

Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirliği

The Validity and Reliability of Turkish Version of Fear of Happiness Scale

İbrahim DEMİRCİ, Halil EKŞİ, Selami KARDAŞ, Duygu DİNÇER
Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İstanbul.

Makalenin Geliş Tarihi: 16.06.2015

Yayına Kabul Tarihi: 29.11.2015

Özet

Bu çalışmanın amacı Joshanloo tarafından 2013 yılında geliştirilmiş olan Mutluluk Korkusu Ölçeği'ni Türkçe'ye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenirliliğini incelemektir. Çalışma grubu 283 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizinde tek boyutlu modelin iyi uyum verdiği görülmüştür. Ölçekteki maddelerin faktör yükleri .71 ile .92 arasında değişmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin madde toplam puan korelasyon katsayılarının .65 ile .83 arasında değiştiği görülmüştür. Mutluluk korkusu ile yaşam doyumu ve öznel mutluluk arasındaki negatif korelasyonlar ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğini ortaya koymuştur. Araştırmanın sonuçları Mutluluk Korkusu Ölçeğinin Türkçe formunun geçerli güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ve Türkiye'de yürütülecek bilimsel araştırmalarda kullanılabileceğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, mutluluk korkusu, geçerlik, güvenirlilik, doğrulayıcı faktör analizi

Abstract

The aim of this study was to adapt The Fear of Happiness Scale developed by Jashanloo in 2013 into Turkish and to examine validity and reliability of the scale. The sample of this study consisted of 283 university students. The results of confirmatory factor analysis demonstrated that the five items loaded on one factor and the uni-dimensional model was well fit. Factor loadings ranged between .71 and .92. The internal consistency reliability coefficient of the scale was calculated as .90. The corrected item-total correlations ranged between .65 and .83. The negative correlations among fear of happiness, life satisfaction and subjective happiness could be taken as evidence for the criterion-related validity of the FHS. These results show that FHS is a valid and reliable scale and can be used in scientific studies in Turkey.

Keywords: Happiness, fear of happiness, validity, reliability, confirmatory factor analysis

1. Giriş

Mutluluk kavramı, yüzlerce yıldır hedonizmden faydacılığa, liberalizmden pozitif psikolojiye ve dini geleneklerden mistik deneyimlere kadar birçok farklı alanda ele alınan temel konulardan biri olmuştur. Birçok felsefi ve psikolojik yaklaşım mutluluğu, yaşamda ulaşılmaması gereken en üst iyilik hali olarak kabul etmiş; birçok bilim adamı onu arzuların, tutkuların, heveslerin ve amaçların gerçekleştirilmesi olarak kavramsallaştırmıştır. Bu açıklamalarda mutluluğun genellikle sevinç, zevk, memnuniyet ve hoşnutluk (Begum, Jabeen ve Awan, 2014) ile eş anlamlı kullanıldığı ve öznel iyi oluşun bir bileşeni -olumlu duyguların olumsuz duygulardan daha çok yaşanması ve yaşamdan doyum alınması- (Diener, 2000; Frey ve Stutzer, 2002; Fromm, 1994; Morris, 2012) olarak görüldüğü anlaşılmaktadır. Ayrıca literatürde; mutluluk ve yaşam doyumunun, uyum ve pozitif ruh sağlığının en önemli ölçütleri arasında yer aldığı ve her ikisinin de bireysel, sosyal ve mesleki alanlarda yarar sağladığı belirtilmektedir (Fromm, 1994; Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005).

Mutlulukla ilgili literatür incelendiğinde yapılan araştırmaların daha çok Batı toplumlarının kültürel özelliklerini ve değer yargılarını temel aldığı görülmektedir (Christopher ve Hickinbottom 2008; Joshanloo, 2014). Oysa mutluluk ve diğer olumlu duyguların istenirliği her kültürde aynı şekilde değildir. Örneğin, Batı kültürlerinde mutluluğun insan yaşamına yön veren en yüksek değer olduğuna ve kişisel bir kavram olarak ele alınması gerektiğine inanılmaktadır (Joshanloo ve Weijers, 2013). Özellikle aydınlanma yıllarından bu yana bireylerin mutluluk üzerindeki hakimiyeti üzerinde durulmakta, bireysel çabanın önemine vurgu yapılmakta (Hybron, 2008) ve iyi bir yaşamın pozitif duyguları ve duygu dengesini içerisinde barındırması gerektiği inancı yaygın bir şekilde paylaşılmaktadır (Christopher ve Hickinbottom, 2008). 1776'da duyurulan Bağımsızlık Bildirgesi'nde mutluluğu arama ve ona erişme hakkının temel insan hak ve özgürlükleri arasında yer aldığı bildirilmektedir (Menon, 2012). Başka bir deyişle mutluluğun aktif olarak sürdürülmesi, aranması gereken bir duygu olduğu beyan edilmektedir (Frey ve Stutzer, 2002). Bunun yanı sıra Braun (2000) kültür, yaş, eğitimsel durum, fiziksel ya da zihinsel gelişim fark etmeksizin tüm insanların mutlu olmak istediklerini, bu uğurda çaba sarf ettiklerini ve mutluluğun kişinin öznel iyi oluş kapasitesi ve yaşam doyumunu ile ilişkili olduğunu öne sürmektedir (Eid ve Diener, 2001). Benzer şekilde Kuzey Amerika'da yapılan araştırmalar da bireylerin mutluluğa çok önem verdiklerini (Triandis ve diğerleri, 1990) ve günde en az bir kez onu düşündüklerini ortaya koymuştur (Freedman, 1978). Bunların yanı sıra Amerikan kültüründe mutluluk normunun karşılanamamasının başka bir deyişle mutluluğa erişmedeki başarısızlığın kişinin hayattaki en büyük başarısızlıklarından biri olduğuna inanılmakta ve belki de bu nedenle insanlar tarafından algı yönetimi yoluyla mutsuzluklar daha az ve önemsiz gösterilirken mutluluklar abartılmaktadır (Eid ve Diener, 2001; Morris, 2012). Sonuç olarak Batı toplumlarında kişisel mutluluk arzusu büyük önem taşımakta ve mutluluk ağırlıklı olarak bireysel başarılar üzerinden tanımlanmaktadır.

Ancak yapılan araştırmalarda Doğu kültürlerinde kişisel mutluluğa verilen öne-

min bu derece baskın olmadığı ve ayrıca bireylerin mutluluğu bireysel başarılar üzerinden değil kişiler arası ilişkiler üzerinden tanımladığı görülmüştür (Morris, 2012). Hatta mutlulukla ilgili bazı olumsuz bilişlerin ve korkuların olduğu ortaya konulmuştur (Joshanoo ve Weijers, 2013). Örneğin, Suh (2000) yapmış olduğu araştırmalarda Batılıların mutlu olma yönünde, Orta Asyalıların ise aidiyet ve sosyal ahenk konusunda yoğun bir baskı hissettiklerini ortaya koymuştur. Ayrıca bir diğer araştırmada Orta Asyalılar arasında kişisel mutluluğun öncelenmesinin sosyal ahengi bozduğu, sosyal problemlere yol açtığı düşüncesinin yaygın olduğu (Uchida, Norasakkunkit ve Kitayama, 2004); başka bir deyişle mutluluk korkusunun dini ve felsefi geleneklerde baskın şekilde kendini hissettirdiği ile ilgili bulgular elde edilmiştir (Joshanoo, 2013). Benzer şekilde bazı Doğu kültürlerinde aşırı mutluluktan kaçınılması gerektiğine, çünkü onu mutsuzluğun takip ettiğine inanılmaktadır. Bu bağlamda Doğu toplumlarında genel olarak mutluluğun kötü şeylere (mutsuzluk, acı çekme, ölüm vb.) yol açacağı, ondan kaçınılması gerektiği, mutlu olmanın kişiyi kötü bir insan yapacağı, mutluluğu ifade etmenin, dışa vurmanın kişiye ya da çevresindekilere zarar getireceği görüşleri hakimdir (Joshanoo, 2013). Tüm bu inançlar literatürde mutluluk korkusu olarak adlandırılmaktadır. Örneğin, Taoizmin hakim olduğu kültürlerde her şeyin eninde sonunda tersine döneceğine (başka bir deyişle mutluluğu mutsuzluğun takip edeceğine) (Chen, 2006; Peng, Spencer-Rodgers ve Nian, 2006); Japon kültüründe mutluluğun teredditle karşılanması gerektiğine ve aşırı düzeyde mutluluğun acı çekmeye neden olacağına (Minami, 1971); Hindu kültüründe mutluluğun ham/olgunlaşmamış ve hayatın ağırlığı anımsanır anımsanmaz geçen bir duygu olduğuna, temel bir duygu olmadığına ve yalnızca hayatın zorluklarının ve kederlerinin farkında olmayan ufak yaştaki çocukların ve evlenmemiş genç kızların bu duyguyu tam ve sınırsız bir şekilde yaşadığına (Menon, 2012); Çin kültüründe ise aşırı mutluluğun trajedilere sebep olacağına (Bryant ve Veroff, 2007), mutsuzluğun kabul edilebilir olduğuna ve genel olarak olumlu duyguların arzu edilir olmadığına (Eid ve Diener, 2001) dair inançlar yaygındır. Bu farklılıklardan hareketle özellikle mutluluğun sonuçlarının kültürden yoğun bir şekilde etkilendiği söylenebilir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Mutluluk korkusunun oluşmasında kişinin önceki deneyimleri (örn., mutlu bir olayın ardından karşılaştığı olumsuz bir durum) (Gilbert ve diğerleri, 2012) ya da olumlu duyguların kötü sonuçlar doğurabileceğine ilişkin batıl inançları da etkili olabilmektedir. Zira bazı insanlar mutlu olduklarında mutluluklarına nazar değeceğine (Moshiri Tafreshi, 2009, akt. Joshanoo, 2013) ya da ahiret hayatında cezalandırılacaklarına inanmaktadırlar (Joshanoo, 2013; Joshanoo ve diğerleri, 2014). Ayrıca mutluluğun rekabete ve kıskançlığa yol açabileceğine yönelik inançlar da mutluluk korkusunun oluşumunda etkili olabilmektedir (Lyubomirsky, 2000'den akt. Joshanoo, 2013). Bununla birlikte mutluluk korkusu, mutsuzluğun hep yaklaşmakta olduğu ve mutluluğun kırılgan olduğu inancıyla birlikte güçlenmektedir (Joshanoo ve diğerleri, 2014). Görünen o ki bu ve buna benzer nedenlerden ötürü insanların mutlu olaylar karşısında verdikleri tepkiler farklılaşmaktadır. Mutluluk karşısında gösterilen tepkiler arasında, olumlu duyguları engelleme ya da söndürme stratejileri yer almaktadır. Olumlu duy-

guların yoğunluğunu azaltmak için kullanılan zihinsel stratejilere genel olarak tadını kaçırma/köreltme adı verilmektedir (Feldman, Joormann ve Johnson, 2008) ve yapılan araştırmalar mutluluk korkusunun, Olumlu Duygulara Verilen Tepkiler Ölçeği'nin (Feldman ve diğerleri, 2008) tadını kaçırma/köreltme alt boyutu ($r = .46$) ile pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Joshanloo ve diğerleri, 2014).

Mutluluk korkusunun değerlerden ve inançlardan etkilendiğini ortaya koyan birçok araştırma bulgusu da mevcuttur. Örneğin, mutluluk korkusunun sosyal aksiyomlarla pozitif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Sosyal aksiyomlar, dinamik dışsallık ve toplumsal sinizm boyutlarından oluşmaktadır. Dinamik dışsallık, yaşam olaylarının önceden belirlendiğini ancak insanların bazı yönlerine müdahale edebileceğini (kader kontrolü) ve doğaüstü bir varlığın mevcudiyeti ve dini uygulama ve kurumların toplumsal yararları olduğuna dair inancı (maneviyat) içermektedir. Ayrıca dünyanın ve insan davranışlarının karmaşıklığı (sosyal karmaşıklık) ve çaba, bilgi, dikkatli planlama ve hem bu hem de tüm diğer kaynaklara yapılan yatırımların olumlu sonuçlara yol olacağı-olumsuz olaylardan uzaklaştıracağı inancı (ödül için uygulama) dinamik dışsallığın boyutları arasında yer almaktadır (Leung ve Bond, 2008). Toplumsal sinizm ise insan doğasına karşı olumsuz bir bakışı; bazı gruplara karşı önyargılı olmayı; hayatın mutsuzluk ürettiği, insanların başkalarından yararlandığı ve kendi amaçlarına ulaşmak için etik kuralları görmezden geleceği yönündeki inançları ve sosyal kurumlara duyulan güvensizliği içermektedir (Bond ve diğerleri, 2004). Yapılan araştırmalar mutluluk korkusunun toplumsal sinizm ($r = .663$) ve dinamik dışsallık ($r = .280$) ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Mutluluk korkusu ayrıca toplulukçu kültürlerde sıkça gözlemlenen uyma değeri (toplumsal kurallara uyma ve topluma zarar verecek kurallara aykırı davranışlardan kaçınma) ($r = .603$) ve dikeylik (kendi deneyimlerinden ve astlarından ziyade sosyal kurallara ve üstlere duyulan güven) ($r = .572$) kavramlarıyla da pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (Joshanloo ve diğerleri, 2014; Schwartz, 1994).

Toplulukçu değerlerin ve İslami inanç sisteminin etkisini hissettirdiği bir atmosfere sahip olan Türkiye'de de mutluluk korkusuna ilişkin inançların yaygın olabileceği öngörülmektedir. Zira günlük yaşamda sıkça dile getirilen "Çok güldük başımıza bir şey gelecek", "Çok gülen çok ağlar" gibi ifadeler mutluluk korkusunun örnekleri arasında sayılabilir. Bununla birlikte yapılan literatür taramasında mutluluk korkusu ile ilgili Türkçe bir ölçüm aracının bulunmadığı görülmüştür. Dolayısıyla bu çalışma kapsamında kültürel pratiklerimizde mutluluk korkusuna ne ölçüde rastlandığını incelemek amacıyla yapılacak araştırmalara katkıda bulunmak için Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması amaçlanmıştır. Bu araştırma kapsamında Joshanloo (2013) tarafından İran'da İngilizce olarak geliştirilen ve 14 farklı ülkede geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılan Mutluluk Korkusu Ölçeği'ni Türkçeye uyarlama çalışmaları yürütülmüştür.

Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Psikometrik Özellikleri

Joshanloo (2013) mutlu olmanın birtakım kötü /olumsuz sonuçlar doğuracağına ilişkin inançları ölçmek amacıyla Mutluluk Korkusu Ölçeği'ni (MKÖ) geliştirmiştir. Ölçek beş maddeden oluşmaktadır ve 7'li (1= Hiç Katılmıyorum, 7= Tamamen Katılıyorum) bir derecelendirmeye göre puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 7 ile 35 arasında değişmektedir ve puanlar yükseldikçe mutluluk korkusunun arttığı varsayılmaktadır. Ölçeğin orijinal formu geliştirilirken yapı geçerliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçeğin tek faktörlü yapısının iyi uyum verdiği görülmüştür. Ölçeğin Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı ise .88 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca ölçek yaşam doyumu ($r = -.21$) ile negatif ilişkili bulunmuştur (Joshanloo, 2013).

Ölçeğin kültürler arası geçerliliğini değerlendirmek için 14 ülkeden 2398 üniversite öğrencisinin katılımıyla başka bir araştırma yapılmıştır. Ölçeğin Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı Hindistan ve Kenya hariç diğer tüm ülkelerde .70 ile .87 arasında bulunmuştur. 13 ülkede doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçeğin tek faktörlü yapısının iyi uyum verdiğini göstermiştir. Ayrıca ölçeğin yaşam doyumu ($r = -.14$) ve öznel iyi oluş ($r = -.13$) ile negatif yönde anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur (Joshanloo ve diğerleri, 2014).

Joshanloo'nun (2013) geliştirdiği Mutluluk Korkusu Ölçeği, Gilbert ve arkadaşları (2012) tarafından üniversite öğrencilerinden oluşan bir örnekleme test edilen Mutluluk Korkusu Ölçeği'nden farklıdır. Zira bu ölçek mutluluk korkusunu psikopatolojik bir yapı olarak değerlendirmektedir. Bu ölçeğin kullanıldığı çalışmalarda depresif bireylerin mutluluk korkusu düzeyleri, üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Benzer olarak depresif örneklemin aleksitimi, merhamet korkusu, anksiyete ve stres düzeyleri daha yüksektir. Mutluluk korkusu depresyon, anksiyete ve stresin güçlü bir yordayıcısı olarak görülmektedir (Gilbert ve diğerleri, 2012, 2014). Ayrıca öz eleştirinin alt boyutlarından yetersiz benlik ($r = .61$) ve nefret edilen benlik ($r = .62$) ile pozitif ve güven duyulan benlik ($r = -.40$) ile negatif ilişkilidir (Gilbert ve diğerleri, 2012). Mutluluk korkusu diğer olumlu duygularla ilgili korku ve endişe ile de bağlantılıdır. Örneğin, mutluluk korkusu başkalarından merhamet görme korkusu ($r = .69$) ve kendine merhametli davranma ($r = .56$) ile pozitif ilişkilidir. Ayrıca kişinin duygularının farkında olması ve onları yargılamadan kabul etmesi mutluluk korkusunu etkilemektedir. Mutluluk korkusu beş boyutlu farkındalık ölçeğinin tanımlama, ($r = -.38$) farkındalık ($r = -.37$) ve yargısızlık ($r = -.53$) boyutları ile negatif ilişki göstermiştir. Ayrıca mutluluk korkusu, bireyin çevresindeki insanlarla kurduğu olumlu ilişkilerle ve topluma karşı duyduğu güven ve memnuniyet ile ilişkilidir. Yapılan araştırmalar mutluluk korkusunun yakın bağlanma ($r = -.24$), güvenli bağlanma ($r = -.44$) ve sosyal güven ve memnuniyet ($r = -.29$) ile negatif ilişkili olduğunu göstermektedir (Gilbert ve diğerleri, 2014). Ancak yukarıda da belirtildiği üzere bu çalışmada mutluluk korkusu patolojiyle ilişkili bir kavram olarak değil, Doğu kültürlerinde yaygın şekilde gözlenen mutlu olayların bazı

mutsuz sonuçlar doğurabileceği ile ilgili inançların incelenmesi ve bu inançları ölçen bir ölçüm aracının Türkçe literatüre kazandırılması amacıyla yürütülmektedir.

2. Yöntem

Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışması için ölçeği geliştiren araştırmacı Mohsen Joshanloo ile e-mail yoluyla iletişime geçilmiş ve kendisinden uyarlama izni alınmıştır. İngilizce olarak geliştirilmiş olan Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Türkçe'ye çevrilme sürecinde öncelikle ölçek, iyi derecede İngilizce bilen 10 akademisyen tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Daha sonra eğitim bilimleri alanından 4 uzman İngilizce ve Türkçe formlar üzerinde tartışarak anlam ve dilbilgisi açısından gerekli düzenlemeleri yapmış ve Türkçe form uygulanmak üzere son haline getirilmiştir.

Ölçeğin yapı geçerliğini test etmek için doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Güvenirliği sınamak için ise iç tutarlık ve test-tekrar test yöntemlerine başvurulmuştur. Ayrıca düzeltilmiş madde-toplam puan korelasyonları incelenmiş ve maddelerin alt ve üst %27'lik grupları ayırt edip etmediğini sınamak için bağımsız *t*-testi yapılmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik analizleri için LISREL 8.88 ve SPSS 20.0 programları kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu Marmara Üniversitesinin farklı bölümlerinde öğrenim görmekte olan 283 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan 66 erkek, 217 kadın öğrencinin yaşları 18 ile 49 arasında değişmektedir. Katılımcıların yaş ortalamaları 22.84 (\pm 4,88)'tür.

Veri Toplama Araçları

Yaşam Doyumu Ölçeği: Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Köker (1991) ve Yetim (1993) tarafından yapılan ölçek yaşamdan alınan doyum ölçmeyi amaçlayan ve öz-bildirim yoluyla yanıtlanan bir ölçme aracıdır. 5 maddeden oluşan ve tek boyutlu bir yapıya sahip olan ölçek 7'li Likert tipi bir derecelendirmeye göre puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasında Köker (1991) test-tekrar test güvenilirlik katsayısını .85 olarak hesaplamıştır. Yetim (1993) tarafından yürütülen çalışmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .86, test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .73 olarak bulunmuştur.

Öznel Mutluluk Ölçeği: Lyubomirsky ve Lepper (1999) tarafından geliştirilen, Akın ve Satıcı (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek, bireylerin öznel mutluluk düzeylerini ölçmeyi amaçlayan ve kişinin kendisi hakkında bilgi vermesi esasına dayalı olan bir ölçme aracıdır. 4 maddeden oluşan ve tek boyutlu bir yapıya sahip olan ölçek 7'li Likert tipi bir derecelendirmeye göre puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçe formunun yapı geçerliği açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri ile incelenmiştir.

Açımlayıcı faktör analizi sonucunda toplam varyansın %46.44'ünü açıklayan, faktör yükleri .34 ile .84 arasında sıralanan tek boyutlu bir yapı ortaya çıkmıştır. Tek boyutlu öznel mutluluk modelinin doğrulanması amacıyla uygulanan doğrulayıcı faktör analizinde bu modelin uyum değerlerinin kabul edilebilir düzeylerde olduğu görülmüştür ($\chi^2/sd = .71$, $p = .49193$, $N=340$, $RMSEA = .000$, $NFI = .99$, $CFI = 1.00$, $IFI = 1.00$, $RFI = .98$, $GFI = 1.00$, $AGFI = .99$, $SRMR = .015$). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .86, dört hafta arayla yapılan uygulamada test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .73 olarak hesaplanmıştır. Yapılan madde analizi sonucunda ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .55 ile .76 arasında sıralandığı görülmüştür (Akın ve Satıcı, 2011).

3. Bulgular ve Yorumlar

Dilsel Eşdeğerlik

Dilsel eşdeğerlik çalışması için ölçek, İngilizce öğretmenliği 4. sınıfta öğrenim gören 45 öğrenciye 2 hafta ara ile (önce İngilizce form daha sonra Türkçe form) uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda Türkçe ve orijinal formdaki maddelerin puanları arasındaki korelasyonların .71 ile .90 ($p < .01$) arasında sıralandığı görülmüştür. Formların toplam puanı arasındaki korelasyon ise .91 olarak hesaplanmıştır. Bulgular Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1. Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Dilsel Eşdeğerlik Bulguları

Madde No	r
1	.80**
2	.90**
3	.78**
4	.77**
5	.71**

**($p < 0.01$)

Yukarıdaki bulgular dilsel eşdeğerlik korelasyonlarının kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir.

Madde Analizi

Ölçeğin maddelerinin toplam puanı yordama gücünü ve ayırt ediciliğini belirlemek üzere madde analizi ve % 27'lik alt-üst grup karşılaştırmaları yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre ölçekteki maddelerin düzeltilmiş madde toplam puan korelasyonları .65 ile .83 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan toplam puana göre alt ve üst %27'lik grupların, madde puanlarının ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız *t*-testi sonucuna göre *t* değerlerinin anlamlı ($p < 0.001$) olduğu görülmüştür. Bulgular Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2. Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Düzeltilmiş Madde Toplam Test Korelasyonları, Grup Farkına İlişkin t Değerleri, Ortalamalar ve Standart Sapmalar

M. No	Madde toplam korelasyonları N (283)			%27'lik alt grup N (76)		%27'lik üst grup N (76)		
	\bar{X}	Ss	r_{jx}	\bar{X}	Ss	\bar{X}	Ss	t
1	2.96	1.81	.65	1.22	0.48	4.74	1.55	-18.85***
2	2.96	1.90	.73	1.11	0.42	5.03	1.36	-24.08***
3	2.34	1.59	.83	1.03	0.16	4.33	1.59	-18.05***
4	2.52	1.72	.83	1.08	0.27	4.75	1.50	-21.02***
5	2.81	1.81	.76	1.26	0.50	5.05	1.31	-23.64***

***($p < 0.001$)

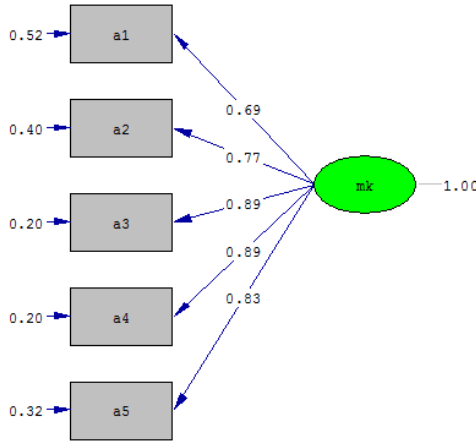
Yapı Geçerliliği

Ölçeğin yapı geçerliliğini belirlemek üzere doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indeksi değerleri Tablo 3'te görülmektedir.

Tablo 3. MKÖ'nün Uyum İyiliği İndekslerine İlişkin Değerleri

	χ^2/sd	p	CFI	NFI	NNFI	GFI	AGFI	IFI	RFI	RMSEA
İlk Model	8,09	.000	.97	.96	.94	.95	.84	.97	.93	.159
Son Model	2.12	.077	1.00	.99	.99	.99	.98	1.00	.98	.063

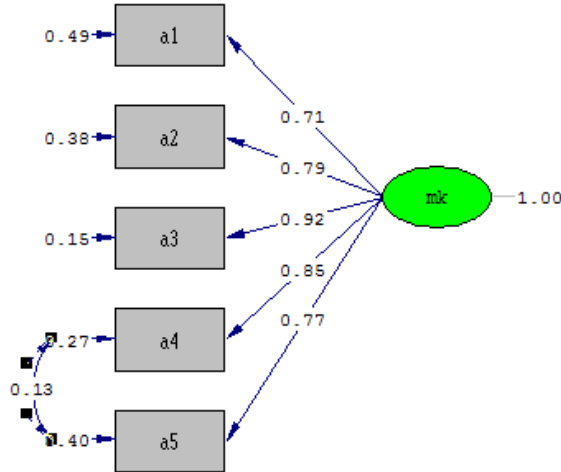
Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin tek boyutlu modelinin uyumunu belirlemek amacıyla uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ilk modelin uyum değerlerinin yeterli olmadığı görülmüştür. Ölçeğin faktör yapısı Şekil 1'de görülmektedir.



Chi-Square=40.44, df=5, P-value=0.00000, RMSEA=0.159

Şekil 1. MKÖ'nün Path Diyagramı ve Faktör Yükleri (ilk model)

Modifikasyon indeksleri incelendikten sonra 4. ve 5. maddenin hata varyansları arasında modifikasyon yapılmıştır. Son modelin uyum indeksleri incelendiğinde ölçeğin orijinal formda olduğu gibi tek boyutta iyi uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2=8,48$, $sd=4$, $RMSEA=,063$ ($p = 0,077$), $NFI=0,99$, $NNFI=0,99$, $CFI=1,00$, $IFI=1,00$, $RFI=0,98$, $GFI=0,99$, $AGFI=0,98$, $RMR=0,061$ ve $SRMR=0,018$). Ölçeğin faktör yükleri .71 ile .92 arasında değişmektedir. Ölçeğin faktör yapısı Şekil 2'de görülmektedir.



Chi-Square=8.48, df=4, P-value=0.07563, RMSEA=0.063

Şekil 2. MKÖ'nün Path Diyagramı ve Faktör Yükleri (son model)

Ölçüt Bağımlı Geçerlik

Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin ölçüt-bağımlı geçerliği için Yaşam Doyumu Ölçeği ve Öznel Mutluluk Ölçeği ile arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Bu üç ölçek arasındaki korelasyon katsayılarını ve betimsel istatistiklerini gösteren bulgular Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4. Mutluluk Korkusu ile Yaşam Doyumu ve Öznel Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Katsayıları

Ölçekler	1	2	3
1. Mutluluk Korkusu Ölçeği	1		
2. Yaşam Doyumu Ölçeği	-.30**	1	
3. Öznel Mutluluk Ölçeği	-.30**	.41**	1
Ortalama	13.59	22.41	18.71
Standart Sapma	7.51	6.06	4.27
Cronbach alpha	.90	.78	.83

** $p < 0.01$

Yukarıdaki tabloda da görüldüğü üzere Mutluluk Korkusu Ölçeğinin yaşam doyumu ($r = -.30$) ve öznel mutluluk ($r = -.30$) ile negatif yönde anlamlı ilişkili olduğu saptanmıştır.

Güvenirlilik

Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Ölçek 3 hafta arayla 51 öğrenciye yeniden uygulanmış olup bulgular Tablo 5'de gösterilmiştir.

Tablo 5. MKÖ'nün Güvenirlilik Bulguları

Ölçek	Uygulama	$\bar{X}_{n(51)}$	$Ss_{n(51)}$	$r_{n(51)}$	$\alpha_{n(283)}$
Mutluluk Korkusu	İlk uygulama	10,53	5,55	.78	.90
	İkinci uygulama	10,10	5,35		

Yukarıdaki tabloda görüldüğü üzere ölçeğin birinci ve ikinci uygulanmasından elde edilen puanların test- tekrar test güvenirlilik katsayısı .78 olarak bulunmuştur.

4. Tartışma

Her kültürün kendine has bir mutluluk algısı, tanımlaması vardır ve mutluluğa yüklenen anlamlar kültürden kültüre farklılaşmaktadır. Bu çalışmanın amacı mutluluk korkusuyla ilgili inançları ölçmek amacıyla geliştirilmiş olan Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin (Joshnloo, 2013) Türkçeye uyarlanması ve ölçeğin psikometrik özellik-

lerinin Türk kültüründe sınanmasıdır. Bu amaçla öncelikle dilsel eşdeğerlik çalışması yürütülmüştür. Ölçek iyi derecede İngilizce bilen 10 akademisyen tarafından Türkçe'ye çevrilmiş ve çeviriler eğitim bilimleri alanından 4 akademisyen tarafından anlam ve dilbilgisi açısından değerlendirilerek Türkçe formun son hali verilmiştir. Ölçeğin İngilizce ve Türkçe formlarındaki maddelerin puanları arasındaki korelasyonun hesaplanması sonucunda İngilizce ve Türkçe maddelerin anlam açısından birbirine yakın oldukları görülmüştür.

Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin madde analizi için düzeltilmiş madde toplam korelasyonları ve alt ve üst %27'lik grupların, madde puanlarının ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız t-testi sonuçları incelenmiştir. Düzeltilmiş madde toplam korelasyonları, test maddelerinden alınan puanlar ile testin toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Bu değerlerin pozitif ve yüksek olması bir ölçme aracındaki her bir maddenin benzer davranışları örneklediğini göstermektedir. Düzeltilmiş madde toplam korelasyonlarının .30 ve üzerinde olması yeterli kabul edilmektedir. Maddelerin ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla yapılan alt ve üst %27'lik grupların, madde puanlarının ortalamalarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız t-testi sonucunda maddelerin t değerlerinin anlamlı olması, testin iç tutarlılığının bir göstergesi olarak değerlendirilmekte ve maddelerin bireyleri ölçülen özellik bakımından iyi derecede ayırt ettiği ifade edilmektedir (Büyüköztürk, 2011). Buna göre yapılan analizler sonucunda maddelerin ayırt edicilik güçlerinin yeterli düzeyde olduğu söylenebilir.

Yapı geçerliliği çalışmasında ölçeğin orijinal formundaki tek faktörlü yapının şimdiki araştırmada tekrar edip etmediğini tespit etmek üzere doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizinde sınanan tek boyutlu modelin uyum yeterliğini belirlemek için uyum indekslerine başvurulmuş ve sonuçlar uyum ölçütleriyle karşılaştırılmıştır. Uyum indekslerinin kabul edilebilir değerlerde olduğu ve ölçeğin tek faktörlü yapısının bu çalışma grubunda da geçerli olduğu görülmüştür (Marsh, Hau, Artelt, Baumert ve Peschar, 2006; Schermelleh-Engel ve Moosbrugger 2003).

Ölçüt geçerliliği çalışmasında mutluluk korkusu düzeyi ile yaşam doyumu ve öznel mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Mutluluk korkusunun yaşam doyumu ve öznel mutluluk ile negatif yönde anlamlı ilişki içinde olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlara göre mutluluk korkusu arttıkça bireyin yaşamdan aldığı doyumun ve hissettiği mutluluğun azaldığı söylenebilir. Bu bulgular literatürle benzerlik göstermektedir. Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin geliştirilme çalışmalarında mutluluk korkusunun yaşam doyumu ve öznel iyi olma ile negatif yönde anlamlı ilişkisi olduğu bulunmuştur (Joshanloo, 2013; Joshanloo ve diğerleri, 2014). Buna göre bireyler mutluluk yaşadıklarında başlarına kötü bir şey geleceğinden korkuyorsa hissettikleri mutluluk ve yaşam memnuniyetleri azalabilmektedir.

Ölçeğin güvenilirlik çalışmalarında Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı ve test-tekrar test güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Ölçek üç hafta ara ile aynı gruba tekrar uygulanarak iki uygulama arasındaki korelasyon kontrol edilmiştir. Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısının literatürdeki kabul edilebilir eşiği .70'tir (Özgül, 1994) ve araştırmamızda saptanan iç tutarlılık katsayısı bu değer üstündedir. Benzer şekilde test tekrar test güvenilirliği de kabul edilebilir değer üstündedir. Bu bulgulara göre

ölçeğin güvenilirliğinin yeterli olduğu söylenebilir.

Bununla beraber her ölçek gibi mutluluk korkusu ölçeğinin de sınırlılıkları bulunmaktadır. Ölçek öz-bildirim yoluyla yanıtlandığı için bu tarz ölçeklerin sahip olduğu dezavantajlara (örn., sosyal beğenirlik, merkeze yığılma vb.) sahiptir. Öte yandan ölçeğin kısa sürede, kolayca yanıtlanabilir bir formda olması yürütülecek araştırmalarda rahatlıkla kullanılmasına imkan sağlamaktadır.

Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen bulgular, mutlu olmanın (mutluluk duygusu yaşamının) olumsuz sonuçları olacağına dair inançları ölçmeyi amaçlayan Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir. İleride yapılacak çalışmalarda mutluluk korkusunu etkileyen bireysel ve sosyal dinamikler ve bu korkunun insanın günlük yaşamlarını nasıl etkilediği konusu ele alınabilir.

5. Kaynakça

- Akın, A. ve Satıcı, S. A. (2011). Öznel Mutluluk Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21, 65-77.
- Begum, S., Jabeen, S. ve Awan, A. B. (2014). Happiness: A psycho-philosophical appraisal. *Dialogue*, 9(3), 314.
- Bond, M. H., Leung, K., Au, A., Tong, K.-K., de Carrasquel, S. R., Murakami, F., . . . Lewis, J. R. (2004). Culture-level dimensions of social axioms and their correlates across 41 Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 548-570.
- Braun, S. (2000). *The Science of happiness: Unlocking the mysteries of mood*. New York: John Wiley and Sons.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni SPSS uygulamaları ve yorum*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Chen, Y. H. (2006). The way of nature as a healing power. İçinde T. P. Wong ve C. J. Wong (Eds.), *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (s. 91-103). New York: Springer
- Christopher, J. C. ve Hickinbottom, S. (2008). Positive psychology, ethnocentrism, and the disguised ideology of individualism. *Theory & Psychology*, 18(5), 563-589.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985) The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Eid, M. ve Diener, E. (2001). Norms for experiencing emotions in different cultures: Inter-and intra-national differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(5), 869-885.
- Freedman, J. (1978). *Happy people: What happiness is, who has it, and why*. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Feldman, G. C., Joormann, J. ve Johnson, S. L. (2008). Responses to positive affect: A self-report measure of rumination and dampening. *Cognitive Therapy and Research*, 32, 507-525.
- Frey, B. S. ve Stutzer, A. (2002). *Happiness and economics: How the economy and institutions affect human well-being*. Princeton University Press.

- Fromm, E. (1994). *Erdem ve mutluluk: Ahlak psikolojisi üzerine bir inceleme*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Haybron, D. M. (2008). Philosophy and the science of subjective well-being. İçinde M. Eid ve R. J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (s. 17–43). New York, NY: Guilford Press.
- Gilbert, P., McEwan, K., Catarino, F., Baião, R. ve Palmeira, L. (2014). Fears of happiness and compassion in relationship with depression, alexithymia, and attachment security in a depressed sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 53(2), 228-244.
- Gilbert, P., McEwan, K., Gibbons, L., Chotai, S., Duarte, J. ve Matos, M. (2012). Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 85(4), 374-390.
- Joshanloo, M. (2013). The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale. *Personality and Individual Differences*, 54, 647-651.
- Joshanloo, M. (2014). Eastern conceptualizations of happiness: Fundamental differences with Western views. *Journal of Happiness Studies*, 15(2), 475-493.
- Joshanloo, M., Lepshokova, Z. K., Panyusheva, T., Natalia, A., Poon, W. C., Yeung, V. W. L., ... ve Jiang, D. Y. (2014). Cross-cultural validation of fear of happiness scale across 14 national groups. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 45(2), 246-264.
- Joshanloo, M. ve Weijers, D. (2013). Religiosity's moderation effect on the relationship between inequality and subjective well-being across the globe, Unpublished Manuscript. 1 Haziran 2015 tarihinde <http://www.danweijers.com/pdf/Income%20inequality%20religiosity%20and%20happiness%20Joshanloo%20Weijers.pdf> den alınmıştır.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumunu düzeyinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Leung, K. ve Bond, M. H. (2008). Psycho-logic and eco-logic: Insights from social axiom dimensions. İçinde F. van de Vijver, D. van Hemert, ve Y. P. Poortinga (Eds.), *Individuals and cultures in multilevel analysis* (s. 199-221). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Lyubomirsky, S. ve Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 37–155.
- Lyubomirsky, S. Sheldon, K. M. ve Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111–131.
- Marsh, H. W., Hau, K. T., Artelt, C., Baumert, J. ve Peschar, J. L. (2006). OECD's brief self-report measure of educational psychology's most useful affective constructs: Cross-cultural, psychometric comparisons across 25 countries. *International Journal of Testing*, 6(4), 311-360.
- Menon, U. (2012). Hinduism, happiness and wellbeing: a case study of adulthood in an Oriya Hindu Temple Town. İçinde H. Selin ve G. Davey (Eds.), *Happiness across cultures* (Vol. 6, s. 417–434). The Netherlands: Springer.
- Minami, H. (1971). *Psychology of the Japanese people*. Tokyo: University of Tokyo press.
- Morris, S. (2012). The science of happiness: A cross-cultural perspective. İçinde H. Selin ve G. Davey (Eds.), *Happiness across cultures* (Vol. 6, s. 435–450). Netherlands: Springer.
- Özgüven, E. (1994). *Psikolojik testler*. Ankara: Yeni Doğu Matbaası.
- Peng, K., Spencer-Rodgers, J. ve Nian, Z. (2006). Naïve dialecticism and the Tao of Chinese thought indigenous and cultural psychology. İçinde U. Kim, K.-S. Yang ve K.-K. Hwang (Eds.), *Indigenous and cultural psychology: understanding people in context* (s. 247–262): Springer US.

- Schermelleh-Engel, K. ve Moosbrugger, H., (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schwartz, S. H. (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues*, 50(4), 19-45.
- Smith, P. B., Peterson, M. F. ve Schwartz, S. H. (2002). Cultural values, sources of guidance, and their relevance to managerial behavior. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33, 188-208.
- Suh, E. M. (2000). Self: The hyphen between culture and subjective well-being. İçinde E. Diener ve E. M. Suh (Eds.), *Culture and subjective well-being* (s. 63-86). Cambridge, MA: MIT Press.
- Triandis, H. C., Bontempo, R., Leung, K. ve Hui, C. H. (1990). A method for determining cultural, demographic, and personal constructs. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 21(3), 302-318.
- Uchida, Y., Norasakkunkit, V. ve Kitayama, S. (2004). Cultural constructions of happiness: theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 5(3), 223-239.
- Yetim, Ü. (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. *Social Indicators Research*, 29(3), 277-289.

Extended Abstract

Purpose and Significance: The aim of this study is to examine validity and reliability of the Turkish version of the Fear of Happiness Scale (FHS). Fears of Happiness Scale assess the belief that happiness may have negative consequences. The fear of happiness is the belief that happiness is a sign of impending unhappiness. The fear of happiness may be causes reduced life satisfaction and happiness level.

The psychometric properties of The FHS were examined across 14 nations. The internal consistency reliability coefficients were ranged from .70 to .87. The results of confirmatory factor analysis demonstrated that the uni-dimensional model was well fit. Correlation analysis showed that fear of happiness related negatively to life satisfaction and subjective happiness (Joshanloo et al., 2014).

The FHS was used to assess fear of happiness. The FHS items are 1-) I prefer not to be too joyful, because usually joy is followed by sadness, 2-) I believe the more cheerful and happy I am, the more I should expect bad things to occur in my life, 3-) Disasters often follow good fortune, 4-) Having lots of joy and fun causes bad things to happen and 5-) Excessive joy has some bad consequences. Each item is rated on a 7-point scale ranging from strongly disagree (1) to strongly agree (7) (Joshanloo, 2013).

Methods: The sample of this study consisted of 283 university students from majoring in different departments in Faculty of Education in Marmara University, during 2014-2015 academic year. 217 of participants were female and 66 were male. Their ages ranged between 18 and 49. In addition, data of the language equivalency of scale was collected from 45 university students and data of the re-test reliability analysis was collected from 51 university students.

Primarily the FHS was translated into Turkish by ten academicians. Then, researchers examined the consistency between the Turkish and English forms. Turkish form has reviewed by four academicians working at Department of Educational Sciences. Finally, they discussed the Turkish form and made some corrections. So the scale was prepared for validity and reliability analyses. Before validity and reliability studies, to examine the language equivalency of the scale the correlations between Turkish and English forms were calculated. In this study, as criterion-related validity, confirmatory factor analysis (CFA) was run to confirm the original scale's structure in Turkish culture. As reliability analysis re-test and internal consistency coefficients, the item-total correlations and the differences between mean scores of upper 27% and lower 27% groups were examined. Data was analyzed by SPSS 20.0 and LISREL 8.8.

Results: The results of confirmatory factor analysis demonstrated that the five items loaded on one factor and the uni-dimensional model was well fit ($\chi^2=8,48$, $sd= 4$, $RMSEA=,063$ ($p = 0,077$), $NFI=0,99$, $NNFI=0,99$, $CFI=1,00$, $IFI=1,00$, $RFI=0,98$, $GFI=0,99$, $AGFI=0,98$, $RMR=0,061$, and $SRMR=0,018$). Factor loadings ranged from .71 to .92. The internal consistency reliability coefficient of the scale was .90. Also, test-retest reliability coefficient was found as .78. The corrected item-total correlations ranged from .65 to .83. All the differences between the item mean-scores of the upper 27% and lower 27% groups were found significant. Finally, the negative correlations among fear of happiness, life satisfaction and subjective happiness could be taken as evidence for the concurrent validity of the FHS.

Discussion and Conclusions: The results of language equivalency showed that the correlations between the Turkish and English forms were acceptable. These results confirmed that the Turkish and English forms of the FHS might be regarded as equivalent. The original scale's factor structure that the five items loaded on one factor and confirmatory factor analysis

demonstrated that the factor structure was harmonized with the factor structure of the original scale. Thus, it can be said that the structural model of the FHS which consists of one factor was well fit to the Turkish culture. The internal consistency and test re-test reliability coefficients of the scale were acceptable. Considering that, item total correlations having a value of .30 and higher and significant t test results differences between each item's means of upper 27% and lower 27% are generally considered to be acceptable in terms of distinguishing between the traits to be measured for construing item total correlation, it is possible to state that item total correlations and t-test result regarding the scales are adequate. Overall, findings demonstrated that this scale had safe and acceptable validity and reliability scores (Marsh, Hau, Artelt, Baumert, & Peschar, 2006; Schermelleh-Engel & Moosbrugger 2003; Büyüköztürk, 2011). The FHS may be used as an efficient instrument in order to specially assess fear of happiness. However, further studies that will use the FHS are important for its measurement force.