinci düzey 'bilinçli farkındalığı' ve üçüncü düzey ise 'davranış ve iletişimi' kapsamaktadır. Bireyin gerçek yaşantı deneyimleri ile bilinçli farkındalık düzeyleri arasındaki çatışma kendine yabancılaşma yönünü oluşturmaktadır. Bireyin deneyimleri ile davranışları arasındaki uyum otantik yaşama boyutunu oluştururken, çevresindeki insanların değer ve inançlarından ne derecede etkilendiği dış etkileri kabul etme boyutunu oluşturmaktadır. İlk iki boyut sosyal çevreden etkilenirken aynı zamanda dış etkileri kabul etme boyutu diğer iki boyutu etkilemektedir (Wood ve diğerleri, 2008).

Otantikliği çok boyutlu açıklayan bir diğer önemli yaklaşım ise 'Çok Bileşenli Otantiklik Modeli' (Multi-Component Conceptualization of Authenticity)'dir. Bu model Öz-belirleme (Deci ve Ryan, 2000) ve İnsancıl kuram (Rogers, 1961) temel alınarak Kernis ve Goldman (2006) tarafından geliştirilmiştir. Kernis ve Goldman (2006), otantikliği dört bileşenli bir yapı olarak açıklamaktadır. Bu yapıları farkındalık, yansızlık, ilişkisel otantiklik ve otantik davranış olarak adlandırmışlardır. Farkındalık, kişinin tüm yönlerini tanıması ve olduğu gibi kabul etmesidir. Yansızlık kendine ilişkin değerlendirmelerinde hem olumlu hem de olumsuz bakış açısı oluşturmadan tarafsız olmasıdır. İlişkisel otantiklik ise bireyin kurduğu iletişimlerde kendisini olduğu gibi şeffaf bir şekilde ortaya kayabilmesidir. Otantik davranış ise ödül kazanmak ya da cezadan kaçınmak için sahte davranışlar göstermenin aksine kişinin kendi değerleri ve tercihleri doğrultusunda davranmasıdır (Brown, Collins ve Schmidt, 1988; Kernis ve Goldman, 2006; Kraus, Chen ve Keltner, 2011; Pinto, Maltby ve Wood, 2011; Taylor ve Brown, 1988).

Birey huzurlu olma ya da huzuru arama çabası içerisinde. Literatürde daha çok mutluluğu temel alan çalışmalara rastlandığı, huzur konusundaki çalışmaların ise yetersiz olduğu söylenebilir. Otantiklik, bireyin kendisini sınırlandırmadan ortaya koyması olarak yorumlandığında yaşamı için önemli olmaktadır. Olan değil olmasını istediğimiz gibi davranmak insana gereğinden fazla yük getirmektedir. Bu açıdan bakıldığında bireylerin yaşadığı ya da hissettiği bu yükü hafifletmede ya da anlaşılmasında bu çalışmanın katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Huzur ve otantiklik kavramlarına yönelik çalışmalara destek sağlayacağı, her iki kavramının anlaşılmasında ve bireylerin yaşamında artırılmasına katkı sağlayacağı düşünüldüğünde bu çalışmanın önemli olduğu düşünülmektedir.

Otantiklik ile huzur kavramını birlikte değerlendiren bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Alanda ilgili çalışmaların yetersiz nedeni ile ve insanların huzuru arama çabalarında onlara yol gösterici öneriler sunulabileceği düşüncesinden hareketle bu çalışma önemli görülmektedir. Tüm bu gerekliliklerden yola çıkıldığında bu çalışmanın amacını “Üniversite öğrencilerinin huzur düzeyi ile otantiklik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” sorusu oluşturmaktadır. Buna bağlı olarak hazırlanan alt problemlere ise aşağıda yer verilmiştir:

1. Üniversite öğrencilerinin huzur düzeyi ile otantiklik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Huzur düzeyleri cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
3. Huzur düzeyleri sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
4. Huzur düzeyleri algılanan gelir düzeylerine göre farklılaşmakta mıdır?
5. Huzur düzeyleri anne-baba birlikteliği durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
6. Otantiklik düzeyleri cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
7. Otantiklik düzeyleri sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?
8. Otantiklik düzeyleri algılanan gelir düzeylerine göre farklılaşmakta mıdır?
9. Otantiklik düzeyleri anne-baba birlikteliği durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

Yöntem

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin huzur ve otantiklik düzeylerini bazı değişkenler açısından ve huzur ile otantiklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla gerçekleştirilen tarama modelinde, nitel araştırma yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2018-2019 eğitim öğretim güz döneminde Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Sınıf Öğretmenliği, Yabancı Diller, Matematik Bölümü ve Fen Bilimleri Bölümü Anabilim Dalı'nda öğrenim gören 488 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma grubunun oluşturulmasında kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kolaylıkla bulunabileni örnekleme, yakın çevrede bulunan, ulaşılması kolay, elde mevcut ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen bireyler üzerinde yapılan örneklemedir (Erkuş, 2011). Çalışma grubuna ilişkin bilgiler aşağıda yer alan tabloda belirtilmiştir.

Tablo 1. Çalışma grubu

Grup	N	Cinsiyet			
		Kız		Erkek	
		N	%	N	%
	488	376	77.3	110	22.7

Veri Toplama Aracı

Bu çalışma veri toplama araçları olarak Demirci ve Ekşi (2017) tarafından geliştirilen “Huzur Ölçeği”; Wood ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilen İlhan ve Özdemir (2013) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Otantiklik Ölçeği” ve araştırmacının kendisi tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgiler Formu” kullanılmıştır.

Huzur Ölçeği: Demirci ve Ekşi (2017) tarafından geliştirilen tek boyutlu, 8 maddeden oluşan beşli liket tipi bir ölçektir. Ölçeğin yapı geçerliliği amacıyla yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucu

öz değeri 3.226 olan, toplam varyansın %40.328 açıklayan ve 8 maddeden oluşan tek boyutlu bir yapıya sahip olduğu bulunmuştur. Ölçeğin madde faktör yükü .55 ile .71 arasındadır. Ölçeğin Doğrulayıcı faktör analizi iki örneklem üzerinden değerlendirilmiştir. Birinci örneklem 450 katılımcıdan oluşturulmuş olup örneklemden elde edilen veriler üzerinden elde edilmiş ve ölçeğin tek boyutlu yapısı üzerinden elde edilen uyum indeksi değerleri; $\chi^2_{(20, N=450)} = 58,48, p < .001$; CFI = .97; NFI = .96; NNFI = .96; SRMR = .041; RMSEA = .065 şeklinde bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .44 ile .67 arasında değişmektedir. Ölçeğin ikinci örneklemini yine 450 katılımcıdan oluşmaktadır ve elde edilen uyum indeksi değerleri; $\chi^2_{(20, N=450)} = 74,05, p < .001$; CFI = .96; NFI = .95; NNFI = .94; SRMR = .045; RMSEA = .078 şeklinde bulunmuştur. Ölçeğin faktör yükleri .49 ile .65 arasında değişmektedir. Ölçüt bağımlı geçerlilik çalışmasında PERMA Ölçeği kullanılmış ve huzur, toplam iyi oluş (.66), olumlu duygular (.66), bağlanma (.53), ilişkiler (.42), anlam (.61), başarı (.53) ve sağlık (.56) ile pozitif ilişkili, olumsuz duygular (-.61) ve yalnızlık (-.34) ile negatif ilişkili bulunmuştur. Ölçeğin güvenirlik çalışmasında Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmış ve üç hafta aryla 62 katılımcıya yeniden uygulanmasından elde edilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı .83 olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde toplam puan korelasyonları .42 ile .56 arasında değişmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır.

Otantiklik Ölçeği: Wood ve diğerleri (2008) tarafından geliştirilen Otantiklik Ölçeği İlhan ve Özdemir (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 7'li likert tipinde Kendine Yabancılaşma (4 madde), Otantik Yaşam (4 madde), Dış Etkiyi Kabullenme (4 madde) olmak üzere üç alt boyuttan oluşan 12 maddelik bir ölçektir. Her bir boyut kendisine ait maddelerin toplanmasıyla ayrı ayrı değerlendirildiği gibi otantik yaşamdan diğer iki boyuta ait puanların çıkartılması ile de saf bir otantiklik puanı elde edilmektedir. Bireyin otantik yaşam puanının yüksek, diğer boyutlara ait puanlarının düşük olması o kişinin otantik olduğunu işaret etmektedir. Ölçekte tersine puanlanan maddeler bulunmamaktadır. Wood ve diğerleri (2008) ölçeğin yapı geçerliliği çalışmasında hem açılımlayıcı hem de doğrulayıcı faktör analizinde elde ettikleri üç boyutun ikinci düzey analizde bir üst boyutta birleştiğini doğrulamışlardır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Yabancılaşma için .78, Dış Etkileri Kabullenme için .78 ve Otantik Yaşam için .69 bulunmuştur. İki ve dört hafta ara ile iki kez ölçeğin test tekrarı yapılmış ve güvenirlik katsayılarının .85 ile .91 arasında değiştiği bulunmuştur. İlhan ve Özdemir (2013) uyarladıkları Otantiklik Ölçeğinin birinci düzey doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve modele ilişkin uyum iyiliği değerleri ($c2/ sd = [82.76/53] 1.56$ RMSEA = .06, CFI = .96, IFI = .96, GFI = .92) ölçeğin orijinal faktör yapısını desteklemiştir. Ölçeğin uyum geçerliliği çalışmasında Kendine Yabancılaşma ve Dış Etkiyi Kabullenme boyutları yaşam doyumu, benlik saygısı, olumlu duygu ve özerklik doyumu ile olumsuz yönde, olumsuz duygu ile olumlu yönde ilişkilidir. Otantik Yaşam boyutu ise olumsuz duygu ile olumsuz yönde, diğer değişkenlerle olumlu yönde ilişkilidir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları sırasıyla Yabancılaşma için $\alpha = .79$, Dış Etkileri Kabullenme için $\alpha = .67$ ve Otantik Yaşam için $\alpha = .62$ bulunmuştur. Bu çalışma için ölçeğin hesaplanan Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı Yabancılaşma alt boyutu için $\alpha = .75$, Dış Etkileri Kabullenme Boyutu için $\alpha = .79$ ve Otantik Yaşam için $\alpha = .61$ olarak hesaplanmıştır.

Kişisel Bilgiler Formu: Araştırmacının kendisi tarafından oluşturulmuş ve çalışma grubundan cinsiyet, sınıf düzeyi, sosyo-ekonomik düzey, anne-baba birlikteliği durumu bilgileri yer almaktadır.

Verilerin Analizi

Araştırma verilerini elde etmek için öncelikli olarak ilgili kişilerden ve kurumlardan gerekli izinler alınmıştır. “Huzur Ölçeği”, “Otantiklik Ölçeği” ve “Kişisel Bilgiler Formu” çalışma grubuna araştırmacının kendisi tarafından aynı anda uygulanmıştır. Elde edilen veriler istatistiki veri seti halinde düzenlenmiş ve SPSS 17 istatistik paket programının da istatistiki analizleri yapılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin dağılımının normalliği çarpıklık ve basıklık değerleri ile Kolmogorov Smirnov testiyle değerlendirilmiştir. Normallik varsayımını karşılamayan değerler nedeniyle Kruskal Wallis ve Mann-Whitney U-Test analiz tekniği kullanılmıştır. İki değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman Korelasyon Katsayısı analiz tekniği kullanılmıştır. Değerlendirmelerde p değeri .05 olarak alınmıştır.

Bulgular

Bu bölümde çalışma grubundan elde edilen veriler üzerinde alt problemlere dönük istatistiksel analiz sonucunda ulaşılan bulgulara başlıklar halinde yer verilecektir.

1- “Üniversite öğrencilerinin huzur düzeyi ile otantiklik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Bu alt probleme dönük olarak üniversite öğrencilerinin huzur düzeyi ve otantiklik ölçeği alt ölçeklerine ait puan düzeylerinin aritmetik ortalama, standart sapma ve normallik değerlerine (Kolmogorov-Smirnov/Shapiro-Wilk) bakılmıştır. Çalışma grubunun 50’den yüksek olması nedeni (Büyükoztürk,2015) ile normallik incelesinde Kolmogorov Simirnov değerleri esas alınmış ve betimleyici istatistiklere Tablo 2’de yer verilmiştir.

Tablo 2. Huzur ölçeği toplam ve otantiklik ölçeği alt ölçeklerine ilişkin betimsel istatistikler

Boyut	N	X	Ss	Min	Maks	Çarpıklık	Basıklık	K-S
Huzur	488	28.2	5.03	8	40	-.493	.991	.000
Otantiklik	488	-.59	2.43	-9.25	5	-.374	-.044	.001

Tablo 3. Huzur ölçeği puanları ile otantiklik ölçeği puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin Spearman Korelasyon katsayısı sonuçları

	1	2
1. Huzur	1	.451*
2. Otantiklik	.451*	1

*p < .05

Tablo 3 incelendiğinde öğrencilerin huzur düzeyi ile otantiklik düzeyi arasında orta düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir, $r=.451$, $p < .05$. Buna göre Huzur düzeyi arttıkça otantiklik düzeyinin de arttığı söylenebilir.

2-“Huzur düzeyleri cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Cinsiyet değişkenine ilişkin 486 öğrenci bildirimde bulunmuş ve normallik testi dağılım verileri çarpıklık değeri 1.312, basıklık değeri -.280 olarak bulunmuştur. Kolmogorov-Smirnov analizi sonucunda $p=.000$ olarak bulunmuştur. Analiz sonucunda verilerin normal dağılmaması nedeni ile Mann Whitney U Test analizi uygulanmış ve Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4. Huzur ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine ilişkin Mann Whitney U Test sonuçları

Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Kız	376	245.89	92454.50	19781.50	-.695
Erkek	110	235.33	25886.50		

$p > .05$

Tablo 4 incelendiğinde cinsiyet değişkeni açısından huzur ölçeği toplam puanları üzerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir, $U=19781.50$, $p > .05$. Sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre huzur düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

3-“ Huzur düzeyleri sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Sınıf düzeyi değişkenine ilişkin 483 öğrenci bildirimde bulunmuş ve normallik testi dağılım verileri çarpıklık değeri .521, basıklık değeri -.559 olarak bulunmuştur. Kolmogorov-Smirnov analizi

sonucunda $p=.000$ olarak bulunmuştur. Analiz sonucunda verilerin normal dağılmaması nedeni ile Kruskall Wallis Test analizi uygulanmış ve Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5. Huzur ölçeği puanlarının sınıf düzeyi değişkenine ilişkin Kruskall Wallis Test sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	sd	X^2	p
Huzur	1.Sınıf	101	259.30	3	4.708	.194
	2.Sınıf	232	239.70			
	3.Sınıf	82	250.54			
	4.Sınıf	68	213.86			

$p>.05$

Tablo 5 incelendiğinde sınıf düzeyi değişkeni açısından huzur ölçeği toplam puanları üzerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir, $U=22797.5$, $p>.05$. Sıra ortalamaları dikkate alındığında 1. Sınıf öğrencilerin en yüksek huzur düzeyine sahip olduğu görülürken sırasıyla 3. Sınıf, 2. Sınıf ve 4. Sınıf öğrenci grubu geldiği görülmektedir.

4-“ Huzur düzeyleri algılanan gelir düzeylerine göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin 483 öğrenci bildirimde bulunmuş ve normallik testi dağılım verileri çarpıklık değeri $-.167$, basıklık değeri 4.841 olarak bulunmuştur. Kolmogorov-Simironov analizi sonucunda $p=.000$ olarak bulunmuştur. Analiz sonucunda verilerin normal dağılmaması nedeni ile Kruskal Wallis Test analizi uygulanmış ve Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6. Huzur ölçeği puanlarının algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin Kruskal Wallis Test sonuçları

Grup	N	Sıra Ortalaması	sd	X^2	p
Düşük	34	246.82	2	.441	.802
Orta	421	242.70			
Yüksek	28	225.57			

$p>.05$

Tablo 6 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin huzur düzeylerinin algılanan gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir, $X^2(sd=2, n=483) = .441$, $p>.05$. Bu bulgu algılanan gelir düzeyindeki üç grubun huzur düzeyini etkilemediğini göstermektedir. Sıra ortalamaları dikkate alındığında huzur düzeyi en yüksek olan grubun düşük gelir grubuna ait olduğu ve sırasıyla orta ve yüksek gelire sahip grupların geldiği görülmektedir.

5-“ Huzur düzeyleri anne-baba birlikteliği durumuna göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Anne-baba birlikteliği durumuna ilişkin 486 öğrenci bildirimde bulunmuş ve normallik testi dağılım verileri çarpıklık değeri 2.949 , basıklık değeri 7.234 olarak bulunmuştur. Kolmogorov-Simironov analizi sonucunda $p=.000$ olarak bulunmuştur. Analiz sonucunda verilerin normal dağılmaması nedeni ile Kruskal Wallis Test analizi uygulanmış ve Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7. Huzur ölçeği puanlarının anne-baba birlikteliği durumuna ilişkin Kruskal Wallis Test sonuçları

Grup	N	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p
Anne Baba Birlikte	434	244.59	2	3.790	.150
Anne Baba Boşanmış	21	189.95			
Ölüme Bağlı Ayrılık	31	264.50			

p> .05

Tablo 7 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin huzur düzeylerinin anne-baba birlikteliği durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmektedir, $\chi^2(sd=2, n=486) = 3.790, p>.05$. Bu bulgu anne-baba birlikteliği durumundaki üç grubun huzur düzeyini etkilemediğini göstermektedir. Sıra ortalamaları dikkate alındığında huzur düzeyi en yüksek olan grubun anne ya da baba veya her ikisinin ölümüne bağlı ayrılık grubuna ait olduğu ve sırasıyla anne-baba birlikte ve anne-baba boşanmış grupların geldiği görülmektedir.

6-“Otantiklik düzeyleri cinsiyet değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Cinsiyet değişkenine göre Otantiklik Ölçeğine yapılan Mann Whitney U test sonuçları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8. Otantiklik ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine ilişkin Mann Whitney U Test sonuçları

Grup	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p	
Otantiklik	Kız	376	250.44	94165.50	18133.00	.044*
	Erkek	110	219.78	24175.50		

*p< .05

Tablo 8 incelendiğinde cinsiyet değişkeni açısından otantiklik ölçeği toplam puanları üzerinde anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir, $U=18133.00, p<.05$. Buna göre kız ve erkek öğrencilerin otantiklik düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre otantiklik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir.

7-“ Otantiklik düzeyleri sınıf düzeyi değişkenine göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Sınıf düzeyi değişkenine göre Otantiklik Ölçeğine yönelik yapılan Kruskal Wallis Test sonuçları Tablo 9’de sunulmuştur.

Tablo 9. Otantiklik ölçeği puanlarının sınıf düzeyine ilişkin Kruskal Wallis Test sonuçları

Grup	N	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p	
Otantiklik	1.Sınıf	101	251.47	3	4.106	.250
	2.Sınıf	232	228.82			
	3.Sınıf	82	253.51			
	4.Sınıf	68	259.01			

p> .05

Tablo 9 incelendiğinde sınıf düzeyi değişkeni açısından otantiklik ölçeği toplam puanları üzerinde anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir, $\chi^2(sd=3, n=482) = 4.106, p>.05$. Buna göre sınıf düzeyi değişkeninin otantiklik düzeyini etkilemediği söylenebilir. Sıra ortalamaları dikkate alındığında 4.sınıf öğrencilerinin en yüksek otantiklik düzeyine sahip olduğunu ve sırasıyla 3. Sınıf, 1. Sınıf ve 2.sınıf öğrencilerinin geldiği görülmektedir.

8-“ Otantiklik düzeyleri algılanan gelir düzeylerine göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin Otantiklik Ölçeğine yönelik yapılan Kruskal Wallis test sonuçları Tablo 10’da sunulmuştur.

Tablo 10. Otantiklik ölçeği puanlarının algılanan gelir düzeyi değişkenine ilişkin Kruskal Wallis test sonuçları

	Grup	N	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p
Otantiklik	Düşük	34	199.78	2	5.206	.074
	Orta	421	242.88			
	Yüksek	28	279.96			

$p > .05$

Tablo 10 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin otantiklik ölçeği puanlarının algılanan gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir, $\chi^2(sd=2, n=483) = 5.206$, $p > .05$. Bu bulgu algılanan gelir düzeyinin otantiklik düzeyini etkilediğini göstermektedir. Sıra ortalamaları dikkate alındığında otantiklik düzeyi en yüksek olan grubun yüksek gelir grubu olduğu ve sırasıyla orta gelir ve düşük gelir grubunun geldiği görülmektedir.

9-“ Otantiklik düzeyleri anne-baba birlikteliği durumuna göre farklılaşmakta mıdır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Anne-baba birlikteliği durumuna ilişkin Otantiklik Ölçeğine yönelik yapılan Kruskal Wallis test sonuçları Tablo 11’da sunulmuştur.

Tablo 11. Otantiklik ölçeği puanlarının anne-baba birlikteliği durumuna ilişkin Kruskal Wallis Test sonuçları

Alt Ölçek	Grup	N	Sıra Ortalaması	sd	χ^2	p
Otantik Davranış	Anne-Baba Birlikte	434	244.78	2	.344	.842
	Anne-Baba Boşanmış	21	231.07			
	Ölüme Bağlı Ayrılık	31	233.97			

$p > .05$

Tablo 11 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin otantiklik ölçeği puanlarının anne-baba birlikteliği durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılık olmadığı görülmektedir, $X^2(sd=2, n=486) = .344$, $p > .05$. Bu bulgu anne-baba birlikteliği durumunun otantiklik düzeyini etkilemediğini göstermektedir. Sıra ortalamaları dikkate alındığında otantiklik düzeyi en yüksek olan grubun anne-baba birlikte grup olduğu ve sırasıyla ölüme bağlı ayrılık ve anne-baba birlikte grubunun geldiği görülmektedir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin huzur ve otantiklik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırmak amacı ile yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre öğrencilerin huzur düzeyi ile otantiklik düzeyleri arasında pozitif, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki görülmektedir, ($p < .01$). Buna göre huzur düzeyi arttıkça otantiklik düzeyinin arttığı söylenebilir. İlgili alan yazın incelendiğinde her iki kavramı birlikte ele alan çalışmaya rastlanılmamış olması nedeni ile her iki kavramın pozitif ilişkili olduğu kavramlar üzerinden değerlendirildiğinde diğer çalışmalar ile bu çalışmanın verilerinin bütünlük gösterdiği görülmektedir. Huzur kavramının iyi oluş, olumlu duygular, bağlanma, anlam, başarı ve sağlık ile pozitif yönde ilişkisi bulunmaktadır (Demirci ve Ekşi, 2016). Otantiklik kavramının iyi oluş, yaşam doyumu, özsaygı, özerlik (Kernis ve Goldman, 2006; Robinson, Lopez ve Ramoz, 2012) pozitif yönde ilişkili olduğu görülmekle birlikte İlhan ve Özdemir’e (2013) göre bu pozitif ilişkilerinde kültürden bağımsız olduğu ifade edilmektedir. Bu çalışmada alandaki diğer

çalışmalar ile bütünlük gösteren bir bulgu elde edilmesinde iç dünyasında uyum ve denge halinde olan bir bireyin kendisi gibi olma davranışlarını da beraberinde getireceği düşünülmektedir. Bacanlı (2016) huzur kavramını benliğin farklılaşması kuramı üzerinden açıklayan yaklaşımında bireyin benlik yapıları arasındaki uyumun artması ile huzur düzeyinin artacağını ifade etmektedir. Bu bilgi ile beraber İlhan ve Özdemir (2013), benlik kurgusunun otantiklik ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Yani bireyin benlik yapılarındaki uyum ve kendi özerk benlik yapısının otantikliğini desteklediği ifade edilebilir. Bu çalışmada üniversite öğrencilerin kimlik gelişimlerini tamamlamalarıyla birlikte iç dengeye ulaştıkları; Aile, arkadaş çevreleri ile yaşanan sosyal etkinliklerin olumlu duyguları artırması (Mancini ve Orthner,1980), Üniversiteyi kazanma ve bir mesleki eğitim yolunda olmaları nedeni ile olumlu geri bildirim almaları ile kendi benlik yapılarını yaşamalarının bu sonuca sebep olduğu düşünülmektedir.

Cinsiyet değişkeni açısından öğrencilerin huzur düzeylerinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir, ($p>.05$). Bu sonucu değerlendirmek için huzur kavramı ile ilgili çalışmaların azlığı nedeni ile huzur ile pozitif ilişkili olan iyi oluş ve olumlu duygularda ilgili çalışmalardan da destek alınarak değerlendirilmiştir (Demirci ve Ekşi, 2017). İlgili alanda bu sonucu destekleyen çalışmalar bulunmakla (Acock ve Hurlbert, 1993; Andrews ve Withey, 1976; Demirci ve Ekşi, 2017; Eryılmaz ve Ercan, 2016; Fujita, 1991; Şahin, 2011) birlikte benzerlik göstermeyen (Dilmaç ve Bozgeyikli, 2009; Cenkseven ve Akbaş, 2007; Gündoğdu ve Yavuzer, 2012; Sarı, 2003; Tümkiye, 2011) çalışmalarda bulunmaktadır. Cinsiyet açısından huzur düzeyi arasında anlamlı farklılık olmaması durumunun nedeni olarak çalışılan grubun yaşam dönemi görevlerinin ve çevresel olanaklarının etkili olduğu düşünülmektedir. Genç yetişkinlik dönemine denk gelen bu dönemde kariyer gelişimi açısından beliren yetişkinlik döneminde yer alan bireyler, seçtikleri mesleğin eğitimini alarak iş yaşamına hazırlanmaktadır (Arnett 2004; Super 1990). Kariyer gelişim görevini yerine getiren bireylerin olumlu ruh dünyasına sahip olurken, kariyer görevini yerine getiremeyen bireylerin olumsuz duygu durumlarını daha çok yaşamaktadır (Eryılmaz ve Mutlu, 2017). Kız ve erkek öğrencilerin kendilerinden beklenen yaşam dönemi görevi olan bir meslek yolunda olma ve üniversitede okuma görevini başarı ile yerine getirildiği bir dönem olmasının etkili olacağı düşünülmektedir. Aynı zamanda yaş dönemi ve gelişim özellikleri birbirine yakın olan bu grubun karşı cins ile ilişki, birlikte vakit geçirme, eğlenme ya da boş zaman etkinliklerinde (Bozdağ,2019) birlikte olmaları kendileri için birbirlerini motive etme ve olumlu duyguların her iki cinsiyet içinde daha çok yaşanmasını sağlamaktadır. İfade edilen nedenlerden dolayı cinsiyet açısından farklılığın olmadığı düşünülmektedir.

Sınıf düzeyi değişkeni açısından huzur düzeyinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir, $p>.05$. Bu çalışmanın sonuçları olumlu duygular, öznel iyi oluş ve psikolojik iyilik hali ile birlikte değerlendirilmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgu ile benzerlik gösteren çalışmalara bulunmakla (Erden ve Yılmaz, 2016; Güler ve Gazioğlu, 2008) birlikte paralellik göstermeyen çalışmalarda bulunmaktadır (Aydın, Kahraman, ve Hiçdurmaz, 2017; Kasapoğlu, 2014; Saygın, 2008). Sınıf düzeyi değişkenine göre huzur konusunda anlamlı farklılık olmasının, üniversite yaşantısı sürecinde öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerinin yoğun yaşaması, sosyal aktivite ve boş zaman etkinliklerine katılım, meslek edinme becerilerini geliştirme, kişisel gelişim ile olumlu duyguların yaşanmasının etkili olduğu düşünülmektedir.

Algılanan gelir düzeyi değişkenine göre huzur düzeyinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir, $p>.05$. Bu çalışma sonuçları ile benzerlik gösteren çalışma (Şahin, 2011) olmakla birlikte, paralellik göstermeyen çalışmalar da (Canbay, 2010; Dost, 2004; Özen, 2005; Demirci, 2017) bulunmaktadır. Bu çalışmada elde edilen bu sonucun nedeni olarak ekonomik durumun bireyin temel ihtiyaçlarının karşılanmasında etkili olduğu (Türkdoğan, 2010) düşünülmele birlikte iç dünyasındaki uyum ve hissettiği olumlu duygular anlamında ailesinden gördüğü sosyal destek, sevgi ve ait olma temel ihtiyacının (Türkdoğan, 2010; Türkmen, 2012) etkili olduğu düşünülmektedir. Ailenin sosyoekonomik durumu düşük olabilir fakat bireyin huzurlu olmasında ailesi ile kurduğu iletişimin kalitesi önemli olmaktadır. Bireylerin olumlu duygu hissetmelerinde aileden görülen sosyal destek ve anne-baba tutumlarının (Canbay, 2010; Dost, 2004; Şahin,2011; Türkmen, 2012) etkili olduğu düşünülmektedir. Bireysel farklılıkların yani kişilik özelliklerinin de (Doğan,2013; İlhan, 2009;

Lyubomirsky, 2007) etkili olduğu düşünülmele birlikte çalışma grubunun benzer gelir düzeyine sahip grubun çoğunlukta olması nedeni ile farklılığın olmadığı düşünülmektedir.

Anne-baba birlikteliği durumuna göre huzur düzeyinde anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir, $p>.05$. Huzur kavramı yalnızlık ve olumsuz duygular ile negatif yönlü bir ilişki göstermektedir. Bu sonucun değerlendirilmesinde ilişkili kavramlarda göz önüne alındığında bu çalışmanın sonuçları ile tutarlı olan çalışmalar bulunmakla birlikte (Oruç,2013; Üngüren,2007; Yılmaz Dursun, Güzeler ve Pektaş,2014), tutarlı olmayan çalışmalarda bulunmaktadır (Tartari, 2015; Lansford, 2009; Demir-Dagdas Isik-Ercan, Intepe-Tingir, ve Cava-Tadik, 2017). Bireyin ruh halini anne-baba durumunun dışında çocuğun yaşı, cinsiyeti, eğitim durumu, o güne kadar aile içinde yaşadıkları, anne babanın meslek durumu, çocuğun ilişkilere ve olaylara bakış açısı gibi etmenler etkilemektedir (Özgüven, 2001; Özgüven, Ekici, Argun, ve Dilek, 2014; Nazlı, 2009). Bireyin iç dünyası ve uyumunda ya da olumlu duygular hissetmesinde tek faktörün anne baba durumu olmaması ve bireyin yaşamına etki eden sosyal destek, bireyin temel ihtiyaçlarının giderilmesi, kişisel özellikler ve anne baba tutumlarının bu sonucun çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir (Canbay,2010; Doğan,2013; Dost;2004; İlhan, 2009; Lyubomirsky, 2007; Şahin,2011; Türkdoğan, 2010; Türkmen, 2012).

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinin otantiklik düzeylerinde anlamlı farklılık görülmektedir, ($p<.05$). Sıra ortalamaları dikkate alındığında kız öğrencilerin otantiklik düzeyleri erkek öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonucun ve diğer değişkenler ile olan sonuçların değerlendirilmesinde otantiklik ile ilgili çalışmaların yetersizliği nedeni ile daha kapsamlı bir değerlendirme yapılması adına otantiklik ile pozitif ilişkili olan öznel iyi oluş ve benlik sayısı kavramlarına yönelik çalışmalardan da destek alınmıştır (İlhan ve Özdemir,2013). Bu çalışmanın verileri ile tutarlı olan çalışmaların bulunması (Altiok, Ek, ve Koruklu, 2010; Dilmaç ve Bozgeyikli, 2009; İlhan, 2005; Sarı, 2003; Tümkaya, 2011,) ile birlikte benzerlik göstermeyen çalışmalarda bulunmaktadır (Çelebi, 2018; Saygın,2008). İlgili alanda bir bütünlük görülmemekle birlikte bu çalışmada kızlar lehine elde edilen sonucun nedeni olarak benlik saygısında ve olumlu duyguların etkili olduğu düşünülmektedir. Ülkemizdeki kızlara yönelik olarak toplumsal bir baskının olduğu ve cinsiyetçiliğe maruz kaldıkları ve eğitim alanında birtakım eşitsizlikler bulunmaktadır (Özaydınlık, 2014). Bu olumsuzlukların aksine üniversite sınavını kazanıp bir meslek sahibi olma yolunda başarılı adım atan kız öğrencilerin toplum nezdinde ve kendi iç dünyalarında olumlu duygu elde ettikleri ve benlik saygılarının yükseldiği düşünülmektedir. Benlik saygısındaki artışın otantikliği olumlu yönde etkilediği (İlhan ve Özdemir, 2013) gerçeğinden yola çıkıldığında bu durumun kızlar lehine olumlu sonuçlanmasına sebep olduğu düşünülmektedir.

Sınıf düzeyi değişkenine göre üniversite öğrencilerinin otantiklik düzeylerinin farklılaşmadığı görülmektedir, $p>.05$. Bu çalışmada anlamlı farklılık olmaması durumu ile benzerlik gösteren çalışmalar bulunmakla (Erden ve Yılmaz, 2016; Güler ve Gazioğlu, 2008) birlikte paralellik göstermeyen çalışmalarda bulunmaktadır (Saygın, 2008). Bu sonucun elde edilmesinde üniversite sınavını kazanan öğrencilerin kişilik olarak belirli kalıpları aldıkları, aile ve arkadaş çevrelerinden gördükleri sosyal destek ile benlik saygılarının yüksek olması ve sınavı kazanma durumunun bireyde kendine olan güvenini desteklemesi bireylerin kendi benliklerini yaşamalarına neden olmaktadır. Aynı zamanda gelişen teknoloji ile birlikte gençler giyecekleri yeni yaşantılar hakkında bilgi edinerek bilişsel olarak daha hazırlıklı olmakta bu durum onların kendilerini yeni ortama hazırlamalarına neden olmaktadır. Kısacası gençlerin üniversite sınavını kazanma durumu ve öncesinde yaşadıkları, aile, okul destekleri, kişisel başarıları ve teknoloji sayesinde edindikleri bilgiler ile erken olgunlaşp kendi benliklerini kazandıkları diğer taraftan sınıf düzeyinin otantik olmalarını etkilemediği düşünülmektedir.

Algılanan gelir düzeyine göre üniversite öğrencilerinin otantiklik düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemektedir, $p>.05$. Bu çalışmanın sonuçları ile uyumlu sonuçlar içeren çalışmaların bulunması (Çam, Khorshid ve Özsoy, 1998; Şahin,2011; Yılmaz,2000) ile birlikte uyum göstermeyen çalışmalar da (Çam Khorshid ve Özsoy, 2000; Dinçer ve Öztunç, 2009; Özen, 2005; Özkan,1994) bulunmaktadır. Bu sonucun elde edilmesinde öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun benzer gelir düzeyine sahip olmasının ve bireyin kendi benliğini olduğu gibi yaşamada ekonomik durumun etkili olmadığı düşünülmektedir. Aynı zamanda otantikliği bir eğilim olarak açıklayan (Barrett

Lennard, 1998; Deci ve Ryan,2000) kuramsal yapı ile de örtüşen bir şekilde bireyin kendisine dair farkındalık düzeyinin, ödül ve ceza beklemezsizin kendisini ortaya koymasının ekonomik durum ile ilişkili olmadığı düşünülmektedir.

Anne-baba birlikteliği durumuna göre üniversite öğrencilerinin otantiklik düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemektedir, $p>.05$. Bu çalışmanın sonuçları ile benzerlik gösteren çalışmalar bulunmakla (Baybek ve Yavuz,2005; Erşan, Doğan ve Doğan, 2009; Oruç,2013) birlikte benzerlik göstermeyen çalışmalarda (Küçükosmanoğlu, 2013) bulunmaktadır. Bu sonucun elde edilmesinde bireylerin kendi benliklerini yaşamalarında aile tutumlarının (Tatlılıoğlu,2014) , bireysel farklılıklarının (Doğan,2013), sosyal destek, sevgi ve ait olma temel ihtiyacının (Türkdoğan, 2010; Türkmen, 2012) karşılanmasının etkili olduğu düşünülmektedir. Bireyin aile ve arkadaş çevresinden gördüğü sosyal destek, bireysel özelliklerinin benlik saygısını desteklediği ve bu durumda otantiklik düzeyine etki ettiği düşünülmektedir. Otantiklik durumunu aile birlikteliği durumundan ziya de çevresi ile kurduğu iletişimden aldığı dönütlerin etkili olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin huzur ve otantiklik düzeyleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Huzur düzeyinin cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan ekonomik durum ve anne-baba birlikteliği durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Otantiklik düzeyinin cinsiyet değişkeni ile anlamlı bir farklılık bulunurken sınıf düzeyi, algılanan ekonomik durum ve anne-baba birlikteliği durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur.

Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre araştırmacı ve uygulamacılara şu öneriler sunulabilir.

1. Huzur ve otantiklik düzeyleri arasında bulunan pozitif ilişkinin farkında olarak çalışmalarda bu etkinin kullanılması.
2. Huzur düzeyini etkilediği düşünülen farklı değişkenler ile bu konunun farklı gruplarda tekrar araştırılması.
3. Otantiklik düzeyinin kız öğrenciler lehine yüksek çıkmıştır. Erkek öğrencilerin otantiklik düzeyini arttırabilecek faktörlerin araştırılması.
4. Otantiklik düzeyini etkilediği düşünülen başka değişkenler ile bu konunun farklı gruplarda tekrar araştırılması.

Kaynakça

- Altıok, H.Ö, Ek, N. ve Koruklu, N. (2010) Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı Düzeyi ile İlişkili Bazı Değişkenlerin İncelenmesi. *Annan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 1(1), 99- 120.
- Aydın, A., Kahraman, N., ve Hiçdurmaz, D. (2017). Hemşirelik Öğrencilerinin Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin Belirlenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 40-47.
- Akarsu, Bedia, *Mutluluk ahlakı*, İnkılap Kitabevi, İstanbul 1998.
- Arnett, J.J. (2004) Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties. New York, Oxford University Press.
- Acock, A. C., & Hurlbert, J. S. (1993). Social networks, maritalstatus, and well-being. *Social Networks*, 15, 309–334.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being: Americans perceptions of life quality*. New York: Plenum Press.
- Bacanlı, H. (2016). *Nasıl huzurlu olunur? Benlik açısından huzur modeli*. Uluslararası Manevi Rehberlik Kongresi, İstanbul, Türkiye.
- Barrett-Lennard, G. T. (1998). *Carl Rogers' helping system: Journey and substance*. London: Sage.
- Baybek, H. ve Yavuz, S. (2005). Muğla Üniversitesi öğrencilerinin benlik saygılarının incelenmesi. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (14), 73-95.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. (11. bs.). Ankara: PEGEM Yayıncılık.

- Brown, J. D., Collins, R. L., & Schmidt, G. W. (1988). Self-esteem and direct versus indirect forms of self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(3), 445-453.
- Bozdal, Ö. (2019). *Üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılım düzeylerinin boş zaman ve yaşam tatminlerine etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.
- Cenkseven, F. ve Akbaş, T. (2007). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi. *Türk PDR Dergisi*, 3(27), 43-62.
- Canbay, H. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çam O, Khorshid L. ve Özsoy, S.A.(2000). Bir hemşirelik yüksek okulundaki öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. *Hemşirelik Araştırma Dergisi*, 1, 33-40.
- Çam O, Khorshid L ve Özsoy, S.A.(1998). Öğrencilerin çalışma davranışı, sınav kaygısı ve benlik saygısının başarı düzeyine etkisinin incelenmesi. In: *VI. Ulusal Hemşirelik Kongresi*; 14-16 Mayıs; 355-361. Ankara, Türkiye.
- Dost, T.M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, T. (2013). Beş factor kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş University Journal*, 14(1), 56-64.
- Demir-Dagdas, T., Isik-Ercan, Z., Intepe-Tingir, S. & Cava-Tadik, Y. (2018). Parental divorce and children from divers backgrounds: Multi disciplinary perspectives on mental health, parent-child relationships, and educational experiences. *Journal of Divorce&Remarriage*, 59(6), 469-485.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 1, 227-268.
- Demirci, İ. ve Ekşi, H.(2017). Huzur ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi* Cilt, 15(33), 39-60.
- Dilmaç, B. ve Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve karar verme stillerinin incelenmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187.
- Dinçer, F. ve Öztunç, G. (2009). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 16(2) 22-33.
- Erşan E., Doğan O. ve Doğan S. (2009). Beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinde benlik saygısı düzeyi ve bazı sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*. 12, 35-42.
- Epikuros, (1949). Heredotos'a mektup, (çev. Mehmet Karasan) *Büyük Filozoflar Antolojisi* içinde, İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Erden, S. ve Yılmaz, S. (2016). İmam hatip lisesi öğrencilerinin akran ilişkilerinin insanî değerler ve öznel iyi oluş düzeyleri açısından incelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 387-414.
- Erkuş, A. (2011) *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. (Güncellenmiş 3.baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Eryılmaz, A. ve Mutlu T. (2017). Yaşam boyu gelişim yaklaşımı perspektifinden kariyer gelişimi ve ruh sağlığı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9(2), 227-249.
- Eryılmaz, A. ve Ercan, L. (2016). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36). <http://www.pdrdergisi.org/index.php/pdr/article/view/98/99> adresinden erişildi.
- Fujita, F. (1991). *An investigation of the relation between extroversion, neuroticism, positive affect, and negative affect*. Master's Thesis, University of Illinois.
- Gündoğdu, R. ve Yavuzer, Y. (2012). Eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12, (23), 115-131.
- Güler, Ç. ve Gazioğlu, A. (2008). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinde öznel iyi olma hali, psikiyatrik belirtiler ve bazı kişilik özellikleri: Karşılaştırmalı bir çalışma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (23).
- Horney, K. (1951). *Neurosis and human growth*. London: Routledge.
- Harter, S. (2002). Authenticity. In C. R. Snyder and S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 382-394). Oxford, England: Oxford University Press.

- Harter, S. (2003). The development of self-representations during childhood and adolescence. M. R. Leary ve J. P. Tangney (Ed.), *Handbook of self and identity* içinde (ss. 610-642). New York: The Guilford Press.
<http://felsefe-alemi.blogspot.com/2015/03/aristippos-kirene-hedonizm.html> (E.T:7/5/2019)
<https://www.thefreedictionary.com/> (E.T:7/5/2019)
<http://www.tdk.gov.tr>(E.T:7/5/2019)
- İlhan, T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin benlik uyumu modeli: yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İlhan, T. ve Özdemir, Y. (2013). Otantiklik ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(40), 142-153.
- İlhan, T. (2005). *Öznel iyi oluşa dayalı mizah tarzları modeli*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Kernıs, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquir*, 14, 1–26.
- Kernıs, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multi-component conceptualization of authenticity: Theory and research. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 283–357). New York: Academic Press.
- Kraus, M. W., Chen, S., & Keltner, D. (2011). The power to be me: Power elevates self-concept consistency and authenticity. *Journal of Experimental Social Psychology*, 47, 974–980.
- Kulaksızoğlu, A., Dilmaç, B.(2000). İnsani değerler eğitimi programı. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12, 199–208.
- Kasapoğlu, F. (2014). İyilik hali ile özgecilik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hikmet Yurdu Düşünce-Yorum Sosyal Bilimler Araştırma Dergisi*, 7(13), 271 – 288.
- Küçükosmanoğlu H. O. (2013). Müzik öğretmeni adaylarının bazı sosyodemografik değişkenlere göre benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması, *Sanat Eğitimi Dergisi*, 1(2), 70–82.
- Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science*, 4(2), 140–152.
- Lyubomirsky, S. (2007). *The How of Happiness: A scientific approach to getting the life you want*. The Penguin Press, NY.
- Mancini, J.A., Orthner, D.K. (1980). Situational influences on leisure satisfaction and morale in old age. *Journal of American Geriatrics Society*, 28, 466-471.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a Psychology of Being*. New York: D. Van Nostrand Company.72019
- Nazlı, S. (2009). *Aile danışmanlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Oruç, T. (2013). *Üniversite öğrencilerinde psikososyal değişkenlere göre yalnızlık ile otomatik düşünceler ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ocak, H.(2012). Kınalızade Ali Efendi'de mutluluk ahlâkı kavramının felsefi temelleri. *Iğdır Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(1), 115-136.
- Özaydınlık, Y. (2014). Toplumsal cinsiyet temelinde Türkiye'de kadın ve eğitim. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 0(33), 93-112 .
- Özen, Ö. (2005). *Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özgülven, İ. E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özgülven, İ. E., Ekici, G., Argun, N. ve Dilek, N. (2014). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel.
- Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etmenler. *Düşünen Adam Dergisi*, (3), 4-9.
- Pinto D.G., Maltby J., & Wood, A. M. (2011) Exploring the tripartite model of authenticity within Gray's approach and inhibition systems and Cloninger's bio-social model of personality. *Personality and Individual Differences*, 51 (2), 194-197.
- Robinson, O.C., Lopez, F. R. & Ramos, K. (2012, April). *Should you bother being yourself at work? Relationships between social context, authenticity and wellbeing*. presented at British Psychological Society Annual Conference.
- Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science. Vol. 3: Formulations of the person and the social context* (pp. 181–256). New York: McGraw-Hill.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Boston: Houghton Mifflin.

- Sarı, T. (2003). *Wellness and its correlates among university students: relationship status, gender, place of residence and GPA*. Unpublished master dissertation, The Middle East Technical University, The Graduate School of Social Sciences, Ankara.
- Saygın, Y. (2008). *Üniversite öğrencilerinin sosyal destek, benlik saygısı ve öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Super, D.E. (1990). A life span, life-space approach to career development. In *Career Choice and Development*, 2nd ed. (Eds D Brown, L Brooks):197–261. San Francisco, Jossey–Bass.
- Şahin, G.N. (2011). *Üniversite öğrencilerinin kendini açma, öznel iyi oluşu ve algıladıkları sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Tartari, M. (2015). Divorce and the cognitive achievement of children. *International Economic Review*, 56(2), 597–645.
- Tatlıoğlu K. (2014). Üniversite öğrencilerinin beş faktör kişilik kuramına göre kişilik özellikleri alt boyutlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Tarih Okulu Dergisi*, 17, 939-971.
- Taylor, S. E. & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193–210.
- Tümekaya, S. (2011). Humor styles and socio-demographic variables as predictors of subjective well-being of Turkish university students. *Education and Science*, 36(160), 158-170.
- Türkdoğan, T. (2010). *Üniversite öğrencilerinde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyinin öznel iyi oluş düzeyini yordamadaki rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Denizli.
- Türkmen, M. (2012). Öznel iyi oluşun yapısı ve anababa tutumları, özsaygı ve sosyal destekle ilişkisi: Bir model sınaması. *Uşak University Journal of Social Sciences*, 5(1), 41–73.
- Üngüren, E. (2007). *Lise ve üniversitelerde turizm eğitimi alan öğrencilerin umutsuzluk ve kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi: Antalya’da bir uygulama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Anabilim Dalı. Antalya.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M. ve Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology*. 55, 385-399.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.
- Yılmaz, İ. A.; Dursun, S.; Güzeler, E. G.; Pektaş, K. (2014). Üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyinin belirlenmesi: bir örnek çalışma. *EJOVOC: Electronic Journal of Vocational Colleges*, 4(4), 16-26.
- Yılmaz S.(2000). *Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.