



Mustafa Kemal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi
Mustafa Kemal University Journal of the Faculty of Education
Yıl/Year: 2020 ♦ Cilt/Volume: 4 ♦ Sayı/Issue: 6, s. 179-191

ÖĞRETMEN ADAYLARININ MUTLULUK, DUYGUSAL ZEKA VE PSİKOLOJİK DAYANIKLILIKLARININ İNCELENMESİ¹

Öğr. Gör. Aynur YILMAZ AKBABA

Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, aynury@hacettepe.edu.tr

Orcid: 0000-0002-7206-448X

Özet

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde mutluluğun cinsiyet, psikolojik dayanıklılık ve duygusal zeka açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma örneklemini Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören 19-22 yaş arası 184 (%77) kadın, 53 (%22) erkek olmak üzere toplam 238 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma verileri Oxford Mutluluk Ölçeği (Kısa Formu), Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği, Schutte Duygusal Zeka Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde t-testi ve çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulguları kadın üniversite öğrencilerinin psikolojik dayanıklılık değişkeni alt boyutlarından “gelecek algısı ve sosyal kaynaklar” ile duygusal zeka değişkeni alt boyutlarından “duyguların kullanımı” puan ortalamaları, erkeklerin puan ortalamalarından anlamlı derecede daha yüksek olduğunu göstermiştir. Yapılan çoklu regresyon analizi ile mutluluk ölçeğindeki %41,5’lik değişimin, duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılığın “kendilik algısı” ile “sosyal kaynaklar” alt boyutları tarafından açıklandığı bulgusu elde edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, Duygusal Zeka, Psikolojik Dayanıklılık

INVESTIGATING TEACHER CANDIDATES’ HAPPINESS, EMOTIONAL INTELLIGENCE AND PSYCHOLOGICAL RESILIENCE

Abstract

In this study, it has been aimed to examine happiness in terms of gender, psychological resilience and emotional intelligence. The study was carried out with 238 students aged between 19-22 years and studying different departments of Uludağ University. 77% (184) of the participant students are female and 22% (53) are male. To collect data, the Oxford Happiness Questionnaire (Short-Form), Resilience Scale for Adults and the Schutte Emotional Intelligence Scale were used. In the study, t-test and multiple regression analysis were used to analyze the data. The results of the study showed that female university students have a higher point of “perception of future” and “social resources” sub-dimensions of psychological resilience and “utilization of emotions” sub-dimensions of emotional intelligence than male. Multiple regression analysis results, explained that “perception of future” and “social resources” sub-dimensions of psychological resilience and emotional intelligence have an important effect (41,5%) on happiness.

Key Words: Happiness, Emotional Intelligence, Psychological Resilience

¹ Bu çalışma IX. European Conference on Social and Behavioral Sciences adlı konferansta sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

Giriş

Bir ülkenin kalkınmasında, nitelikli insan gücünün yetiştirilmesinde, toplumdaki huzur ve insanın mutluluk arayışı yüzyıllardır süregelmektedir. Bu arayış önceleri felsefenin bir konusu olmuş olsa da pozitif psikoloji yaklaşımıyla birlikte psikoloji alanında da yoğun şekilde işlenir hale gelmiştir. Pozitif psikoloji yaklaşımı; bireylerin güçlü yanlarına odaklanır ve onların olumlu tecrübeler yaşamaları, olumlu özelliklerini fark edip geliştirmeleri ve sağlıklı bir ruh haline sahip olmalarına önem verir. Pozitif psikoloji, psikolojinin hayattaki zorluklarla başa çıkmaya yönelik algısından ziyade, kişilerin olumlu yönlerinin güçlendirilmesini amaçlamaktadır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Son yıllarda pozitif psikoloji anlayışı ön plana çıkmış olsa da önceki yıllardaki olumsuzluklara, bozukluklara odaklanmanın da geçerli birçok nedeni olduğunu söylemek mümkündür. Bunlar o dönemde yaşanan tarihi olaylar olabildiği gibi bireylerin o günkü ihtiyaçlarının karşılanmasından doğan nedenlerdir. II. Dünya Savaşı öncesine kadar psikolojinin üç temel amacı vardı. Bunlar; ruhsal hastalıkları tedavi etmek, insanların yaşamlarını geliştirmek ve iyileştirmek, üstün yetenekleri ve zekayı araştırmak. Ancak II. Dünya Savaşı sonrasında savaş gazisi askerlere yardım amacıyla araştırmacılar büyük ölçüde ruhsal hastalıklar ve tedavilerine odaklanmışlardır (Linley, Joseph, Harrington ve Wood, 2006). Ancak, bireydeki olumsuzlukların, eksik yönlerin, bozuklukların araştırılması, olumlu ve güçlü yönlerin incelenmesine ve geliştirilmesine neredeyse hiç olanak bırakmamıştır.

Günümüzde ruh sağlığının olumsuz öğelerinin yanı sıra olumlu öğelerini de inceleme arzusu giderek artmaktadır (Telef, 2013). Pozitif psikoloji yaklaşımı ile birlikte bireyin güçlü yönlerine odaklanma eğilimi artmıştır. Seligman (2002) psikolojiyi sadece hastalığın, zayıflığın, zararın incelenmesi değil, ayrıca bireyin güçlü yanlarının ve iyi özelliklerinin incelenmesini içeren bir yapı olarak tanımlamaktadır. Pozitif psikoloji, hayat boyu bireylerin yaşama bağlanmalarına ve yaşamı daha olumlu bir noktaya götürmelerine yardımcı olan; yaşamda neyin olumlu olduğuna ilişkin bilgiler ve bulgular ortaya koyan bilimsel bir çalışma alanıdır (Eryılmaz, 2013). Öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, psikolojik dayanıklılık, öz-şefkat, iyimserlik, yaşam doyumunu gibi kavramlar pozitif psikolojinin çalışma alanları arasındadır. Bu kavramlardan öznel iyi oluş en genel kullanımıyla mutluluk olarak ifade edilir ve rahatlama, problemlerin görelisi olarak yokluğu gibi kişinin yaşamında verdiği bilişsel ve duygusal değerlendirmelerini içerir (Diener, 1984; Bradburn, 1969). Bu değerlendirmeler bireyin yaşam doyumuna ilişkin bilişsel yargılarını, yaşam olaylarına yönelik duygusal tepkilerini, ilgi ve katılımlarını ve iş, ilişkiler, sağlık, eğlenme, anlam ve amaç gibi belirli alanlarla ilgili doyumunu içerir (Diener ve Diener, 1995; Diener, Oishi ve Ryan, 2013). İlk olarak Bradburn (1969) tarafından ortaya atılan öznel iyi oluş kavramı; isteklilik, enerjik olma, kararlılık, ruhsal uyarılmışlık gibi olumlu duygular ile üzüntü, kaygı, korku, öfke, suçluluk, küçümseme gibi olumsuz duygular arasındaki denge olarak tanımlanmıştır (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Pozitif psikoloji, mutluluğu kişinin öznel iyi oluşuna odaklanan yeni bir alan olarak tanımlar, çünkü mutlu olmak bireylerin hedeflerine ulaşmalarına ve gelişmelerine yardımcı olabilir.

Mutluluk ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde mutluluk düzeyi yüksek olan bireylerin daha sağlıklı oldukları, çoğunlukla yaşamdan daha fazla doyum aldıkları, yaratıcılık özelliklerinin yüksek olduğu, kişilerarası ve duygusal ilişkilerde (Diener ve Seligman, 2002; Lyubomirsky, King ve Diener, 2005) ise daha başarılı oldukları sonucuna varılmıştır. Yine bazı araştırmalara göre iyi oluş ile psikolojik dayanıklılık, sosyal destek ve başa çıkma (Malkoç ve Yalçın, 2015; Yalçın, 2014) affetme (Eldeleklioğlu, 2015), öz-şefkat, yaşam doyumunu (Çağlayan Mülazım ve Eldeleklioğlu, 2016) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu sonucu elde edilmiştir. Bunlara ek olarak mutluluk ile öz-şefkatin alt boyutlarından kendi kendini yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme (Çağlayan Mülazım ve Eldeleklioğlu, 2016), sosyal kaygı (Kermen, İlçin Tosun ve Doğan, 2016) ruminatif düşünce tarzı (Eldeleklioğlu, 2015) arasında negatif yönde ilişkiler olduğu ortaya konmuştur. Mutluluğun cinsiyet açısından değerlendirildiği bazı çalışmalarda ise cinsiyet açısından anlamlı bir

fark olmadığı sonucu elde edilmiştir (Cihangir-Çankaya, 2009; Eryılmaz ve Aypay, 2011; Toprak, 2014; Duman, 2014; Kara, 2010). Ayrıca, yaşam doyumu ve mutluluk açısından da cinsiyet farklılıkları üzerine bazı bulgular bildirilmiştir (Nolen-Hoeksema ve Rusting, 2003). Bu bulguların aksine mutluluğun cinsiyet açısından değerlendirildiği bazı çalışmalarda ise mutluluğun kadınların lehine anlamlı derecede farklı olduğu sonucuna varılmıştır (Atay, 2012; Gülcan, 2014; Şaşmaz, 2016).

Pozitif psikolojideki önemli kavramlardan bir diğeri de psikolojik dayanıklılık kavramıdır. İngilizce "resilience" olarak kullanılan bu kavram Türkçe'ye psikolojik dayanıklılık (Basım ve Çetin, 2011), yılmazlık (Demirbaş, 2010; Gürkan, 2006; Öğülmüş, 2001), psikolojik sağlamlık (Gizir, 2007; Kararımak, 2006), kendini toparlama gücü (Terzi, 2006) gibi farklı şekillerde çevirmiştir. Bu araştırmada psikolojik dayanıklılık olarak kullanılmıştır. Psikolojik dayanıklılık, iyi oluş ve zorluklar yaşanmasına rağmen olumlu bir şekilde uyum gösterme kapasitesi (Luthar, Cicchetti ve Becker, 2000; Masten, Best ve Garmezy, 1990; Ungar, 2013), yaşamda karşılaşılan zorluklar karşısında kişinin kendisini toparlama gücü (Garmezy, 1991) ya da değişimin ya da felaketlerin başarılı bir şekilde üstesinden gelme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Wagnild ve Young, 1993).

Psikolojik dayanıklılık ile ilgili araştırmalara bakıldığında Kararımak ve Çetinkaya (2011) psikolojik sağlamlık değişkeninin benlik saygısı, olumlu duygular ve denetim odağı ile ilişkisini inceledikleri araştırmalarında benlik saygısı ve denetim odağının bilişsel etkenler olarak duygular üzerinde etkili olduğu sonucuna varmışlardır. Kaya ve Demir (2017) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarında öğrencilerin mutluluk düzeyleri ile kendini toparlama gücü arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuşlardır. Araştırmacılar öğrencilerin mutluluk düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucunu elde etmişlerdir. Funk ve Houston (1987), Allred ve Smith (1989) yaptıkları araştırmalarda dayanıklılık düzeyi yüksek olan bireylerin kaygı ve depresyon düzeylerinin düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Çelik, Sanberk ve Deveci (2017) çalışmalarında psikolojik dayanıklılık ve umutsuzluğun öğretmen adaylarında yaşam doyumunu yordadığı sonucunu elde etmişlerdir.

Araştırmada ele alınan diğeri bir değişken ise duygusal zekadır. Duygusal zeka kendini harekete geçirebilme, duygularını anlama, kendi duygularını yaşamı zenginleştirecek biçimde düzenleyebilme, karşı karşıya kalınan olumsuzluklara rağmen yola devam edebilme, dürtülerini kontrol altında tutabilme, ruhsal halini dengeli halde tutup kendilerini başkalarının yerine koyabilme ve zorluklara rağmen umut besleme olarak tanımlanmıştır (Goleman, 2000). Furnham ve Petrides (2003)'in bireylerdeki duygusal zeka ve mutluluk düzeyleri ile kişisel ve bilişsel yetenekleri belirlemeyi amaçladıkları çalışmada, bireylerdeki nevrotik özellikler ile mutluluk düzeyi arasında negatif bir ilişkinin olduğu, dışa dönük olma özelliği ile mutluluk düzeyi ve duygusal zeka ile mutluluk arasında da anlamlı bir ilişki olduğu sonucunu elde etmişlerdir.

Mutluluk ile ilgili çalışmalar incelendiğinde öğretmen adaylarında psikolojik dayanıklılık ve duygusal zeka değişkenlerinin birlikte mutluluğu yordadığı çalışmalara rastlanmamıştır. Bu nedenle çalışmanın alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu araştırmada öğretmen adaylarının psikolojik dayanıklılık ve duygusal zeka düzeylerinin mutluluk düzeyini ne oranda yordadığını ortaya koymak amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

1. Öğretmen adaylarının mutluluk düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
2. Öğretmen adaylarının mutluluk düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık ve duygusal zeka düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Öğretmen adaylarının duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri mutluluk düzeylerini yordamakta mıdır?

Yöntem

Bu araştırma, Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenimine devam eden öğrencilerin mutluluk düzeylerini etkileyen değişkenlerin belirlenmesi ve mutluluk ile cinsiyet, duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacı ile gerçekleştirilen tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlamaktadır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içerisinde ve olduğu şekliyle tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez (Karasar, 2012).

Katılımcılar

Bu çalışmada uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem araştırmacının en ulaşılabilir birimden başlayarak örneklemini oluşturması olarak açıklanmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012). Araştırmanın örneklemini Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören 19-22 yaş arası 238 öğrenciden oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerden 184'ü (%77,6) kız, 53'ü (%22,4) erkektir. Öğrencilerin yaş ortalaması ise 20.78'dir. Öğrenciler ile ilgili ayrıntılı bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1.

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerinin dağılımı

		N	%
Bölüm	Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik	98	41.2
	Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği	40	16.8
	Sınıf Öğretmenliği	80	33.6
	Fen Bilgisi Öğretmenliği	20	8.4
Sınıf	1.Sınıf	50	22.1
	2.Sınıf	113	50.0
	3.Sınıf	46	20.4
	4.Sınıf	17	7.5
Cinsiyet	Kadın	184	77.6
	Erkek	53	22.4
Toplam		237	100

Veri Toplama Araçları

Araştırma için gerekli olan veriler "Kişisel Bilgi Formu", "Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği", "Schutte Duygusal Zeka Ölçeği" ve "Oxford Mutluluk Ölçeği" ile toplanmıştır.

Yetişkinler İçin Psikolojik Dayanıklılık Ölçeği:

Fribog ve arkadaşları (2005) tarafından geliştirilmiş olan ölçeğin Türkçe uyarlaması Basım ve Çetin (2011) tarafından yapılmıştır. Ölçek Kendilik Algısı, Gelecek Algısı, Yapısal Stil, Sosyal Yeterlilik, Aile Uyumu ve Sosyal Kaynaklar boyutlarını içeren altı faktör ve 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının .66 ile .81 arasında ve test-tekrar test güvenilirliklerinin ise .68 ile .81 arasında değiştiği bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı .87 olarak bulunmuştur. Yapısal stil .51, gelecek algısı .71, aile uyumu .78, kendilik algısı .69, sosyal yeterlilik .62 ve sosyal kaynaklar alt boyutu için Cronbach Alpha katsayısı .72 olarak bulunmuştur.

Schutte Duygusal Zeka Ölçeği:

Schutte ve arkadaşları (1998) tarafından geliştirilen, Austin, Saklofske, Huang ve McKenney (2004) tarafından tekrar düzenlenen ve Tatar ve arkadaşları (2011) tarafından Türkçe uyarlaması

yapılan Schutte Duygusal Zeka Ölçeği, 5'li likert tipinde hazırlanmıştır. 37 madde ve İyimserlik-Ruh Halinin Düzenlenmesi, Duyguların Kullanımı ve Duyguların Değerlendirilmesi olmak üzere 3 faktörlü bir yapı sergilemektedir. Ölçeğin bütünü için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .82, İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi için .75, Duyguların Kullanımı için .39 ve Duyguların Değerlendirilmesi alt boyutu için .76 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ise ölçeğin bütünü için Cronbach Alpha katsayısı .81 ve yine alt boyutlar için ise İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi için .72, Duyguların Kullanımı için .40 ve Duyguların Değerlendirilmesi alt boyutu için .53 olarak bulunmuştur.

Oxford Mutluluk Ölçeği (Kısa Formu):

Oxford Mutluluk Envanteri (OME), Argyle, Martin ve Crossland (1989) tarafından 29 maddelik 4'lü Likert tipi bir envanter olarak geliştirilmiştir. Ancak daha sonra Hills ve Argyle (2002) tarafından revize edilerek Oxford Mutluluk Ölçeği-OMÖ olarak 6'lı Likert tipinde yeniden oluşturulmuştur. OMÖ' nün iç tutarlık katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Ayrıca Hills ve Argyle (2002) tarafından yapılan bu çalışmada OMÖ' nin 8 maddelik kısa formu da (OMÖ-K) geliştirilmiştir. OMÖ ile kısa formu arasında .93, $p < .001$ korelasyon elde edilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Doğan ve Akıncı-Çötök (2011) tarafından yapılmıştır. Oxford Mutluluk Ölçeği (Kısa Formu)'nin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .74'tür. Test tekrar test güvenilirlik katsayısı .85 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için Cronbach Alfa .77 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Psikolojik Dayanıklılık, Duygusal Zeka, Mutluluk ile bu ölçeklerin alt boyutları için güvenilirlik analizi uygulanmıştır. İki bağımsız grup arasında fark olup olmadığına bağımsız örneklem t testi ile bakılmıştır. Öğretmen adaylarında Duygusal Zeka ve Psikolojik Dayanıklılığın Mutluluk üzerindeki etkilerini belirleyebilmek için Forward yöntemi ile çoklu regresyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular

Bu bölümde eğitim fakültesinde öğrenim görmekte olan öğretmen adaylarının mutluluk, duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılıklarına ilişkin analiz sonuçları tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 2.

Psikolojik dayanıklılık, duygusal zeka, mutluluk ölçekleri ve alt boyutları açısından kadınlar ve erkekler arasındaki farklılığa ilişkin t-testi sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Sd	t	p
Psikolojik Dayanıklılık						
Yapısal Stil	Kadın	184	3.71	.810	0.917	.360
	Erkek	53	3.60	.713		
Gelecek Algısı	Kadın	184	4.02	.744	2.977	.003*
	Erkek	53	3.67	.873		
Aile Uyumu	Kadın	184	4.07	.779	1.751	.081
	Erkek	53	3.86	.764		
Kendilik Algısı	Kadın	184	3.63	.725	-0.178	.859
	Erkek	53	3.65	.636		
Sosyal Yeterlilik	Kadın	184	3.76	.663	1.298	.195
	Erkek	53	3.62	.758		
Sosyal Kaynaklar	Kadın	184	3.67	.447	3.084	.002*
	Erkek	53	3.45	.513		
Duygusal Zekâ						
İyimserlik/Ruh Halinin Düzenlenmesi	Kadın	184	3.91	.447	2.471	.014
	Erkek	53	3.74	.467		
Duyguların Kullanımı	Kadın	184	3.80	.463	2.836	.005*

	Erkek	53	3.59	.510		
Duyguların Değerlendirilmesi	Kadın	184	3.78	.546	1.258	.210
	Erkek	53	3.67	.584		
Mutluluk	Kadın	184	3.58	.637	1.384	.168
	Erkek	53	3.45	.527		

*p<.01

Tablo 2'ye göre uygulanan bağımsız örneklem t-testi sonucunda, psikolojik dayanıklılık ölçeği gelecek algısı, sosyal kaynaklar, duygusal zeka ölçeği duyguların kullanımı alt ölçekleri bakımından kadınlar ile erkekler arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmaktadır. Buna göre, kadınların gelecek algısı, sosyal kaynaklar, duyguların kullanımı alt boyut ortalamalarının, erkeklerin alt boyut ortalamalarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu söylenebilmektedir.

Öğretmen adaylarının duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin mutluluk düzeyini yordayıp/yordamadığına ilişkin bulgular

Öğretmen adaylarının duygusal zeka, psikolojik dayanıklılık düzeylerinin mutluluk düzeylerini yordamasına ilişkin analizler çoklu doğrusal regresyon ile yapılmıştır. Regresyon yapılmadan önce bağımsız değişkenlerine bağımlı değişken olan mutluluk ile ilişkisi korelasyon katsayıları Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3.

Duygusal zeka, psikolojik dayanıklılık ve mutluluk arasındaki ilişkilere yönelik korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Mutluluk	1							
2.Duygusal zeka	.44*	1						
3.Yapısal stil	.29*	.34*	1					
4.Gelecek algısı	.32*	.47*	.53*	1				
5.Aile uyumu	.48*	.35*	.65*	.34*	1			
6.Kendilik algısı	.51*	.44*	.48*	.65*	.36*	1		
7.Sosyal yeterlilik	.45*	.38*	.63*	.52*	.53*	.60*	1	
8.Sosyal kaynaklar	.53*	.46*	.61*	.48*	.69**	.42*	.66*	1

*p<.01

Tablo 3 incelendiğinde mutluluk ve duygusal zeka ($r = .44$, $p < .01$) arasında anlamlı ilişki olduğu sonucu elde edilmiştir. Yine Mutluluk ve psikolojik dayanıklılık ölçeğinin yapısal stil ($r = .29$, $p < .01$), gelecek algısı ($r = .32$, $p < .01$), aile uyumu ($r = .48$, $p < .01$), kendilik algısı ($r = .51$, $p < .01$), sosyal yeterlilik ($r = .45$, $p < .01$) ve sosyal kaynaklar ($r = .53$, $p < .01$) alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.

Duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılığın mutluluk düzeyini yordamasına yönelik çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	R ²	Adj. R ²	F	p
Mutluluk	Duygusal Zeka Kendilik Algısı Sosyal Kaynaklar	0.650	0.415	57.109	0.000*

*p<.001

Tablo 4'e göre duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılığın kendilik algısı ve sosyal kaynaklar alt boyutlarının mutluluk puanlarını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Bu değişkenlerin birlikte, mutluluk puanındaki toplam varyansın yaklaşık %42'sini açıkladığı sonucu elde edilmiştir. Mutluluk ölçeğini, duygusal zeka ölçeği, yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin kendilik algısı ve sosyal kaynaklar alt boyutları ile açıklanan model anlamlı bir modeldir (F:57.109, p< .001).

Sonuç, Tartışma ve Öneriler

Bu çalışmada öğretmen adaylarında mutluluğun cinsiyet, psikolojik dayanıklılık ve duygusal zeka açısından değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan analizler sonucunda öğrencilerin mutluluk düzeyleri cinsiyet açısından farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir. Literatüre bakıldığında Eryılmaz ve Aypay (2011), Hampton ve Marshall (2000), Mahon, Yarcheski ve Yarcheski (2005), Saygın(2008), Cihangir-Çankaya (2009) da benzer olarak çalışmalarında cinsiyet değişkeninin mutluluk düzeyini etkilemediğini belirtişlerdir. Yine çalışmada elde edilen sonuçlara göre psikolojik dayanıklılık ölçeği gelecek algısı, sosyal kaynaklar alt boyutları, duygusal zeka ölçeği duyguların kullanımı alt ölçekleri bakımından kadınlar ile erkekler arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Benzer olarak bazı araştırmacılar da cinsiyetin psikolojik dayanıklılık üzerinde anlamlı bir farka yol açtığını belirtmişlerdir (Cole, Feild, ve Harris, 2004; Önder & Gülay, 2008). Duygusal zeka ile ilgili çalışmalar incelendiğinde kadınların toplam duygusal zeka ya da duygusal zekanın farklı alt boyutlarında erkeklerden daha yüksek puan aldıkları görülmektedir (Ciarrochi, Chan ve Bajgar, 2001; Mayer, Geher, 1996; Ergin, İşmen ve Özabacı, 1999).

Mutluluğun psikolojik dayanıklılık ve duygusal zeka açısından incelendiği araştırmada sonuçlara bakıldığında psikolojik dayanıklılığın kendilik algısı ve sosyal kaynaklar alt boyutları ile duygusal zekanın mutluluğun yordayıcıları olduğu görülmüştür. Literatüre baktığımızda bunu destekler nitelikte araştırmalar mevcuttur. Duygusal zekası yüksek olan bireyler karşı karşıya kaldıkları zorlu durumları daha az stresli olarak değerlendirebilmekte ve böylelikle yaşam ve mutluluğa karşı daha yüksek memnuniyet duyabilmektedirler (Schiffrin ve Nelson, 2010). Terzi (2006) öznel iyi olmaya ilişkin psikolojik sağlamlık modeli oluşturduğu araştırmasının sonucunda psikolojik sağlamlığın bilişsel değerlendirme ve başa çıkma aracılığıyla mutluluk üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur. Benzer olarak diğer araştırmacılar da psikolojik dayanıklılığın mutluluğu yordayıcı bir değişken olduğunu göstermiştir (Toprak, 2014; Açıköz, 2016; Altuntaş ve Genç, 2020). Sonuç olarak bireylerin kendini toparlama güçlerinin onların mutluluk düzeyini etkilediği ve modele özgün bir katkı sağladığı söylenebilir. Buna göre kendini toparlama gücü fazla olan bireylerin daha mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda araştırmacılara ve eğitimcilere bazı önerilerde bulunulabilir. Literatürde, negatif ve patolojik konulara ağırlık veren çalışmaların çoğunlukta olduğu dikkat çekmektedir. Özellikle pozitif psikolojide, olumlu kavramların ele alınması gerekliliği vurgulanması gereken en önemli konudur. Sadece psikolojik problem ve negatif öğelere dair çalışmaların yapılıyor olması yaşam kalitesi, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş, iyimserlik, mutluluk gibi öğelerin ele alınıyor olmasını azaltmaktadır. Bu açıdan, ilgili çalışmaların artırılması ve farklı yaş ve eğitim düzeyinde olan bireylerle gerçekleştirilmesi önem taşımaktadır.

Mutluluk bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlığı ile ilişkilidir (Seligman, 2002). Bu nedenle büyük önem taşımaktadır ve öğretmenlik mesleği açısından da göz önünde tutulması gerekir. Duygusal zeka ve psikolojik dayanıklılığın mutluluk üzerindeki pozitif yöndeki ilişkisi dikkate alındığında öğretmen adaylarının mutluluk düzeylerini arttırmak amacıyla üniversite psikolojik danışma birimlerinde çalışmalar yapılması önemli görülmektedir. Bu amaç doğrultusunda psiko-sosyal eğitim programlarının, seminerlerin, grupla psikolojik danışma çalışmalarının hazırlanması ve duygusal zeka, psikolojik dayanıklılık gibi becerilerin kazandırılmasının öğretmen adaylarının gerek şimdiki öğrencilik yaşamlarından gerekse öğretmenlik mesleğini gerçekleştirirken daha fazla doyum sağlamaları konusunda yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Açıkgöz, M. (2016). *Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin psikolojik sağlık ile mizah tarzları ve mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Altuntaş, S., & Genç, H. (2020). Mutluluğun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık: Öğretmen örnekleminin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35(4), 936-948. doi: 10.16986/HUJE.2018046021
- Allred, K. D., & Smith, T. W. (1989). The hardy personality: cognitive and psychological responses to evaluative threat. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 257-266.
- Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). *Happiness as a Function of Personality and Social Encounters*. In J.P.Forgas ve J.M.Innes (Eds.), *Recent Advances in Social Psychology: an international perspective* (pp.189–203). North-Holland: Elsevier.
- Atay, B. (2012). *Happiness in East Europe in comparison with Turkey*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Austin, E.J., Saklofske, D.H., Huang, S.H.S., & McKenney, D. (2004). Measurement of trait emotional intelligence: testing and cross-validating a modified version of Schutte et al.'s (1998) measure. *Personality and Individual Differences*, 36(3): 555-562.
- Basım, H. N. & Çetin, F. (2011). Yetişkinler için psikolojik dayanıklılık ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlilik çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22, 104-114.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Geliştirilmiş 12.Baskı, Ankara: Pegem Akademi.
- Bradburn, N. (1969). *The Structure of Psychological Well-being*. Chicago: Aldine.
- Ciarrochi, J., Chan, A., & Bajgar, J. (2001). Measuring emotional intelligence in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 31(7), 1105-1119.
- Cihangir-Çankaya, Z. (2009). Öğretmen adaylarında temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve iyi olma. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(3), 691-711.
- Cole, M.S., H.S. Feild, H.S., & Harris, S.G. (2004). Student learning motivation and psychological hardiness: Interactive effects on students' reaction to a management class. *Academy of Management Learning and Education*, 3, 64-85.
- Çağlayan Mülazım, Ö. & Eldeleklioğlu, J. (2016). What is the role of self-compassion on subjective happiness and life satisfaction? *Journal of Human Sciences*, 13(3), 3895. doi.org/10.14687/jhs.v13i3.4001
- Demirbaş, N. (2010). *Yaşamda anlam ve yılmazlık*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542- 575.
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Personality Processes and Individual Differences*, 68(4), 653-663.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 25–41.
- Diener, E., & Seligman, M.E.P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81–84.
- Diener, E., Oishi, S., & Ryan, K. (2013). *Universal and cultural differences in the causes and structure of "happiness" – A multilevel review*. In C. Keyes (Ed.), *Mental well-being: International contributions to the study of positive mental healths*. (pp. 153-176) Dordrecht, Netherlands: Springer.

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

Duman, S. (2014). *Öğretmen adaylarında özgünlük ve öz-duyarlılığın mutluluk ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Eldeleklioğlu, J. (2015). Predictive effects of subjective happiness, forgiveness, and rumination on life satisfaction. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 43(9), 1563–1574. doi.org/10.2224/sbp.2015.43.9.1563

Ergin, D.Y., İşmen, E., & Özabacı, N. (1999). EQ of gifted youths: A comparative study. 13. *Biennial World Conference*, World Council For Gifted and Talented Children, İstanbul.

Eryılmaz, A., & Aypay, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile kimlik statüsü ilişkisinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 167-179.

Eryılmaz, A. (2013). Pozitif psikolojinin psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanında gelişimsel ve önleyici hizmetler bağlamında kullanılması. *The Journal of Happiness Well-Being*, 1(1):1-22.

Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J.H., & Hjemdal, O., (2005). Resilience in relation to personality and intelligence, *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29-42.

Funk, S., & Houston, B. K. (1987). A critical analysis of the hardiness scale's validity and utility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 572-578.

Furnham, A. ve Petrides, K. V. (2003). Trait Emotional Intelligence and Happiness. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 31(8), 815-823.

Gizir, C. A. (2007). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerinde bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28), 113-128.

Goleman, D. (2000). *Duygusal Zeka*. (17. Basım), İstanbul: Varlık Yayınları.

Gülcan, A. (2014). *Genç yetişkinlerde iyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumu üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Gürgen, U. (2006). *Grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin yılmazlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Hampton, N.Z. & Marshall, A.(2000). Culture, gender, self efficacy and life satisfaction: A comparison between Americans and Chinese people with spinal cord injures. *Journal of Rehabilitation*, 63(3), 21-29.

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

Kara, M. M. (2010). *İş tatmini ile mutluluk ve başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26(3), 129-142.

Kararımak, Ö., & Siviş-Çetinkaya, R. S. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(35), 30-41.

Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.

Kaya, Ö. S., & Demir, E. (2017). Kendini toparlama gücü ve stresle başa çıkma stratejilerinin mutluluk düzeyini yordama gücü. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 18-33.

Kermen, U., İlçin-Tosun, N., & Doğan, U. (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 20-29.

Linley, A., Joseph, S., Harrington, S., & Wood, A. M. (2006). Positive psychology: Past, present, and (possible) future. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 3-16.

Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803–855. doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.803

Mahon, N. E., Yarcheski, A., & Yarcheski, T. J. (2005). Happiness as related to gender and health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175-190.

Malkoç, A. & Yalçın, İ. (2015). Üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık, sosyal destek, başa çıkma ve iyi-oluş arasındaki ilişkiler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(43), 35-53.

Mayer, D.J., & Geher, G. (1996). Emotional intelligence and the identification of Emotion. *Intelligence*, 22, 89-113.

Nolen-Hoeksema S., & Rusting C.L. (2003). *Gender differences in well-being*. In: Well-Being: The Foundations of Hedonic Psychology (eds Kahneman, D., Diener, E. & Schwarz, N.), pp. 330–350. Russell Sage Foundation, New York, NY.

Öğülmüş, S. (2001). Bir kişilik özelliği olarak yılmazlık. *I. Ulusal Çocuk ve Suç: Nedenler ve Önleme Çalışmaları Sempozyumu*, 29-30 Mart, Ankara.

Önder, A. ve Gülay, H. (2008). İlköğretim 8.sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 192-197.

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.

Schiffirin, H. H., & Nelson, S. K. (2010). Stressed and happy? Investigating the relationship between happiness and perceived stress. *Journal of Happiness Studies*, 11, 33-39. doi:10.1007/s10902-008-9104-7

Schutte, N. S., Malouff, J.M., Hall, L.E., Haggerty, D.J., Cooper, J.T., Golden C.J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177.

Seligman, M.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. doi:10.1037/0003-066X.55.1.5

Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: Using the New Positive Psychology to Realize your Potential for Lasting Fulfillment*. New York, NY: Free Press.

Şaşmaz, Ş.C. (2016). *Çocuğu olan evli ve evli olmayan bireylerin psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Tatar, A., Tok, S., & Saltukoğlu, G. (2011). Gözden geçirilmiş Schutte Duygusal Zeka Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi, *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 21(4), 325-338.

Telef, B.B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe University Journal of Education*, 28(3), 374-384.

Terzi, Ş. (2006) Kendini Toparlama Gücü Ölçeğinin Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 26, 77-86.

Toprak, H. (2014). *Ergenlerde mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak psikolojik sağlık ve psikolojik ihtiyaç doyumu*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Adapazarı.

Ungar, M. 2013. Resilience, trauma, context, and culture. *Trauma, Violence, and Abuse*, 14, 255-266.

Yalçın, İ. (2014). İyi oluş ve sosyal destek arasındaki ilişkiler: Türkiye’de yapılmış çalışmaların meta analizi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 25, 1-12.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Man's search for happiness has been going on for centuries. Although this search was previously a subject of philosophy, it has become intensely studied in the field of psychology with the positive psychology approach. The positive psychology approach focuses on the strengths of individuals and gives importance to their positive experiences, identifying and improving their positive characteristics and maintaining a healthy mood. Positive psychology aims to strengthen the positive aspects of individuals rather than psychology's perception of coping with difficulties in life (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

Concepts such as subjective well-being, psychological well-being, psychological resilience, self-compassion, optimism, and life satisfaction are among the fields of study of positive psychology. Among these concepts, subjective well-being is expressed as happiness in the most general usage and includes the cognitive and emotional evaluations of a person like relaxation and the relative absence of problems (Diener, 1984; Bradburn, 1969). These evaluations involve the individual's cognitive judgments regarding life satisfaction, emotional responses to life events, interests and participation, and satisfaction with particular areas such as work, relationships, health, entertainment, meaning and purpose (Diener & Diener, 1995; Diener, Oishi, & Ryan, 2013). Positive psychology defines happiness as a new field that focuses on subjective well-being because being happy can help individuals to achieve their goals and develop.

When the studies on happiness are analyzed, it is shown that happy people are healthier, generally get more satisfaction from life, have high creativity, and they are more successful in interpersonal and emotional relationships (Diener & Seligman, 2002; Lyubomirsky, King, & Diener, 2005). According to some studies, it was found that there are positive significant relationships between well-being and psychological resilience, social support and coping (Malkoç & Yalçın, 2015; Yalçın, 2014), self-compassion, life satisfaction (Çağlayan Mülazım & Eldeleklioğlu, 2016) and forgiveness (Eldeleklioğlu, 2016). In addition to these, self-judgment, isolation and excessive identification (Çağlayan Mülazım & Eldeleklioğlu, 2016), social anxiety (Kermen, İlçin Tosun, & Doğan, 2016) ruminative thinking style (Eldeleklioğlu, 2015) were negatively correlated with happiness and self-compassion. Some studies evaluating happiness in terms of gender concluded that there was no difference (Cihangir-Çankaya, 2009; Kara, 2010; Eryılmaz & Aypay, 2011; Toprak, 2014; Duman, 2014).

An important concept in positive psychology is the concept of resilience. Resilience is used in Turkish as “psikolojik dayanıklılık” (Basım & Çetin, 2011) “yılmazlık” (Demirbaş, 2010; Gürkan, 2006; Öğülmüş, 2001), “psikolojik sağlık” (Doğan, 2015; Gizir, 2004; Kararımak, 2006).), and “kendini toparlama gücü” (Terzi, 2006). In this research, “psikolojik dayanıklılık” (psychological

resilience) is used as resilience. Psychological resilience is defined as the capacity to adapt positively despite difficulties (Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000; Masten, Best, & Garmezy, 1990; Ungar, 2013), the ability of the individual to recover from difficult life experiences (Garmezy, 1991) or the ability to overcome change or disaster successfully (Wagnild & Young, 1993).

Another variable considered in the research is emotional intelligence. Emotional intelligence is defined as being able to activate itself, to understand one's own emotions, to organize one's emotions in a way that enriches life, to be able to continue on the road despite negativities, to keep their impulses under control, to keep their mental state balanced and to put themselves in the shoes of others, and to nurture hope despite difficulties (Goleman, 2003). In the study of Furnham and Petrides (2003), which aimed to determine emotional intelligence and happiness levels and personal and cognitive abilities in individuals, it was found that there was a negative relationship between neurotic characteristics and happiness level in individuals, and there was a significant relationship between extroversion and happiness level, and emotional intelligence and happiness.

When studies on happiness were examined, there was no study focusing on psychological resilience and emotional intelligence variables together providing happiness in teacher candidates. Therefore, it is thought that the study will contribute to the field. This study aimed to reveal the predictive power of psychological resilience and emotional intelligence levels of teacher candidates for their happiness level. For this purpose, answers to the following questions are sought.

1. Do teacher candidates' happiness levels show a significant difference according to gender?
2. Is there a significant relationship between teacher candidates' happiness levels and their psychological resilience and emotional intelligence levels?
3. Do teacher candidates' emotional intelligence and psychological resilience levels predict their happiness?

Method:

This study is a descriptive research model to determine the variables that affect the happiness levels of students who continue their education in Uludağ University Faculty of Education and to examine the relationships between happiness and gender, emotional intelligence and psychological resilience. The study consists of 238 students between the ages of 19-22 studying in different departments of Uludağ University Faculty of Education. Among the students participating in the study, 184 (77.6%) are girls and 53 (22.4%) are boys. The average age of the students is 20.78.

Findings and Discussion:

In this study, it was aimed to evaluate happiness in teacher candidates in terms of gender, psychological resilience and emotional intelligence. As a result of the analyzes made for this purpose, it was concluded that the happiness levels of the students did not differ in terms of gender. Considering the literature, Eryılmaz and Aypay (2011), Hampton and Marshall (2000), Mahon, Yarcheski and Yarcheski (2005), Saygın (2008), Cihangir-Çankaya (2009), they also stated that the gender variable did not affect the level of happiness. According to the results obtained in the study, there is a significant difference between men and women in terms of the future perception of the psychological resilience scale, the sub-dimensions of social resources, and the emotion use subscales of the emotional intelligence scale. Similarly, some researchers have stated that gender causes a significant difference in psychological resilience (Cole, Feild, & Harris, 2004; Önder & Gülay, 2008). When studies on emotional intelligence are examined, it is shown that women score higher than men in different sub-dimensions of total emotional intelligence or emotional intelligence (Ciarrochi et al., 2001; Mayer, Geher, 1996; Ergin, İşmen, & Özabacı, 1999).

When the results of the study were examined in terms of psychological resilience and emotional intelligence, it was seen that psychological resilience, self-perception and social resources sub-dimensions, and emotional intelligence were predictors of happiness. When we look at the literature, there are studies support these findings. Individuals with high emotional intelligence consider difficult situations they face as less stressful. Thus, they can feel higher satisfaction with life and happiness (Schiffrin & Nelson, 2010). Terzi (2005) revealed that psychological resilience has an effect on happiness through cognitive assessment and coping as a result of her research that she created a psychological resilience model for subjective well-being. Similarly, other researchers have shown that resilience is a predictor of happiness (Toprak, 2014; Açıkgöz, 2016; Altuntaş & Genç).