

YAŞAM MEMNUNİYETİ VE AKADEMİK BAŞARIDA İYİMSERLİK ETKİSİ*

Burcu KÜMBÜL GÜLER**

Hamdi EMEÇ***

ÖZET

Psikolojinin güncel akımını oluşturan pozitif psikoloji alanında olan bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin iyimserlik yönelimlerinin yaşam memnuniyeti düzeyleri ve akademik başarılarını belirleme etkisi araştırılmaktadır. Örneklemi oluşturan 443 (210 erkek, 230 kız) dördüncü sınıf üniversite öğrencisine; iyimserlik yönelimi, yaşam memnuniyeti, akademik başarı (Genel Not Ortalaması), aylık hanehalkı geliri, aylık kişisel harcama miktarı, bölümden duyulan memnuniyet, geleceğe yönelik işsizlik beklentisi, ikamet durumu, kız/erkek arkadaşın olması, dini inanç ve diğer genel demografik bilgilerin elde edilebileceği bir anket uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlarda, iyimserlik yönelimi ile yaşam memnuniyeti arasında yüksek korelasyon gözlenmiş ancak iyimserlik yönelimi akademik başarı ile ilişkili görülmemiştir. Yapılan En Küçük Kareler Yöntemi (EKKY) Regresyon analizi sonuçlarına göre, kız öğrenciler, yaşamlarından daha çok memnun olanlar, kız/erkek arkadaşı olmayanlar, anne ve babası birlikte yaşayanlar, dini inanç düzeyi yüksek olanlar, bölümlerinin üniversite giriş sınavındaki tercih sırası daha yukarıda olanlar ve aylık harcama miktarı düşük olanların akademik başarıları diğerlerine göre daha yüksek gözlenmiştir. Bağımlı değişkenin yaşam memnuniyeti olduğu regresyon sonuçlarına göre ise; kız öğrencilerin, iyimser olanların, dini inancı yüksek olanların, yaşamının büyük kısmını kentte geçirmiş olanların, gelecekte işsiz kalma endişesi olmayan ve iyi bir kariyer beklentisi olanların, aylık harcama miktarı daha fazla olanların diğerlerine göre yaşam memnuniyetleri daha yüksek şekilde gerçekleşmiştir.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Memnuniyeti, Akademik Başarı, İyimserlik.

1. Giriş

Birçok insan için yaşamdaki en önemli amaç mutluluk arayışıdır (Gilman vd., 2000: 135) ve bu nedenle, uğraşısı insan olan psikolojinin mutluluk arayışına bilimsel katkıda bulunması beklenmektedir. Mutluluk arayışı

* Bu çalışmanın genişletilmiş İngilizce özeti 4-7 Nisan 2006 tarihlerinde North-West University tarafından düzenlenen South African Positive Psychology Conference'ta poster bildirisi olarak sunulmuştur.

** Arş. Gör., Dokuz Eylül Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri Bölümü (burcu.kumbul@deu.edu.tr)

*** Yrd.Doç.Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri Bölümü (hamdi.emec@deu.edu.tr)

bağlamında, 1980'li yıllardan bu yana psikolojide Öznel İyi Hissizlik Durumu (ÖİD) açısından yaşam doyumuna geniş yer verilmektedir (Oishi ve Diener, 2001: 642).

İyimserlik yönelimi ve ÖİD'nin birlikte incelendiği çalışmalarda, iyimserlerin stres altında daha az iyimser olanlara göre ÖİD'lerinin daha yüksek düzeyde olduğu gözlenmektedir (Scheier ve Carver, 1993: 27). Dolayısıyla, iyimserlerin aslında yaşamdan elde ettikleri memnuniyetin daha fazla mı olduğu sorusu akla gelmektedir. Bu sorunun uyandırdığı merak doğrultusunda gelişen bu çalışmanın asıl amacı, iyimserlik eğiliminin yaşam memnuniyeti ve akademik başarıya olan etkisinin incelenmesini içeren görgül bir araştırma yapmaktır.

Bu çalışma pozitif psikolojinin¹ çalışma alanlarından yaşam memnuniyeti ve iyimserlik ilişkisine dikkat çekerek, iyimser bakış açısının üniversite öğrencilerinin hem yaşam memnuniyetine hem de akademik başarısına olan etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma konusu olarak özellikle yaşam memnuniyeti üzerinde durulması, bu olgunun ÖİD'nin önemli bir bileşeni olması nedeniyledir. Örneklem olarak üniversite öğrencilerinin seçilmiş olması üniversiteye giren öğrenci sayısının giderek artış göstermesiyle ilişkilendirilebilir. Sayısal artış ile birlikte üniversite gençliğinin başarı durumu ve yaşam memnuniyetini belirleyen etkenlerin araştırılması günümüzde giderek önem kazanmaktadır. Geleceğin güvencesi olarak yetişmekte olan üniversite öğrencilerinin yaşamlarından memnun olmalarını sağlama önemli bir hedef olarak karşımıza çıkmaktadır. Çalışmada yaşam memnuniyeti ile akademik başarının gerek iyimserlik gerekse de demografik açıdan belirleyicilerini ortaya koymakla bu konuda önemli bir adım atılmış olmaktadır.

İyimserlik yöneliminin yanısıra birtakım demografik faktörlerin üniversite öğrencilerinin yaşam memnuniyeti ve akademik başarıları üzerinde etkili olacağı düşünülmektedir. Bu nedenle cinsiyet, ailedeki çocuk sayısı, aylık hanehalkı geliri, aylık harcama miktarı, kız/erkek arkadaşın olup olmaması, kır/kent yaşamı, bölümden duyulan memnuniyet, geleceğe yönelik işsizlik endişesi, gelecekte iyi bir işe sahip olma beklentisi ve dini inanç gibi demografik değişkenlerin yaşam memnuniyeti ve akademik başarı üzerindeki etkileri incelenmektedir.

¹ Pozitif psikoloji, ilk olarak 1960'larda hümanistik psikoloji bağlamında Abraham Maslow ve Carl Rogers tarafından öne sürülmüş ancak Martin E. P. Seligman tarafından, insanlarda neyin yanlış olduğuna değil neyin doğru olduğuna vurgu yapan yeni psikoloji akımı olarak tanıtılmıştır. Pozitif psikolojinin amacı psikolojinin olumsuz olayları onarmak bakış açısını içeren meşguliyetini bireylerde olumlu özellikler inşa etmeye doğru değiştirmesine önyak olmaktadır.

2. İyimserlik

İyimserlik motivasyon ve başatme davranışını etkileyerek iyilik halinin oluşmasına aracılık eden önemli bir mizaç özelliği olarak karşımıza çıkmaktadır (Harju ve Bolen, 1998: 188). Scheier ve Carver (1985: 26)'e göre iyimserlik ve kötümserlik sırasıyla genellenmiş olumlu ve olumsuz sonuç beklentileridir. Yaşama yönelik olumlu bakış açısıyla iyimserler, durum ve olayların daha uygun ve olumlu yönlerine odaklanırken gelecek ile ilgili olarak en iyi gelişmelerin elde edilebileceğine dair olumlu bir beklenti içindedirler. Bu durum, neden atfetme yaklaşımı açısından, iyimserlerin olumlu geçmiş yaşantılarına odaklanarak geleceğe dair olumlu beklenti içine girebilme yeteneklerinin olduğu şeklinde ifade edilmektedir (Seligman, 1990: 4-5).

Yaşama bakış açısı boyutunun olumsuz ucunu temsil eden ve iyimserliğin karşıtı olan kötümserlik Seligman (1990: 54-56) tarafından, depresyon etkilerini yükselten, bir durumu başlatmak adına faaliyette bulunmaktan çok hareketsiz kalmaya neden olan, bireyin kendisini kötü (üzgün, endişeli, kaygılı, vb.) hissetmesine neden olan, aynı zamanda kötü fiziksel sağlık durumu ile ilişkili olan bir durum olarak görülmektedir. Bu durum, kötümserler için bireysel kısıtlanma değerlerinin daha önplanda tutulmasına, iyimserler için de bireysel gelişimin daha önemli olmasına yol açmaktadır.

3. Yaşam Memnuniyeti

Bir zihin hali olarak yaşam memnuniyeti, bireyin kendi yaşam kalitesini bütünüyle değerlendirmesi sonucunda ulaştığı olumluluk derecesi anlamına gelmektedir. Aynı zamanda yaşam doyumunu olarak da ifade edilebilen memnuniyet ve haz içeren yaşam memnuniyeti, bireyin sürdürmekte olduğu yaşamından ne kadar hoşlandığını ifade etmektedir (Veenhoven, 1996: 17). Anlamlı bir yaşama sahip olma, yaşamdan zevk alma, yaşamdaki uğraşının fazla olması gibi faktörlerin yaşam memnuniyeti ile ilişkili olduğu görülmüştür (Peterson vd., 2005: 31).

Yaşam memnuniyetini, yaşam kalitesinin önemli göstergelerinden biri olan ÖİD'nin istikrarlı bir özelliği olarak kabul edip ÖİD'yi hem yaşam doyumunu hem de mutluluğu içine alan geniş bir kavram olarak değerlendirenler olduğu gibi (Diener, 1984: 542-543; Eid ve Diener, 2004: 245), her iki kavramı mutluluk ile birlikte eş anlamlı kabul edenler de bulunmaktadır (Lu, 2000: 135). Ancak, her ne kadar mutluluk ve ÖİD ile eş anlamlı kullanılsa da yaşam doyumunun bu kavramlara göre farklı yönleri üzerinde de durulmaktadır. Mutluluk daha çok nesnel iyilik için kullanılırken, yaşam doyumunda öznel yargı söz konusu olmaktadır. ÖİD'da ise bireyin belirli psikosomatik belirtilere

ilişkin duyguları önplana çıkarırken, yaşam doyumunda yaşam hakkında ayrıntılı ve topyekün bir değerlendirme yapılmaktadır (Veenhoven, 1996: 17).

Yaşam memnuniyetini belirleyicileri arasında yaş, stres düzeyi, fiziksel sağlık durumu, yaşam şekli ve kişilik özellikleri gibi birçok değişken rol oynamaktadır (Chow, 2005: 140). Ayrıca, yaşam memnuniyetine sosyal etkileşim, cinsel faaliyet, başarı, fiziksel faaliyet, doğa ile meşguliyet, okuma ya da müzik dinleme, beslenme ve içecek tüketimi gibi faktörlerin olumlu etkisinin bulunduğu da ifade edilmektedir (Dockery, 2003: 4).

4. İyimserlik, Yaşam Doyumu ve Akademik Başarı İlişkisi

Kişilik özelliklerinin etkisi altında yaşam doyumunu incelendiğinde, ÖİD açısından daha iyi durumda olan bireylerin başarılarına gelen olaylar hakkındaki yorumlarını daha olumlu bakış açısıyla değerlendirmeleri söz konusudur. Bu tür bireylerin iyimser yükleme şekli kullanarak sonuçta yine mutluluklarına katkıda bulunacak şekilde davrandıkları görülmektedir. Bu durum, yaşam doyumunu yüksek olan bireylerin daha iyimser olduklarına dair bir açıklama getirmektedir (Ryan ve Deci, 2001: 149).

Yaşama yönelik iyimser bakış açısının psikolojik iyilik durumuna yaptığı olumlu etki gibi, bireylerin başarısını da olumlu etkilediği birçok çalışmanın ortak bulgusudur (Aydın ve Tezer, 1991: 6; Haugen vd., 2004: 50). Ancak korelasyon düzeyinde yapılan analizler ile iyimserliğin mi başarıyı yoksa başarının mı iyimserliği olumlu etkilediği tam olarak tespit edilememektedir. Genel kanı, bireyin yeteneği doğrultusunda başarıyı yakalamasının iyimserliğe yol açtığını gösteriyorsa da, Seligman (1990: 8) bunun tam tersinin de doğru olabileceğini belirtmektedir. Çalışmasında, beceri düzeylerini sabit tuttuğu deneklerin, iyimser olanların potansiyellerinin üzerinde, kötümser olanların da potansiyellerin altında bir başarı grafiği çizdiklerini görmüştür. Bu durum, iyimserliğin başarının belirlenmesinde etkili bir faktör olduğunu göstermektedir.

Yaşam memnuniyetinden ayrı olarak iyimserlik de akademik başarıda etkin bir role sahip olabilecektir. Çünkü bireyin yapmakta olduğu işi başaracağına dair inancının yetenek ve performans arasında bir köprü görevi gördüğü bilinmektedir. Bir diğer ifadeyle, üniversite öğrencisinin derslerinde başarılı olacağına dair olumlu bir beklenti içinde olup iyimser bir yaklaşım benimsemesinin üniversitede başarılı olmaya yönelik yüksek çaba düzeyi ve başarıyı getirmesi beklenmektedir. Aksi durumda, öğrencinin kötümser yaklaşım içinde olması düşük çaba düzeyi ve sonuçta başarısızlığa sonuçlanabilecektir (Nonis ve Wright, 2003: 331-332). Bu durum Chang (1998: 959)'in çalışmasında da beklenti dahilinde gözlenmiş, ümit düzeyi yüksek olan

öğrencilerin problem çözme ve akademik uğraşta daha yetkin, yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

5. Yöntem

5.1. Örneklem

Çalışmanın örneklemini Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi'nde öğrenim gören 210'u erkek, 230'u kız olan toplam 443 (3 öğrenci cinsiyet sorusunu cevapsız bırakmıştır) dördüncü sınıf üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Örneklem yaş aralığı 20 – 28 olup yaş ortalaması 21,90'dır (SS=0,95). Fakültede bulunan toplam 6 bölümün (İşletme, İktisat, Kamu Yönetimi, Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri, Maliye ve Ekonometri) tümünden öğrenciye ulaşılmış ve toplam 1930 dördüncü sınıf öğrencisinden 443 öğrenci çalışmaya dahil olmuştur. Çalışmada örneklem olarak seçilen üniversitede öğrenimlerini sürdürmekte olan öğrencilerin heterojen yapısı hem akademik başarıda hem de yaşam memnuniyetinde rol oynayan demografik faktörlerin ve iyimserlik yöneliminin etkilerinin incelenmesinde uygun bir örneklem yapısı sunmaktadır.

5.2. Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin yaşam memnuniyetini ölçmek için Yaşam Memnuniyeti Ölçeği (YMÖ)- Satisfaction With Life Scale (SWLS) kullanılmıştır. 5 maddeden oluşan 7'li Likert ölçeğinde denekler her bir ifadeye ne kadar katıldıklarını belirtmektedirler. Yaşam Memnuniyeti Ölçeği ÖİD'nin yargısal bölümünün ölçümü için oluşturulmuş ve insanların genel olarak yaşamlarından ne kadar memnun olduğunu değerlendirmektedir. Ölçek, finansal durum, sağlık veya başarı gibi belli yaşam alanları için memnuniyet ölçmemekte ancak tüm bu alanları genel olarak düşünüp, yaşam alanlarını kendi istedikleri şekilde ağırlıklandırıp cevap vermelerini sağlamaktadır. Bu yönüyle üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmalarda uygun görülen ölçeğin geçerliliği birçok araştırma tarafından kanıtlanmıştır (Chow, 2005: 141; Pavot ve Diener, 1993: 170). YMÖ ölçeğinin güvenilirliği bu çalışmada da yüksek bir oranda gözlenmiştir (Cronbach alpha = 0,85)

İyimserlik eğilimini ölçmek için Yaşam Yönelimi Testi (YYT) - Life Orientation Test (LOT) kullanılmıştır. YYT bireyin iyimser mi yoksa kötümser mi olduğuna dair tek boyutlu bir açıklama getirmesi üzerine tasarlanmış, iyimserlik durumunu ölçmek için geniş çapta kullanılmakta olan bir ölçektir (Gregory, 2002: 41-44). YYT 4'ü olumlu, 4'ü olumsuz ifade ve 4'ü de dolgu maddesi olan toplam 12 maddeden oluşmaktadır. 0-Kesinlikle katılmıyorum'dan 4-Tamamen katılıyorum'a kadar 5'li Likert ölçeği üzerinde denekler her bir ifadeye katılım derecelerini belirtmektedirler. Scheier ve Carver

(1985) ölçeğin güvenilirliğini 0,76 Cronbach alpha olarak bulmuşlardır. Bu çalışmada YYT'nin Aydın ve Tezer (1991) tarafından geçerlilik çalışması yapılan Türkçe çevirisi kullanılmıştır. Bu çalışmanın sonuçları Türkçe YYT'nin Türk öğrencilerinin iyimserlik eğilimini ölçen geçerli bir güvenilir bir ölçek olduğunu göstermiştir (Cronbach alpha = 0,74). Nitekim, YYT'nin kültürler arası çalışmalarda kullanılması uygun bir ölçek olduğu ifade edilmektedir (Schutte vd., 1996: 10). Bu çalışmada da, ölçeğin güvenilirliği 0,74 Cronbach alpha olarak gözlenmiştir.

Akademik başarıyı belirlemek amacıyla örnekleme oluşturan son sınıf öğrencilerinden 100 tam puan üzerinden not ortalamalarını belirtmeleri istenmiştir. “Bulduğunuz bölümden memnuniyet düzeyinize 100 üzerinden kaç puan verirsiniz?” sorusu sorularak da, öğrencilerin okumakta oldukları bölümlerinden memnuniyet düzeyleri belirlenmeye çalışılmıştır.

Demografik değişkenlerden başka, örneklem grubunda bulunan kişilerin dini inançlarına ilişkin sorulan soru şu şekilde yöneltilmiştir: “*Dini inancınız varsa, aşağıdaki soruyu cevaplandırınız: “1- Dine inanıyorum ama gereklerini yerine getirmiyorum, 2- İnandığım dinin gereklerini kısmen yerine getiriyorum, 3- İnandığım dinin çoğu gereklerini yerine getiriyorum ve 4- İnandığım dinin tüm gereklerini yerine getiriyorum”.*

5.3. İşlem

Mezuniyet öncesi, geleceğe dair plan ve düşüncelerinde daha bilinçli bir yaklaşıma sahip olabileceklerinden dolayı özellikle üniversite son sınıf öğrencilerine anketin uygulanmasının daha uygun olacağı düşünülmüştür. Öğrencilerin ders programları takip edilerek ders öncesi, dersin yöneticisinden izin alınarak 2 sayfadan oluşan anketler öğrencilere dağıtılmıştır. Öğrencilere anket çalışmasının genel olarak amacı anlatılarak çalışmaya katılmanın gönüllülük esasına bağlı olduğu belirtilmiştir. Sonrasında, ankette yer alan ölçekler ve demografik soruların cevaplanmasına ilişkin bilgiler verilmiş ve öğrenciler boş soru bırakılmaması konusunda uyarılmıştır. Anketler ortalama 10-15 dakikalık bir cevaplama süresi sonrasında toplanmıştır. Anketlerin toplanması sonrasında, çalışmanın açık bir şekilde neyi araştırmaya yönelik olduğuna dair bir bilgilendirmede de bulunulmuştur.

6. Bulgular

Örnekleme oluşturan öğrencilerin kendi ifadelerine dayanarak 100 üzerinden Genel Not Ortalamaları (GNO) ve bölüm memnuniyet düzeyleri elde edilmiştir. Tablo 1’de bu tanımlayıcı istatistiklere ek olarak yine sayısal değerlere sahip olan aylık hanehalkı geliri, aylık harcama miktarı, okunulan bölümün tercihler içindeki sırasına yer verilmiştir. Ayrıca, ölçeklerden elde

Yaşam Memnuniyeti

edilen puanlar olarak iyimserlik düzeyini belirleyen YYT ve yaşam memnuniyetine ilişkin YMÖ ile ilgili tanımlayıcı istatistikler de aynı tabloda bulunmaktadır.

Tablo 1’de verilen ölçeklerden elde edilen veriler ve ankette kullanılan diğer sayısal değişkenlere ilişkin korelasyon analizi yapılmıştır. Bu analizin sonuçları aşağıda Tablo 2’de verilmiştir. Tablodan da görüleceği üzere, iyimserlik ile yaşam memnuniyeti arasında yüksek düzeyde ($r=0,422$, $p<0,01$), yaşam memnuniyeti ve GNO arasında anlamlı ($r=0,138$, $p<0,01$) bir ilişki bulunmaktadır. Ancak iyimserlik ile GNO arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Devam edilen bölümden duyulan memnuniyet ve iyimserlik ($r=0,202$, $p<0,01$) ile yaşam memnuniyeti ve GNO arasında ($r=0,138$, $p<0,01$) anlamlı bir ilişki olduğu dikkat çekmiştir. Aynı zamanda, bölümden duyulan memnuniyet artış gösterdikçe öğrencilerin GNO’su da yükselmektedir ($r=0,152$, $p<0,01$). Aylık hanehalkı geliri ile yaşam memnuniyeti arasında ($r=0,209$, $p<0,01$) olumlu ilişki olduğu gözlenirken, hem aylık hanehalkı gelirindeki artış ($r=-0,105$, $p<0,05$) hem de öğrencilerin aylık harcama miktarlarındaki artış ($r=-0,204$, $p<0,01$) GNO’larda düşüşe yol açmaktadır. Bölümün üniversite giriş sınavındaki tercih sırası düştükçe, yani okunulan bölüm daha üst sıralarda tercih edilmiş bir bölüm ise, öğrencilerin hem GNO’ları ($r=-0,143$, $p<0,01$) hem de bölümden duydukları memnuniyet ($r=0,134$, $p<0,01$) artış göstermektedir.

Ankette yer alan demografik sorulara verilen cevapları Tablo 3’te görmek mümkündür. Demografik değişkenlerin verildiği bu tabloda ailevi durum değişkeni 2 grup olarak ele alınmıştır: “1- Annem babam evli ve birlikte yaşıyor” ve “2- Diğer seçenekler”. Dini inanca ilişkin verilen cevaplarda, “inandığı dinin çoğu ve tüm gereklerini yerine getirenler” tek bir kategori altında toplanmıştır. “Dine inanmayanlar”, “dinin gereklerini yerine getirmeyenler” ve “kısmen yerine getirenler” için ayrı bir kategori oluşturulmuştur. Böylece hem ailevi durum hem de dini inanç iki ayrı kategori olarak tekrar düzenlenmiştir.

Yukarıda verilen demografik değişkenlerin ve yaşam memnuniyetinin akademik başarıyı ne ölçüde belirlediğine ilişkin yapılan En Küçük Kareler Yöntemi (EKKY) regresyon analizinin sonuçları Tablo 4’te görülmektedir. Öğrencilerin not ortalamasının bağımlı değişken olduğu bu modelde tüm katsayıların 0,05 önem düzeyinde anlamlı olduğu görülmektedir. Ayrıca modelde değişen varyans problemi bulunmadığı görülmüştür (Değişen varyansın tespiti için Breusch-Pagan - Cook-Weisberg testi değerlerine bakılmıştır. Test değerlerine göre $\chi^2(1) = 0.25$ Prob > $\chi^2 = 0.6186$ olarak bulunmuştur). Modelde temel sınıflar; kız öğrenciler, kız/erkek arkadaşı yok, anne/baba birlikte yaşamıyor, dini inanç düzeyi yüksek değildir. Bu modele

göre, cinsiyet değişkeni ele alındığında, erkeklerin kız öğrencilere göre not ortalamasının daha düşük olduğu görülmektedir. Yaşam memnuniyeti arttıkça öğrencilerin not ortalamaları artış göstermektedir. Kız/erkek arkadaşı olan öğrencilerin olmayan öğrencilere göre not ortalaması daha düşüktür. Anne ve babası evli ve birlikte yaşayan öğrencilerin, anne babası birlikte yaşamayanlara göre not ortalamalarının daha fazla olduğu görülmektedir. Dini inancı kuvvetli olan öğrencilerin not ortalaması, inancı olmayan ve az olan öğrencilere göre daha yüksek şekilde gözlenmektedir. Üniversite giriş sınavında, tercih ettikleri bölüm daha üst sınıflarda olan öğrencilerin not ortalamalarının, diğer öğrencilere göre daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Öğrencilerin aylık harcamalarına bakıldığında ise, harcama miktarının artması öğrencilerin akademik başarılarında ters bir etki oluşturmaktadır.

Ekte verilen Tablo 5'te, bağımlı değişken olarak modele dahil edilmiş olan yaşam memnuniyetinin belirleyicileri, bunlara ilişkin katsayılar ve önem düzeyleri görülmektedir. Öğrencilerin yaşam memnuniyetinin bağımlı değişken olduğu bu modelde, kız/erkek arkadaşının olması, anne/babanın birlikte yaşaması, ailedeki çocuk sayısı ve aile ile birlikte yaşama değişkenlerinin istatistiki olarak anlamsız olduğu görülmektedir. Ayrıca değişen varyans problemi ile karşılaşıldığından (değişen varyansın tespiti için Breusch-Pagan - Cook-Weisberg testi değerlerine bakılmıştır. Test değerlerine göre $\chi^2(1) = 6,61$ Prob > $\chi^2 = 0,0102$ olarak bulunmuştur) bulunan t istatistiki değerleri, White testi ile yeniden elde edilen standart hatalardan bulunmuştur. Modelde temel sınıflar; kız öğrenciler, kız/erkek arkadaşı yok, anne/baba birlikte yaşamıyor, dini inanç düzeyi yüksek değil, yaşamının büyük çoğunluğunu kırsal bölgede yaşamış, tek çocuk, işsiz kalma endişesi var, iyi bir kariyer beklentisi yok, aile ile birlikte yaşamıyor şeklindedir. Buna göre cinsiyet değişkeni ele alındığında erkeklerin temel sınıf olan kız öğrencilere göre yaşam memnuniyet puanı daha düşük elde edilmiştir ($p < 0,10$). Diğerlerine göre daha iyimser olan öğrencilerin yaşamdan elde ettikleri memnuniyet düzeyi daha yüksektir ($p < 0,01$). Dini inancı yüksek olan öğrencilerin yaşam memnuniyeti, dini inancı az olan ve inanmayan öğrencilere göre daha yüksektir ($p < 0,05$). Yaşamının büyük bölümünü kentte geçiren öğrencilerin yaşam memnuniyeti kırsal bölgede yaşamış olan öğrencilere göre daha fazladır ($p < 0,10$). İşsiz kalma endişesi olmayan öğrencilerin bu endişeyi taşıyan öğrencilere göre yaşamdan elde ettikleri memnuniyet daha fazladır ($p < 0,11$). Benzer şekilde, gelecekte iyi bir kariyer beklentisi içinde olan öğrencilerin de, yaşam memnuniyeti diğer öğrencilere göre daha fazladır ($p < 0,01$). Öğrencilerin aylık harcamalarına bakıldığında ise, harcama miktarının artmış olması yaşamdan memnuniyet puanını arttırmaktadır ($p < 0,05$).

7. Tartışma

İyimserliğin etkisini inceleyen çalışmalar genellikle stresli yaşam olayları yaşayan bireylerdeki iyimserliğin etkisini belirlemeye yöneliktir. Bu tür çalışmalarda tehdit edici olay, durum ve bireyin kontrol olanağının az olduğu ortamların etkisinde kalan bireylerin iyimserlik yaklaşımının önemli bir belirleyici olduğu ifade edilmektedir (Robinson-Whelen vd., 1997: 1348-1349). Ancak, belirli bir tehdit altında olmayan, normal yaşam koşulları içinde hayatlarını devam ettirmekte olanların da iyimserlik yönelimlerinin başarılarına ve yaşam memnuniyetlerine olan etkisine yer vermek gerekmektedir. Dolayısıyla, bu araştırmanın akademik alanda yapılmış olması sözkonusu açığı doldurmaya yönelik iyimserlik çalışmalarına yapılan önemli bir katkı olarak kabul edilebilir. Bir çok öğrenci üniversitede başarılı olmak için çalışmakta ve bu alanda elde ettikleri başarının onlara iyi bir gelecek hazırlayacağı düşüncesine sahiptir. Bu durumda, akademik başarının ve akademik yaşamda bulunan öğrencilerin yaşam memnuniyetlerinin belirleyicilerini anlamak ve bunları tartışmak oldukça önemlidir.

Çalışmada, iyimserlik ve yaşam memnuniyetine ilişkin önemli bir bulgu, iyimser olma ile yaşam memnuniyeti arasında anlamlı düzeyde bir ilişkinin gözlenmiş olmasıdır ($r=0,422$, $p<0,01$). İyimserlik ve yaşam memnuniyeti ilişkisine genel olarak bakıldığında, King ve Broyles (1997: 67), YMÖ ve YYT ölçeklerini kullandıkları iyimserlik yönelimi ve yaşam doyumu arasında yüksek bir korelasyon bulmuştur ($r= 0,63$). Benzer şekilde, Harju ve Bolen (1998: 195) de, yüksek düzeyde iyimser olan öğrencilerin, yüksek yaşam kalitesini onayladıklarını ve sahip oldukları yaşam kalitesinden memnun olduklarını gözlemlemiştir.

EKKY ile regresyon analizi sonuçlarına göre akademik başarının belirleyicilerini kısaca hatırlatmak gerekirse; kız öğrencilerin, yaşamlarından daha çok memnun olanların, kız/erkek arkadaşı olmayanların, anne ve babası birlikte yaşayanların, dini inanç düzeyi yüksek olanların, bölümlerinin üniversite giriş sınavındaki tercih sırası daha yukarıda olanların ve aylık harcama miktarı düşük olanların akademik başarıları diğerlerine göre daha yüksek şekilde gözlenmiştir. Öncelikle, akademik başarıda cinsiyet farkına bakılacak olursa, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre GNO'larının daha yüksek olduğu diğer araştırma bulguları tarafından da onaylanmaktadır (Harju ve Bolen, 1998: 196-197).

İyimserlik ile etkileşimli olarak yaşam memnuniyeti açısından bir değerlendirme yapmak gerekirse, yaşam memnuniyeti düşük düzeyde olanların herhangi bir görevde başarısız olmalarının ardından iyimserlik düzeylerinin ve

çabalarının azalması nedeniyle akademik yaşamlarında daha başarısız olmalarının mümkün olabileceği düşünülebilir (Norvilitis vd., 2002: 403). Yapılan araştırmada da benzer bir durum gözlenmiş, yaşam memnuniyeti düşük olan öğrencilerin GNO'ları daha düşük gerçekleşmiştir.

Kız/erkek arkadaşın olması öğrencinin ilgi alanının akademik faaliyetlerden diğer alanlara yönelmesine sebep olabileceğinden, bu durum GNO'ları düşürücü bir etkide bulunmuştur.

Ailede herhangi bir ayrılık yaşanması durumunun stres ile başa çıkmada zorlanma yaşanmasına neden olduğu bilinmektedir. Bu durumun bireyin yaşam memnuniyetini aksi yönde etkilemesi mümkündür (Cassidy, 2000: 408). Bu nedenle, ailesinde ayrılık yaşamış olan öğrencilerin akademik başarılarının olumsuz etkilenmesi beklenen bir sonuçtur.

Jeynes (2003: 55-56)'in çalışmasında, bireysel bazda dini inancın yüksek olmasının öğrencilerin akademik performanslarını olumlu etkileyen bir faktör olduğu görülmüştür. Benzer şekilde bu çalışmada da, zorluklar karşısında kendini güçlü hissetmeyi sağlayan bir tür ruhani düşünce olan dini inancın, başarıyı yükseltici bir etkisinin olduğu görülmüştür.

McKenzie ve Schweitzer (2001: 29)'in çalışmasında üniversiteye giriş puanının üniversitedeki başarıyı belirleyen önemli bir faktör olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmada üniversiteye giriş puanı sorulmamış ancak üniversite giriş sınavında elde edilen başarının önemli bir belirleyicisi olan okunulan bölümün tercih sırası sorulmuştur. Bu nedenle, tercihleri doğrultusunda öğrenim alan öğrencilerin GNO'larının daha yüksek olması beklenmektedir.

Gelir ile akademik başarı arasındaki ilişki genellikle olumlu yönde olup sosyoekonomik statüsü yüksek olan öğrencilerin daha yüksek not ortalamasına sahip oldukları gözlenmiş olsa da (Chow, 2005: 144), geliri doğrultusunda yüksek oranlarda harcamada bulunan öğrencilerin akademik başarılarının olumsuz etkilendiği görülmektedir. Kız/erkek arkadaşın olması durumunda olduğu gibi, fazla harcama yapmak da akademik faaliyetlerden farklı alanlara yönelmeye neden olup bu alanda elde edilecek başarıları önemli ölçüde azaltmaktadır.

Çalışmada, beklenen ancak akademik başarı üzerinde etkisi görülmeyen faktör "iyimserlik"tir. İyimserlik ile akademik başarı arasındaki ilişki, Aydın ve Tezer (1991)'in çalışmalarında olumlu olarak gözlenmiştir. Benzer şekilde Peterson ve Barrett (1987: 603-605) akademik konu ve olaylar hakkında kötümser bir yönelime sahip olan öğrencilerin, iyimserlere göre

Yaşam Memnuniyeti

akademik başarılarının daha düşük olduğunu belirtmektedir. Ancak bu çalışmada iyimserlik ile akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki gözlenmemiş ve bu sonuç diğer bazı çalışmalarda da gözlenmiştir. Örneğin, Harju ve Bolen (1998: 196) çalışmalarında iyimserlik artışı ile birlikte GNO'larda artış beklmelerine rağmen, GNO'ların iyimserliğin artışı ile birlikte düşüş gösterdiğini ancak bu durumun anlamlı bir önem düzeyine sahip olmadığını belirtmişlerdir. Benzer şekilde, McKenzie ve Schweitzer (2001: 30) de, iyimserliğin yüksek akademik başarının bir belirleyicisi olmadığını, hatta beklenilenin tam tersi şekilde kötümserliğin akademik başarının önemli bir belirleyicisi olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Söz konusu çalışmada olduğu gibi, çalışmamızda olumsuz bir sonuç gözlenmemiş olsa da, iyimserlik ile akademik başarı arasında görülen böylesi bir ilişki durumu şu şekilde açıklanabilir: "İyimserlik doğrudan değil ama yaşam doyumunu olumlu etkileyerek üniversitedeki başarıya dolaylı şekilde olumlu etkide bulunmaktadır".

Bağımlı değişkenin yaşam memnuniyeti olduğu diğer regresyon sonuçlarında, kız öğrencilerin, iyimser olanların, dini inancı yüksek olanların, yaşamının büyük kısmını kentte geçirmiş olanların, gelecekte işsiz kalma endişesi olmayan ve iyi bir kariyer beklentisi olanların, aylık harcama miktarı daha fazla olanların diğerlerine göre yaşam memnuniyetleri daha yüksek şekilde gerçekleşmiştir. Cinsiyet değişkeninin yaşam memnuniyetine etkileri konusunda yapılan çalışmaların fikir birliği içinde olmadığı söylenebilir. Kadın ve erkeklerin yaşamdan elde ettikleri doyum düzeylerinin birbirlerinden pek farklı olmadığını iddia eden çalışmalar olsa da (Francis vd., 1998: 169; Grace vd., 2005: 22) bazı çalışmalar yaşam doyumunu açısından cinsiyetler arası farkın olduğunu ifade etmektedir. Özellikle kadınların erkeklere göre biraz daha avantajlı olup daha fazla yaşam doyumuna sahip oldukları gözlenmektedir (Lu, 2000: 138; Peterson vd., 2005: 34). Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, kız öğrencilerin erkeklere oranla yaşamlarından daha memnun olduğu görülmüştür.

İyimserliğin başarı ihtiyacı ile etkisinin birlikte incelendiği bir çalışmada, her ikisinin de bireyde yüksek oranda gözlenmesinin bireylerin daha yüksek oranda fiziksel sağlık ve psikolojik iyilik haline sahip olmalarına neden olduğu ifade edilmektedir (Cassidy, 2000: 409). Bu durum, iyimserliğin başarılı olmaya karşı duyulan isteği tetikleyerek, hem başarıyı hem de yaşam memnuniyetini artırdığını göstermektedir. Dolayısıyla, iyimserliğin bireyde yüksek oranda gözlenmesinin yaşam memnuniyetini olumlu yönde etkilediğini söylemek mümkündür.

Dini inanç ile yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkinin tartışıldığı araştırmalarda çelişkili bulgular bulunmaktadır. Fry ve Ghosh (1980: 208),

kültürler arası yaptıkları yaşam doyumu çalışmalarında, dinin yaşam doyumu üzerinde olumsuz etkisi olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ancak, tıbbi çalışmalarda bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlıklarının iyileşmesinde ruhani düşüncelerin etkilerini de yadsımamak gerekmektedir. Dini inanç ile ruhaniyet aynı anlama gelmiyor olsa da, dini bazı gerekleri yerine getiriyor olmanın ruhaniyeti artırdığı ifade edilmektedir (Adams vd., 2000: 168). Din ile zihinsel sağlık ve iyilik hali arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma bulguları dini inancı olan bireylerin, inancı olmayanlara göre daha mutlu olduklarını ve yaşam memnuniyetlerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Diener ve Seligman, 2004: 7; Lelkes, 2002: 12; Myers ve Diener, 1995: 15-16. Gözlenen yüksek düzeyde Tanrı'ya inanç, daha yüksek yaşam doyumu ve daha az oranda intihar vakası ile ilişkili görülmektedir (Diener ve Seligman, 2004: 7). Çalışmada, dinin yaşam memnuniyeti üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür. Bu nedenle, bir tür ruhani düşünce olan dinin, bireyi yaşamın her anından zevk almaya yönelten ve yaşamda anlam bulmasını sağlayan bir etkiye sahip olduğu, dolayısıyla da yaşam memnuniyetini artırdığı ifade edilebilir.

Yaşamlarının önemli bölümünü kırsal bölgede geçirmiş olan öğrencilerin kentte geçirmiş olanlara göre yaşam memnuniyetlerini daha düşük olmasını modern yaşam tarzını görüp bu yaşam tarzına ayak uyduramamak ile açıklamak mümkün olabilir. Kırsalda daha çok bulunmuş olan öğrencilerin kendi yaşamlarını kent yaşamı ile kıyaslamaları sonucunda, popüler kültürün etkisinde kalarak, kentsel yaşam tarzına ulaşmak isteme ancak bunu başaramama nedeniyle mutsuz olmaları olasıdır.

Geleceğe dair işsiz kalma endişesi taşımama ve iyi bir kariyer beklentisi içinde olmanın öğrencilerin yaşam memnuniyetini olumlu etkilemesi beklenen bir sonuçtur. Geleceğe yönelik olumlu inanç içeren bu tarz düşüncelerin aynı zamanda iyimserlik yönelimini yansıtıyor olmasından hareketle, yaşam memnuniyetinde olumlu bir role sahip olmaları mümkündür.

Son olarak, aylık harcama miktarı ile finansal durum arasındaki ilişki, maddi durumu iyi olup yüksek harcamalarda bulunan öğrencilerin yaşam memnuniyetlerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir. Finansal duruma ilişkin memnuniyet düzeyinin yaşam doyumunu belirleyen önemli bir faktör olduğuna ilişkin bulguları olan çalışmalara rastlanmaktadır (Sam, 2001: 330). Ancak sosyoekonomik statünün yaşam memnuniyetini artıracığına dair genel kanının aksine, en azından sanayileşmiş toplumlara özgü olarak, içinde bulunulan sosyoekonomik statü ile bireylerin yaşamlarını değerlendirmeleri arasında düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu gözlenmektedir (Ehrhardt vd., 2000: 201). Zengin ulusların sağlık, beslenme, barınma ve güvence gibi temel ihtiyaçları karşılamada daha yetkin olması sözkonusu olsa da, ulusal zenginliğin

yüksek düzeyde yaşam doyumunu garantilemediği ifade edilmektedir (Cummins, 1998: 328). Diener ve Diener (1995) de, 31 gelişmiş ve gelişmekte olan ülke üzerinde yaptıkları çalışmada benzer sonuçlar elde etmiştir. Söz konusu çalışmada, bireylerin temel ihtiyaçlarını satın alabilmenin üzerinde bir gelire sahip olmalarının yaşam memnuniyetini artıracak etkiye sahip olduğu görülmüş, yaşam doyumunu ile elde edilen gelir arasındaki ilişkinin gelişmekte olan ülkelere gelişmiş ülkelere nazaran daha fazla olduğu sonucu elde edilmiştir. Kısacası, maddi imkanların bireyleri mutluluğa götüreceği olan yolları açması mümkün oldukça, yaşam doyumunu ve sosyoekonomik statü arasında düşük düzeyde bir ilişki bulunmaktadır. Bu nedenle, paranın mutluluğu sağlamada sanıldığı kadar önemli bir araç olmadığı ifade edilmektedir (Ryan ve Deci, 2001: 151-152). Ancak bu tür bulgu ve yorumların tersine, bu araştırmada, maddi durumun önemli bir belirleyicisi olan harcama miktarı arttıkça öğrencilerin yaşam memnuniyeti artış göstermiştir. Bu farklı durum, öğrencilerin kendi kazandıkları değil, ailesinin kazandıkları parayı harcamakta olmalarına bağlanabilir. Diğer çalışmalar örneklem olarak sadece üniversite öğrencilerini almamakta tüm yaş gruplarından bireyler üzerinde yapılmakta olduğundan böylesi farklı bir sonuç elde etmek mümkündür. Bir diğer nokta ise, bu çalışmada harcama miktarının artış göstermesinin yaşam doyumunu ile ilişkisi kurulmuştur. Bazen, harcama miktarı ile gelir doğru orantılı bir gelişim göstermeyebilir.

7. Sonuç

Pozitif psikoloji kapsamında yapılan bu çalışma üniversite öğrencilerinin akademik başarısı ve yaşam memnuniyetlerini belirleyen faktörleri ortaya çıkaran ve bunların önem derecelerinin tartışıldığı görgül bir araştırmayı içermektedir. Yukarıda ifade edilen güçlü yönleri haricinde, çalışmanın önemli bir kısıtı, sadece tek bir bölge ve üniversiteden örneklem seçilmesi olmuştur. Çalışmanın önemli bir bulgusu iyimserlik ile yaşam memnuniyetinin birbiri ile ilişkili olmasıdır. Ancak iyimserlik ile akademik başarı arasında herhangi bir ilişki görülmemiştir. Örneklemi oluşturan kız öğrenciler, yaşamlarından daha çok memnun olanlar, kız/erkek arkadaşı olmayanlar, anne ve babası birlikte yaşayanlar, dini inanç düzeyi yüksek olanlar, bölümlerinin üniversite giriş sınavındaki tercih sırası daha yukarıda olanlar ve aylık harcama miktarı düşük olanların akademik başarıları diğerlerine göre daha fazladır. Ayrıca, kız öğrencilerin, iyimser olanların, dini inancı yüksek olanların, yaşamının büyük kısmını kentte geçirmiş olanların, gelecekte işsiz kalma endişesi olmayan ve iyi bir kariyer beklentisi olanların ve aylık harcama miktarı daha fazla olanların diğerlerine göre yaşam memnuniyetleri daha yüksektir.

Çalışmada elde edilen ilginç sonuçların Türkiye’deki tüm bölgelerdeki üniversitelerden alınacak örneklemeler kullanılarak tekrarlanması durumunda, hem bölgesel farklılıkların gözlenmesi hem de sonuçların genellenmesi mümkün olabilecektir. Çünkü ulusal anlamda ÖİD’nin güçlenmesi için bireylerin elde ettikleri yaşam doyumu düzeyine ve yaşam doyumlarını belirleyen faktörlere dikkat çekmek gerekmektedir. Ulusumuzun geleceğini yönlendirecek üniversite gençliğinin iyimser bakış açısına sahip olması ile yaşam doyumlarının artmasının sağlanması, ruhsal ve zihinsel açıdan daha sağlıklı nesillerin ulusal kalkınmaya katkıda bulunması ile mümkün olacaktır.

ABSTRACT

EFFECT OF OPTIMISM ON LIFE SATISFACTION AND ACADEMIC ACHIEVEMENT

The present study, in the field of psychology’s current trend positive psychology, explores the effect of optimism in university students on their life satisfaction and academic achievement. To a sample of 443 Turkish university students, a questionnaire was delivered including the scales of optimism, life satisfaction, academic achievement, monthly household income, monthly personal expenditure level, satisfaction with the department, unemployment concern, career expectation for the future, place of living, religious belief and some other demographical information. As a result, optimism and life satisfaction were found to be significantly positively correlated, however there was no correlation between optimism and academic achievement. According to OLS Regression analysis; females, those who are more satisfied with their lives, who have not girl/boy friend, whose parents live together, whose religious belief is higher, whose departments are higher in the preference rank and whose monthly expenditure level is lower have higher GPAs than their counterparts. In the other OLS regression analysis where the dependent variable is life satisfaction; females, optimists, whose religious belief is higher, who have lived mostly in urban, who have not unemployment concern, who have good career expectations and whose monthly expenditure is higher are more satisfied with their lives than their counterparts.

Key Words: Life Satisfaction, Academic Achievement, Optimism.

KAYNAKÇA

- ADAMS, T. B., BEZNER, J. R., DRABBS, M. E., ZAMBARANO, R. J. ve M. A. STEINHARDT (2000), "Conceptualization and Measurement of the Spiritual and Psychological Dimensions of Wellness in a College Population", *Journal of American College Health*, 48, 165-173.
- AYDIN, G. ve E. TEZER (1991), "İyimserlik, Sağlık Sorunları ve Akademik Başarı İlişkisi", *Türk Psikoloji Dergisi*, 26, 7, 2-9.
- CASSIDY, T. (2000), "Social Background, Achievement Motivation, Optimism and Health: A Longitudinal Study", *Counselling Psychology Quarterly*, 13(4), 399-412.
- CHANG, E. C. (1998), "Hope, Problem-Solving Ability, and Coping in a College Student Population: Some Implications for Theory and Practice", *Journal of Clinical Psychology*, 54, 953-962.
- CHOW, H. P. H. (2005), "Life Satisfaction among University Students in a Canadian Prairie City: A Multivariate Analysis", *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- CUMMINS, R. A. (1998), "The Second Approximation to an International Standard for Life Satisfaction", *Social Indicators Research*, 43, 307-334.
- DIENER, E. ve M. DIENER (1995), "Cross-cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-esteem", *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663.
- DIENER, E. ve M. E. P. SELIGMAN (2004), "Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being", *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1, 1-31.
- DIENER, E. (1984), "Subjective Well-being", *Psychological Review*, 95, 542-575.
- DOCKERY, A. M. (2003), "Happiness, Life Satisfaction and the Role of Work: Evidence from Two Australian Surveys", *Paper Presented at 10th National Conference on Unemployment*, 10 - 12 December 2003, Newcastle, UK. <http://www.melbourneinstitute.com/hilda/Biblio/wp/Dockery11.pdf> (22.09.2005).
- EHRHARDT, J. J., SARIS, W. E. ve R. VEENHOVEN (2000), "Stability of Life Satisfaction Over Time: Analysis of Change in Ranks in a National Population", *Journal of Happiness Studies*, 1, 177-205.

- EID, M. ve E. DIENER (2004), “Global Judgements of Subjective Well-Being: Situational Variability and Long-Term Stability”, *Social Indicators Research*, 65, 245-277.
- FRANCIS, L. J., BROWN, L. B., LESTER, D., ve R. PHILIPCHALK, (1998), “Happiness as Stable Extraversion: A Cross-cultural Examination of the Reliability and Validity of the Oxford Happiness Inventory Among Students in the UK, USA, Australia and Canada”, *Personality and Individual Differences*, 24, 167–171.
- FRY, P. S. ve R. GHOSH (1980), “Attributional Differences in the Life Satisfaction of the Elderly: A Cross-Cultural Comparison of Asian and United States Subjects”, *International Journal of Psychology*, 15, 201-212.
- GILMAN, R., HUEBNER, E. S. ve J. E. LAUGHLIN (2000), “A First Study of the Multidimensional Students’ Life Satisfaction Scale with Adolescents”, *Social Indicators Research*, 52, 135-160.
- GRACE, C., MILLER, P. W. ve M. J. TCHA (2005), “Happiness in University Education”, *International Review of Economics Education*, 4(1), 20-45.
- GREGORY, E. M. (2002), *Psychological Engagement in Daily Life*, Unpublished PhD Dissertation. University of Wisconsin-Madison.
- HARJU, B. L. ve BOLEN, L. M. (1998), “The Effects of Optimism on Coping and Perceived Quality of Life of College Students”, *Journal of Social Behavior and Personality*, 13(2), 185-200.
- HAUGEN, R., OMMUNDSEN, Y. ve LUND, T. (2004), “The Concept of Expectancy: A Central Factor in Various Personality Dispositions”, *Educational Psychology*, 24(1), 43-55.
- JEYNES, W. H. (2003), “The Effects of Religious Commitment on the Academic Achievement of Urban and Other Children”, *Education and Urban Society*, 36(1), 44-62.
- KING, L. A. ve S. J. BROYLES (1997), “Wishes, Gender, Personality and Well-Being”, *Journal of Personality*, 65, 49-76.
- LELKES, O. (2002), “Tasting Freedom: Happiness, Religion and Economic Transition”, *London School of Economics, Centre for Analysis of Social Exclusion, CASE Paper 59*.

- LU, L. (2000), "Gender and Conjugal Differences in Happiness", *Journal of Social Psychology*, 140(1), 132-141.
- MCKENZIE, K. ve R. SCHWEITZER (2001), "Who Succeeds at University? Factors Predicting Academic Performance in First Year Australian University Students", *Higher Education Research ve Development*, 20(1), 21-33.
- MYERS, D.G. ve E. DIENER (1995), "Who is Happy", *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- NONIS, S. A. ve D. WRIGHT (2003), "Moderating Effects of Achievement Striving and Situational Optimism on the Relationship between Ability and Performance Outcomes of College Students", *Research in Higher Education*, 44(3), 327-346.
- NORVILITIS, J. M., REID, H. M. ve B. M. NORVILITIS (2002), "Success in Everyday Physics: The Role of Personality and Academic Variables", *Journal of Research in Science Teaching*, 39(5), 394-409.
- OISHI, S. ve E. DIENER (2001), "Re-Examining the General Positivity Model of Subjective Well-Being: The Discrepancy Between Specific and Global Domain Satisfaction", *Journal of Personality*, 69(4), 641-666.
- PAVOT, W. ve E. DIENER (1993), "Review of the Satisfaction With Life Scale", *Psychological Assessment*, 5, 164-172.
- PETERSON, C., ve L. C. BARRETT (1987), "Explanatory Style and Academic Performance", *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 603-607.
- PETERSON, C., PARK, N. ve M. E. P. SELIGMAN (2005), "Orientations to Happiness and Life Satisfaction: The Full Life versus the Empty Life", *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41.
- ROBINSON-WHELEN, S., KIM, C., MACCALLUM, R. C. ve J. K. KIECOLT-GLASER (1997), "Distinguishing Optimism From Pessimism in Older Adults: Is It More Important to be Optimistic or not to be Pessimistic?", *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1345-1353.
- RYAN, R. M. ve E. L. DECI (2001), "On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being", *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

- SAM, D. K. (2001), “Satisfaction with Life Among International Students: An Exploratory Study”, *Social Indicators Research*, 53, 315-337.
- SCHEIER, M. F. ve C. S. CARVER (1985), “Optimism, Coping and Health: Assessment and Implications of Generalized Outcome Expectancies”, *Health Psychology*, 4, 219–247.
- SCHEIER, M. F. ve C. S. CARVER (1993), “On The Power of Positive Thinking: The Benefits of Being Optimistic”, *Current Directions in Psychological Science*, 2, 26-30.
- SCHUTTE, J. W., VALERIO, J. K. ve V. CARRILLO (1996), “Optimism and Socioeconomic Status: A Cross-Cultural Study”, *Social Behavior and Personality*, 24, 1, 9-18.
- SELIGMAN, M. E. P. (1990), *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*, New York: Pocket Books.
- VEENHOVEN, R. (1996), “The Study of Life Satisfaction” (Ed.: W. E. SARIS, R. VEENHOVEN, A. C. SCHERPENZEEL ve B. A BUNTING), *Comparative Study of Satisfaction with Life in Europ.*, Eötvös University Press içinde, 11-48.

Yaşam Memnuniyeti

EKLER

Ek 1. Ankette Kullanılan Ölçekler ve Sayısal Değişkenlerin Tanımlayıcı İstatistikleri

	<i>S</i>	<i>En Düşük</i>	<i>En Yüksek</i>	<i>Ortalama</i>	<i>SS</i>
İyimserlik Yönelimi (YYT)	432	2	32	18,46	4,848
Yaşam Memnuniyeti (YMÖ)	442	5	35	22,28	6,148
Genel Not Ortalaması	438	41	88	65,51	7,081
Bölüm Memnuniyet Düzeyi	438	0	100	67,01	20,506
Aylık Hane Halkı Geliri (YTL.)	367	100	10000	1637,03	1226,074
Aylık Harcama Miktarı (YTL.)	397	50	2000	361,66	216,384
Bölümün Üniversite Giriş Sınavında Kaçınıcı Tercih Olduğu	431	1	18	5,75	3,457

Ek 2. Ankette Kullanılan Ölçekler ve Sayısal Değişkenler Arasındaki Korelasyon Analizi

	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>
1. İyimserlik	-						
2. Yaşam Memnuniyeti	0,422**	-					
3. Genel Not Ortalaması	0,043	0,138**	-				
4. Bölüm Memnuniyet Düzeyi	0,202**	0,333**	0,152**	-			
5. Aylık Hane Halkı Geliri	0,003	0,209**	-0,105*	0,074	-		
6. Aylık Harcama Miktarı	0,087	0,077	-0,204**	0,021	0,563**	-	
7. Bölümün Üniversite Giriş Sınavındaki Tercih Sırası	-0,023	0,003	-0,143**	-0,134**	0,074	0,090	-

* p< 0.05 ** p< 0.01

Ek 3. Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Kategorik Tanımlayıcı İstatistikler

	<i>Frekans</i>	<i>Geçerli Oran (%)</i>
Yaşamın büyük çoğunluğunun geçtiği yer		
<i>Kent</i>	374	85,8
<i>Kır</i>	62	14,2
Ailedeki çocuk sayısı (Kendisi dahil)		
1	148	33,7
2	170	38,7
3 ve daha fazla	121	27,6
Ailevi Durum		
<i>Annem babam evli ve birlikte yaşıyor</i>	390	88,8
<i>Annem babam evli değil ve birlikte yaşıyor</i>	1	0,2
<i>Annem babam evli ve ayrı yaşıyor</i>	5	1,1
<i>Annem babam boşanmış ve ayrı yaşıyor</i>	13	3,0
<i>Anne / babamdan biri vefat etti</i>	29	6,6
<i>Annem ve babamdan her ikisi de vefat etti</i>	1	0,2
Nerede yaşamakta olduğu		
<i>Aile ile birlikte</i>	205	46,7
<i>Yurtta</i>	26	5,9
<i>Akrabanın yanında</i>	9	2,1
<i>Arkadaşlar ile birlikte evde</i>	153	34,9
<i>Yalnız başına evde</i>	46	10,5
İşsizlik endişesi		
<i>Var</i>	248	57,4
<i>Yok</i>	184	42,6
Gelecekte iyi bir kariyere sahip olma düşüncesi		
<i>Var</i>	318	75,2
<i>Yok</i>	105	24,8
Kız/Erkek arkadaşın olması		
<i>Var</i>	210	48,1
<i>Yok</i>	227	51,9
Dini inanç		
<i>Dine inanmıyorum</i>	45	10,2
<i>Dine inanıyorum ama gereklerini yerine getirmiyorum</i>	101	23,0
<i>İnanıyorum dinin gereklerini kısmen yerine getiriyorum</i>	225	51,1
<i>İnanıyorum dinin çoğu gereklerini yerine getiriyorum</i>	60	13,6
<i>İnanıyorum dinin tüm gereklerini yerine getiriyorum</i>	9	2,0

Yaşam Memnuniyeti

Ek 4. EKKY ile Akademik Başarıyı Belirleyen Faktörler

<i>Bağımlı değişken: Genel not ortalaması</i>	<i>Katsayı</i>	<i>t</i>	<i>P> t </i>
Cinsiyet	-1,609	-2,27	0,024
Yaşam memnuniyeti	0,119	2,09	0,037
Kız/erkek arkadaşının olması	-1,541	-2,22	0,027
Anne/babanın birlikte yaşaması	2,161	1,97	0,050
Dini inanç düzeyi	2,097	2,17	0,031
Bölümün üniversite giriş sınavındaki tercih sırası	-0,201	-2,02	0,044
Aylık harcama miktarı	-0,005	-3,70	0,000
Sabit	66,681	31,80	0,000

N= 386 $R^2=0,12$ $F_{(7, 378)}=7.14$ Prob > F = 0.0000

Temel Sınıflar: kız öğrenciler, kız/erkek arkadaşı yok, anne/baba birlikte yaşamıyor, dini inanç düzeyi yüksek değil.

Ek 5. EKKY ile Yaşam Memnuniyetini Belirleyen Faktörler

<i>Bağımlı değişken: Yaşam memnuniyeti</i>	<i>Katsayı</i>	<i>t</i>	<i>P> t </i>
Cinsiyet	-0,950	-1,715	0,087
İyimserlik	0,401	6,316	0,000
Kız/erkek arkadaşının olması	0,396	0,742	0,458
Anne/babanın birlikte yaşaması	0,783	0,848	0,397
Dini inanç düzeyi	1,726	2,262	0,024
Kır/kent	1,517	1,817	0,070
Ailedeki çocuk sayısı	-0,675	-1,212	0,227
İşsiz kalma endişesi	0,914	1,638	0,102
İyi bir kariyer beklentisi	3,031	4,166	0,000
Aile ile Birlikte Yaşamak	0,783	0,849	0,397
Aylık harcama miktarı	0,003	2,224	0,027
Sabit	8,449	5,569	0,000

N= 367 $R^2=0,34$ $F_{(11, 355)}=16,65$ Prob > F = 0.0000

Temel Sınıflar: kız öğrenciler, kız/erkek arkadaşı yok, anne/baba birlikte yaşamıyor, dini inanç düzeyi yüksek değil, yaşamının büyük çoğunluğunu kırsal bölgede yaşamış, tek çocuk, işsiz kalma endişesi var, iyi bir kariyer beklentisi yok, aile ile birlikte yaşamıyor.