

Psikolojik İyi Oluşun, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Umut ve Demografik Değişkenler Tarafından Yordanması*

Prediction of Psychological Well-Being by Intolerance to Uncertainty, Hope and Demographic Variables

İrem KAYACAN^[1] Tuğba YILMAZ BİNGÖL^[2]

Başvuru Tarihi: 26 Ocak 2024

ÖZ

Kabul Tarihi: 25 Mayıs 2024

Bu çalışmanın amacı, afet sürecinde üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun, belirsizliğe tahammülsüzlük, umut ve demografik değişkenlere göre yordanıp yordanmadığını incelemektir. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada ölçme aracı olarak "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği", "Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği", "Sürekli Umut Ölçeği" ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul'daki vakıf ve devlet üniversitelerinde okuyan 150'si kadın (62,2), 91'i erkek (37,8) toplam 241 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Veriler Google form aracılığıyla toplanmış ve verilerin analizinde Bağımsız Örneklem t-testi, ANOVA, Pearson Korelasyon analizi ve Regresyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre bağımsız değişkenler psikolojik iyi oluşun %49'unu açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre yordayıcı değişkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki göreceli önem sırası; sürekli umut, gelir düzeyi, belirsizliğe tahammülsüzlük, cinsiyet, afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı, olası bir afete hazır olma durumu, algılanan ebeveyn tutumudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde; gelir düzeyi, sürekli umut ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleri anlamlı bir etkiye sahiptir.

Anahtar Kelimeler: psikolojik iyi oluş, umut, belirsizliğe tahammülsüzlük, afet

Received Date: January 26, 2024

ABSTRACT

Accepted Date: May 25, 2024

The aim of this study is to examine whether the psychological well-being of university students during a disaster is predicted by intolerance to uncertainty, hope, and demographic variables. In this research, a relational screening model, one of the quantitative research methods, was used. The Psychological Well-being Scale, The Uncertainty Intolerance Scale, Dispositional Hope Scale and the Personal Information Form were used as measurement tools in the research. A total of 241 university students, 150 of whom are women (62.2%) and 91 of whom are men (37.8%), studying at foundation and state universities in Istanbul, constitute the working group of the research. The data were collected via a Google Form and the analysis included Independent Sample t-test, One-Way ANOVA, Pearson Correlation Analysis and Regression Analysis. According to the results, independent variables account for 49% of psychological well-being. When examining the t-test results for the significance of the regression coefficients, it appears that hope and income level have a significant effect.

Keywords: psychological well-being, hope, intolerance to uncertainty, disaster

Atf Cite Kayacan, İ., & Bingöl, T. (2024). Psikolojik iyi oluşun, belirsizliğe tahammülsüzlük, umut ve demografik değişkenler tarafından yordanması. *Humanistic Perspective*, 6 (2), 180-201. <https://doi.org/10.47793/hp.1426217>

* Bu makale 10-11-12 Mart 2023 tarihinde 5. Pozitif Psikoloji Kongresi'nde sunulan sözel bildirinin genişletilmiş halidir.

^[1] Yüksek Lisans | FSM Vakıf Üniversitesi | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0003-3312-4360 | iremkycn@gmail.com

^[2] Doç. Dr. | FSM Vakıf Üniversitesi | Eğitim Fakültesi | Eğitim Bilimleri Bölümü | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0002-1104-2244

GİRİŞ

Psikolojik iyi oluş, bireylerin her yönüyle kendini kabul etmesini, kişisel gelişimini devam ettirmesini, diğer insanlarla sağlıklı ve anlamlı ilişkiler kurabilmesini içeren bir bütündür (Ryff, 1995). Ryff'a göre psikolojik iyi oluşun; kendini kabul, diğer insanlarla olumlu ilişkiler, özerklik, çevresel hakimiyet, hayat amacı ve kişisel gelişim olmak üzere 6 temel alt boyutu bulunmaktadır. Kendini kabul, kişinin kendine ve geçmiş yaşantılarına karşı olumlu tutuma sahip olması ve benliğini tüm yönleriyle kabul etmesidir. Diğer insanlarla olumlu ilişkiler; insanlarla tatmin edici, güvene dayalı ve sıcak ilişkiler kurulmasıdır. Bu insanlar güçlü bir empati ve şefkat yeteneğine sahiptir. Özerklik, kişinin kendi kaderini tayin edebilmesi ve sosyal baskılara direnebilme yeteneğidir. Çevresel hakimiyet, çevreyi ve çevreyi kapsayan durumları yönetme becerisidir. Hayat amacı, yaşamda bir anlam ve amaç keşfetmeye yönelik çabalaradır. Kişisel gelişim ise kişinin yeni deneyimlere açık, potansiyelini gerçekleştirme duygusuna sahip olmasıdır (Ryff, 1995). Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization) ise psikolojik iyi oluşu bireylerin kendi yeteneklerini geliştirdiği, hayatın normal stresıyla başa çıkarak ruhsal açıdan iyilik hali içinde olması, kendine ve topluma üretkenliği ve verimliliğiyle katkı sağlaması, var olan potansiyelini kullanması ve zor durumlarla mücadele edebilmesi şeklinde tanımlamaktadır (World Health Organization [WHO], 2004). Savaş, şiddet, göç, kazalar, doğal afetler, kıtlık gibi farklı büyüklük ve etkiye sahip pek çok zorlu yaşam olayı, insan olmanın kaçınılmaz unsurlarını oluşturmakla beraber bireyin gelişimini ve iyi oluşunu etkilemektedir (Hefferon ve Boniwell, 2011). Psikolojik iyi oluşla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde umut ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün psikolojik iyi oluşla ilişkili kavramlardan olduğu görülmektedir.

Belirsizliğe tahammülsüzlük İngilizce'de karmaşıklık anlamına gelen "*ambiguity*" ve bilinmezlik anlamında kullanılan "*uncertainty*" kelimeleri ile ifade edilmektedir (Erguvan, 2015). Alanyazın incelendiğinde belirsizliğe tahammülsüzlük kavramının farklı şekillerde tanımlandığı görülse de sıklıkla kullanılan tanımın, olasılık ne kadar küçük olursa olsun bireyin olumsuz bir olayı kabul edilemez bulma eğilimi olduğu söylenilebilir. Günlük hayatın belirsizliklerle dolu olduğu düşünüldüğünde, belirsizliğe karşı tahammülsüz olan birinin hayatın birçok yönünü tahammül edilemez bulacağı düşünülmektedir (Dugas vd., 2001). Dolayısıyla bireyin yaşamına devam edebilmesi için psikolojik sisteminin belirsiz durumlarla uğraşması ve belli bir oranda belirliliğe ulaşması gerekmektedir. Bu nedenle günlük yaşamımızda sıkça karşılaştığımız bir olgu olan belirsizliği yönetme ya da azaltma ihtiyacı duyarız. Ancak ülkemizde var olan afetler, terör saldırıları, dış ilişkilere yönelik sorunlar, ekonomik dalgalanmalar, siyasi ve hukuki güvensizlikler gibi belirsizlikler yaşamımızda yer almaya devam etmektedir (Küçükkömürler, 2017) ve tüm bu belirsiz durumlar kişilerin psikolojik iyi oluşları üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır.

Bireylerin olumsuz durum ve duyguların üstesinden gelmelerinde önemli olduğu belirtilen bir diğer kavram ise umuttur. Umut alanyazında genellikle kişinin gelecekteki olaylara dair sahip olduğu olumlu duygular (Shenaar- Golan, 2015), zorlu yaşam olaylarıyla başa çıkma ve üstesinden gelmede kişiyi koruyan iyileştirici bir güç olarak tanımlanmaktadır (Oktan, 2012). Alanyazın incelendiğinde umudun psikolojik iyi oluşun önemli bir yordayıcısı olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmıştır (Kashdan vd., 2002; Michael ve Snyder, 2005; İmroğlu vd., 2021; Usta, 2013). Umut iyilik halini ve mutluluğu büyük ölçüde etkileyen önemli bir güçtür (Aydoğdu, 2021; Holdcraft ve Williamson, 1991). Çünkü Dufault ve Martocchio'a göre (1985) umut duygusuna sahip olan kişiler, umudun bireyin iyi olma durumuna etkisine inanmakta ve önemsemektedirler (akt. Usta, 2013).

Yaşadığımız yüzyılın en önemli sorunları arasında, tüm insanlığı etkileyen doğal afetler ve bu doğal afetler sonucunda insanların zarar görmesi gelmektedir. Afetlerin sağlık, ekonomik, sosyal ve psikolojik olmak üzere hem bireyi hem de toplumu etkileyecek birçok farklı etkisi bulunmaktadır (Kukuoğlu, 2018). 6 Şubat 2023 tarihinde Türkiye'de yaşanan, merkez üssü Kahramanmaraş'ın Pazarcık ve Elbistan ilçeleri olan deprem felaketi 11 ilde büyük yıkımlara yol açmıştır. Doğal afetler, hastalıklar veya sevilen bir yakının kaybedilmesi gibi zorlu yaşam olaylarının toplumsal ve siyasi etkileri olduğu kadar ruh sağlığı anlamında da önemli bireysel psikolojik etkileri bulunmaktadır. Zorlu yaşam olayları ile birlikte somatik rahatsızlıkların ortaya çıkabildiği, stres düzeyinin arttığı, anlamsal sorgulamaların yaşandığı ve psikolojik iyi olma halinde düşüş görüldüğü bilinmektedir (Krause vd., 2016; akt. Kaplan vd., 2022). Doğal afetler, birçok yönden hem kısa hem de uzun vadede psikolojik iyi oluşu etkileyerek psikolojik sıkıntılara yol açabilmekte ve önemli bir psikolojik yük oluşturabilmektedir (Şen, 2023). Başkalarının yaşadığı travmatik olaylara dolaylı yoldan şahit olan ya da medya aracılığı ile öğrenen kişilerin TSSB benzeri belirtiler göstermesi ikincil travma kavramı ile açıklanmaktadır (Gürdil, 2014). Yapılan çalışmalarda televizyon/ sosyal medya aracılığı ile travmatik olaylara maruz kalmanın da uyku bozukluğu, suçluluk hissi, bunaltı, mutsuzluk gibi TSSB belirtilerine sebep olabildiği görülmektedir (Ünal-Erzen ve Dikkatli, 2019). Literatür incelendiğinde afete dolaylı yoldan maruz kalan bireylerde psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut değişkenlerinin incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu noktada ülke olarak geçirdiğimiz bu zorlu süreçte depreme doğrudan maruz kalmasa da yakınlarından dinleyerek veya TV/ Sosyal medya aracılığı ile dolaylı yoldan maruz kalan bireylerin psikolojik iyi oluşlarını etkileyen faktörlerin incelenmesinin önemli olduğu ve literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Afet sürecinde üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun, belirsizliğe tahammülsüzlük, umut ve demografik değişkenlere göre yordanıp yordanmadığını incelemek amacıyla yapılan araştırmanın alt amaçları ise aşağıda belirtilmiştir:

1. Afet sürecinde, üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerinin cinsiyet, algılanan ebeveyn tutumu, gelir düzeyi, afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı ve olası bir afete hazır olma durumlarına göre incelemektir.
2. Afet sürecinde, üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemektir.

Bu amaçlar doğrultusunda araştırma soruları aşağıda verilmiştir.

1. Afet sürecinde, üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri; cinsiyet, algılanan ebeveyn tutumu, gelir düzeyi, afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı ve olası bir afete hazır olma durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Afet sürecinde, üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri; cinsiyet, algılanan ebeveyn tutumu, gelir düzeyi, afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı ve olası bir afete hazır olma durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
3. Afet sürecinde, üniversite öğrencilerinin umut düzeyleri; cinsiyet, algılanan ebeveyn tutumu, gelir düzeyi, afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı ve olası bir afete hazır olma durumlarına göre anlamlı bir şekilde farklılaşmakta mıdır?
4. Afet sürecinde, üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeyleri belirsizliğe tahammülsüzlük, umut ve demografik değişkenler tarafından yordanmakta mıdır?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modelleri “iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir” (Karasar, 2015, s.77-81).

Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2022-2023 eğitim-öğretim yılında. İstanbul'daki vakıf ve devlet üniversitelerinde okuyan 150'si kadın (62.2). 91'i erkek (37.8) toplam 241 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılara ilişkin betimsel istatistikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1

Katılımcılara ilişkin betimsel istatistikler

Değişkenler	n	%	n	%		
Gelir Durumu	Yetersiz	17	7.1	Evet	14	5.8
	Orta	174	72.2	Hayır	135	56
	İyi	50	20.7	Kısmen	92	38.2
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Koruyucu	91	41.1	Her zaman	103	42.7
	Demokratik	69	28.6	Sık sık	97	40.2
	İlgisiz	7	7.1	Bazen	25	12.1
	Otoriter	56	23.2	Nadiren	12	5
Cinsiyet	Kadın	150	62.2			
	Erkek	91	37.8			

Tablo 2

Sürekli Umut Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği'ne ilişkin betimsel istatistikler

	n	min	max	\bar{X}	SS
Sürekli umut	241	2.13	8.0	60.10	11.32
Psikolojik iyi oluş	241	1.382	7.00	51.37	10.66
Belirsizliğe tahammülsüzlük	241	1.33	4.83	33.84	.792

Tablo 2 incelendiğinde, Sürekli Umut Ölçeği ortalaması (\bar{X} =60.10, SS=11.32), Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ortalaması (\bar{X} =51.37 SS=10.66), Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ortalaması (\bar{X} =33.84, SS=.792) 'dir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada ölçme aracı olarak "Psikolojik İyi Oluş Ölçeği", "Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği", "Sürekli Umut Ölçeği" ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Veriler Google Form aracılığıyla toplanmıştır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği. Diener ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilip Telef (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış olan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, 8 madde, tek alt boyuttan oluşmaktadır. 7'li Likert (1: Kesinlikle katılmıyorum - 7: Kesinlikle katılıyorum) formunda olan ölçekte ters madde bulunmamakta ve alınan puanlar arttıkça bireyin psikolojik iyi oluşu da artmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan 56'dır. Güvenilirlik analizleri kapsamında Cronbach Alpha katsayısı .80, test-tekrar-test güvenilirliği .86 olarak bulunmuş ölçeğin güvenilirliği ise .88 olarak hesaplanmıştır.

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği. Carleton ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilip Sarıçam ve arkadaşları tarafından (2014) Türkçe'ye uyarlanan Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (BTÖ-12), "İleriye Yönelik Kaygı" ve "Engelleyici Kaygı" olmak üzere 2 boyut ve toplam 12 maddeden oluşmaktadır. 5'li Likert (1: Bana hiç uygun değil - 5: Bana tamamen uygun) formunda olan ölçekte ters madde bulunmamakta ve ölçeğin geneli ve alt boyutlar için ayrı ayrı puan alınmaktadır. Ölçekten alınan puanlar arttıkça belirsizliğe tahammülsüzlük de aynı oranda artmaktadır. Ölçeğin faktör yükleri .55 ile .87 arasında sıralanmakta olup; Cronbach Alpha iç tutarlık katsayı ölçeğin tamamı için .88; ileriye yönelik kaygı alt boyutu için .84, engelleyici kaygı alt boyutu için .77 olarak bulunmuştur..

Sürekli Umut Ölçeği. Snyder ve arkadaşları (1991) tarafından 15 yaş ve üzerindeki bireylerin umut düzeyini saptamak için geliştirilen, Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçek, toplamda 12 madde ve "alternatif yollar düşüncesi" ve "eyleyici düşünce" olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınan puan arttıkça umut düzeyi de artmaktadır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucu uyum indeksleri GFI = .96, AGFI = .92, RMR = .08, NNFI =.94, RFI = .90, CFI = .96 ve RMSEA = .077 olarak hesaplanmıştır. İç tutarlılık katsayısı .83 bulunmuştur.

Kişisel Bilgi Formu. Bu formla, araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, algılanan ebeveyn tutumu, gelir düzeyi, afet sürecini TV/Sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı ve olası bir afete hazır olma durumlarına ilişkin bilgileri alınmıştır.

Veri Toplama Süreci

Araştırma için İstanbul'daki vakıf ve devlet üniversitelerindeki lisans düzeyinde eğitim gören 241 öğrenciden Google Form üzerinden anket yöntemiyle veri toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada öncelikle verilerin dağılımı incelenmiştir. George ve Mallery (2010) çarpıklık ve basıklık değerlerinin -2 değerleri arasında olması durumunda verilerin normal dağılım gösterdiğinin kabul edilebileceğini belirtmektedir. Yapılan analizlerde elde edilen puanların bu değerler arasında olduğu gözlemlendiğinden verilerin dağılımlarının normal olduğu kabul edilmiştir. Araştırma kapsamında toplanan verilerin analizinde, SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun, belirsizliğe tahammülsüzlük, umut ve demografik değişkenlere göre yordanıp yordanmadığını incelemesinde regresyon analizi; üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesinde bağımsız örneklem t-testi; algılanan ebeveyn tutumu, gelir düzeyi, afet sürecini TV/Sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı ve olası bir afete hazır olma durumlarına göre incelenmesinde ANOVA ve psikolojik iyi oluş, belirsizliğe

tahammülsüzlük ve umut arasındaki ilişkilerin incelenmesinde ise Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

Etik Onay

Araştırma kapsamında, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 13.09.2023 tarihinde, 27/09 sayılı kararla araştırma sürecinde kullanılacak tüm ölçme ve değerlendirme araçları için onay alınmıştır.

BULGULAR

1. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Psikolojik İyi Oluş, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umut Düzeyleri ile İlgili Bulgular

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerine yönelik t-testi sonuçları tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerine yönelik t-testi sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	t	sd	p
PİO	Kadın	150	51.758	104.383	.717	239	.474
	Erkek	91	50.742	110.522			
SU	Kadın	150	59.808	116.963	-.519	239	.604
	Erkek	91	60.591	107.357			
İYK	Kadın	134	35.629	.75760	1.061	239	.290
	Erkek	76	34.553	.77223			
EK	Kadın	134	32.573	.97329	1.176	159.629	.241
	Erkek	76	30.813	121.032			
TBT	Kadın	134	34.356	.74367	1.247	168.259	.214
	Erkek	76	32.995	.86567			

PİO: Psikolojik İyi Oluş, **SU:** Sürekli Umut, **İYK:** İleriye Yönelik Kaygı, **EK:** Engelleyici Kaygı, **TBT:** Toplam Belirsizliğe Tahammülsüzlük
 $p < .05$

Psikolojik iyi oluş düzeyinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği bağımsız örneklem t- testi ile incelendiğinde öğrencilerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin ($t_{(239)}=.717$; $p > .05$) cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmektedir. Benzer şekilde öğrencilerin umut düzeylerinin ($t_{(239)}=-.519$; $p > .05$) ve toplam belirsizliğe tahammülsüzlük puan ortalamaları ($t_{(168.259)}=.1.247$; $p > .05$) ile ileriye yönelik kaygı ($t_{(239)}=.1.061$; $p > .05$) ve engelleyici kaygı ($t_{(239)}=.1.176$; $p > .05$) alt boyutlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

2. Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Ebeveyn Tutumu Değişkenine Göre Psikolojik İyi Oluş, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umut Düzeyleri ile İlgili Bulgular

Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumu değişkenine göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerine yönelik ANOVA testi sonuçları tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4

Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumu değişkenine göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerine yönelik ANOVA testi sonuçları

Değişken	Grup	N	X	Ss	Varyans	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Kareler ortalaması	F	p
PİO	Koruyucu	69	52.409	.99915	Grup İçi	2.113	3	.704	.617	.605
	Demokratik	56	49.821	112.523	Gruplar arası	270.756	237	1.142		
	İlgisiz	99	51.528	108.409	Toplam	272.869	240			
	Otoriter	17	51.397	106.239						
	Toplam	241	51.374	106.628						
SU	Koruyucu	69	61.123	100.873	Grup İçi	5.808	3	1.219	1.519	.210
	Demokratik	56	59.420	116.555	Gruplar arası	302.104	237	1.270		
	İlgisiz	99	58.990	121.424	Toplam	307.912	240			
	Otoriter	17	64.706	.92547						
	Toplam	241	60.104	113.268						
İYK	Koruyucu	69	34.762	.79376	Grup İçi	5.246	3	1.749	3.709	.028
	Demokratik	56	37.755	.68801	Gruplar arası	134.599	237	.568		
	İlgisiz	99	34.012	.76542	Toplam	139.845	240			
	Otoriter	17	35.798	.72046						
	Toplam	241	35.222	.76334						
EK	Koruyucu	69	29.797	100.478	Grup İçi	11.208	3	3.736	3.360	.020
	Demokratik	56	35.286	.92985	Gruplar arası	263.532	237	1.112		
	İlgisiz	99	31.051	112.098	Toplam	274.740	240			
	Otoriter	17	34.353	122.930						
	Toplam	241	31.909	106.993						
TBT	Koruyucu	69	32.693	.79136	Grup İçi	7.002	3	2.334	3.844	.010
	Demokratik	56	36.726	.67995	Gruplar arası	143.896	237	.607		
	İlgisiz	99	32.778	.81022	Toplam	150.898	240			
	Otoriter	17	35.196	.84960						
	Toplam	241	33.842	.79293						

PİO: Psikolojik İyi Oluş, SU: Sürekli Umudun, İYK: İleriye Yönelik Kaygı, EK: Engelleyici Kaygı, TBT: Toplam Belirsizliğe Tahammülsüzlük $p < .05$

Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş, sürekli umudun ve belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin algıladıkları ebeveyn tutumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla ANOVA testi uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin psikolojik iyi oluş ($F_{(3,237)} = 617$; $p > .05$) ve sürekli umudun düzeylerinin ($F_{(3,237)} = 1.519$; $p > .05$) algıladıkları ebeveyn tutumuna göre farklılaşmadığı görülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinde ise algıladıkları ebeveyn tutumuna göre ileriye yönelik kaygı ($F_{(3,237)} = 3.079$; $p < .05$), engelleyici kaygı ($F_{(3,237)} = 3.360$; $p < .05$) alt boyutları ve toplam belirsizliğe tahammülsüzlük ortalamaları [$F_{(3,237)} = 3.844$; $p < .05$] arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farkın kaynağını belirlemek için yapılan post-hoc (Tukey) testi sonucunda, otoriter ebeveyn tutumu algısına ($\bar{X} = 36.726$) sahip olan öğrencilerin toplam belirsizliğe tahammülsüzlük puanlarının demokratik ($\bar{X} = 32.693$) ve koruyucu ($\bar{X} = 32.778$) ebeveyn tutumu algısına sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Benzer şekilde engelleyici kaygı alt boyutunda da otoriter ebeveyn tutumu algısına ($\bar{X} = 35.286$) sahip olan öğrencilerin puanlarının demokratik ($\bar{X} = 29.797$) ve koruyucu ($\bar{X} = 31.051$) ebeveyn tutumu algısına sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir. İleriye

yönelik kaygı alt boyutunda ise otoriter ebeveyn tutumu algısına ($\bar{X} = 37.755$) sahip olan öğrencilerin puanlarının koruyucu ($\bar{X} = 34.012$) ebeveyn tutumu algısına sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür.

3. Üniversite Öğrencilerinin Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Psikolojik İyi Oluş, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umut Düzeyleri ile İlgili Bulgular

Tablo 5

Üniversite öğrencilerinin gelir düzeyi değişkenine göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerine yönelik ANOVA testi sonuçları

Değişken	Grup	N	X	Ss	Varyans	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Kareler ortalaması	F	p
PİO	İyi	50	54.150	106.619	Grup İçi	14.122	2	7.061	6.495	.002
	Orta	174	51.336	.96494	Gruplar arası	258.747	238	1.087		
	Yetersiz	17	43.603	161.951	Toplam	272.869	240			
	Toplam	241	51.374	106.628						
SU	İyi	50	60.350	131.733	Grup İçi	.069	2	.035	.027	.974
	Orta	174	60.079	107.841	Gruplar arası	307.842	238	1.293		
	Yetersiz	17	59.632	116.237	Toplam	307.912	240			
	Toplam	241	60.104	113.268						
İYK	İyi	50	35.457	.76180	Grup İçi	1.038	2	.519	.890	.412
	Orta	174	34.934	.75726	Gruplar arası	138.808	238	.583		
	Yetersiz	17	37.479	.83533	Toplam	139.845	240			
	Toplam	241	35.222	.76334						
EK	İyi	50	30.600	103.431	Grup İçi	3.086	2	1.543	1.352	.261
	Orta	174	31.931	105.500	Gruplar arası	271.654	238	1.141		
	Yetersiz	17	35.529	129.137	Toplam	274.740	240			
	Toplam	241	31.909	106.993						
TBT	İyi	50	33.433	.76016	Grup İçi	1.484	2	.742	1.182	.309
	Orta	174	33.683	.78216	Gruplar arası	149.414	238	.628		
	Yetersiz	17	36.667	.97673	Toplam	150.898	240			
	Toplam	241	33.842	.79293						

PİO: Psikolojik İyi Oluş, SU: Sürekli Umut, İYK: İleriye Yönelik Kaygı, EK: Engelleyici Kaygı, TBT: Toplam Belirsizliğe Tahammülsüzlük $p < .05$

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin algılanan gelir düzeyine göre toplam psikolojik iyi oluş puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($F_{(2,238)} = 6.495$; $p < .05$). Farkın kaynağını belirlemek için yapılan post-hoc (Tukey) testi sonucunda, gelir düzeyini yetersiz olarak algılayan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{X} = 43.603$), gelir düzeyini iyi ($\bar{X} = 54.150$) ve orta ($\bar{X} = 51.336$) olarak algılayan öğrencilerin puan ortalamalarından daha düşük toplam psikolojik iyi oluş puanlarına sahip oldukları belirlenmiştir. ANOVA sonuçlarına göre algılanan gelir düzeyleri farklı olan öğrencilerin sürekli umut ($F_{(2,238)} = .027$; $p > .05$), ve belirsizliğe tahammülsüzlük ($F_{(2,238)} = 1.182$; $p > .05$) ile engelleyici kaygı ($F_{(2,238)} = .261$; $p > .05$) ve ileriye yönelik kaygı ($F_{(2,238)} = .890$; $p > .05$) alt boyut puan ortalamaları arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

4. Üniversite Öğrencilerinin Afet Sürecini TV/Sosyal Medya Üzerinden Takip Etme Sıklıklarına Göre Psikolojik İyi Oluş, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umut Düzeyleri ile İlgili Bulgular

Tablo 6

Üniversite öğrencilerinin afet sürecini tv/sosyal medya üzerinden takip etme sıklıklarına göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerine yönelik ANOVA testi sonuçları

Değişken	Grup	N	X	Ss	Varyans	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Kareler ortalaması	F	p
PİO	Her zaman	103	52.427	111.965	Grup İçi	3.404	3	1.135	.998	.395
	Sık sık	97	50.232	100.492	Gruplar arası	269.465	237	1.137		
	Bazen	29	50.431	110.057	Toplam	272.869	240			
	Nadiren	12	53.854	.98779						
	Toplam	241	51.374	106.628						
SU	Her zaman	103	61.942	113.107	Grup İçi	14.189	3	4.730	3.816	.011
	Sık sık	97	57.410	107.971	Gruplar arası	293.723	237	1.239		
	Bazen	29	60.302	122.048	Toplam	307.912	240			
	Nadiren	12	65.625	.93465						
	Toplam	241	60.104	113.268						
İYK	Her zaman	103	37.171	.71568	Grup İçi	7.446	3	2.482	4.443	.005
	Sık sık	97	33.873	.74172	Gruplar arası	132.399	237	.559		
	Bazen	29	34.286	.75400	Toplam	139.845	240			
	Nadiren	12	31.667	101.899						
	Toplam	241	35.222	.76334						
EK	Her zaman	103	34.117	115.192	Grup İçi	9.447	3	3.149	2.813	.040
	Sık sık	97	30.433	.95229	Gruplar arası	265.292	237	1.119		
	Bazen	29	30.621	.99010	Toplam	274.740	240			
	Nadiren	12	28.000	118.475						
	Toplam	241	31.909	106.993						
TBT	Her zaman	103	35.898	.79894	Grup İçi	8.247	3	2.749	4.567	.004
	Sık sık	97	32.440	.72091	Gruplar arası	142.651	237	.602		
	Bazen	29	32.759	.77187	Toplam	150.898	240			
	Nadiren	12	30.139	.99863						
	Toplam	241	33.842	.79293						

PİO: Psikolojik İyi Oluş, SU: Sürekli Umut, İYK: İleriye Yönelik Kaygı, EK: Engelleyici Kaygı, TBT: Toplam Belirsizliğe Tahammülsüzlük $p < .05$

Öğrencilerin afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklıklarına göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve sürekli umut düzeylerinin anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla ANOVA testi uygulanmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklıkları ile psikolojik iyi oluş düzeyleri ($F_{(3,237)} = .998; p > .05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklıklarına göre sürekli umut puan ortalamaları ($F_{(3,237)} = 3.816; p < .05$) arasında ise istatistiksel olarak

anlamli bir farklılık bulunmuştur. Farkın kaynağını belirlemek için yapılan post-hoc (Tukey) testi sonucunda, süreci TV/sosyal medya üzerinden sık sık takip eden öğrencilerin (\bar{X} = 57.410) sürekli umut düzeylerinin nadiren takip eden öğrencilere (\bar{X} = 65.625) göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Toplam belirsizliğe tahammülsüzlük ($F_{(3,237)} = 4.567$; $p < .05$) ve alt boyutlarından ileriye yönelik kaygı ($F_{(3,237)} = 4.443$; $p < .05$) ve engelleyici kaygı ($F_{(3,237)} = 2.813$; $p < .05$) ile afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farkın kaynağını belirlemek için yapılan post-hoc (Tukey) testi sonucunda süreci TV/sosyal medya üzerinden her zaman takip eden öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük (\bar{X} = 35.898), ileriye yönelik kaygı (\bar{X} = 37.171) ve engelleyici kaygı (\bar{X} = 34.117) düzeylerinin sık sık takip eden öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük (\bar{X} = 32.440), ileriye yönelik kaygı (\bar{X} = 33.873) ve engelleyici kaygı (\bar{X} = 30.433) düzeylerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

5. Üniversite Öğrencilerinin Olası Bir Afete Hazır Olma Durumlarına Göre Psikolojik İyi Oluş, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umut Düzeyleri ile İlgili Bulgular

Tablo 7

Üniversite Öğrencilerinin Olası Bir Afete Hazır Olma Durumlarına Göre Psikolojik İyi Oluş, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umut Düzeylerine Yönelik ANOVA testi Sonuçları

Değişken	Grup	N	X	Ss	Varyans	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi	Kareler ortalaması	F	p
PİO	Evet	14	54.018	.85931	Grup İçi	3.192	2	1.596	1.409	.247
	Kısmen	92	52.391	.94974	Gruplar arası	269.677	238	1.133		
	Hayır	135	50.407	115.253	Toplam	272.869	240			
	Toplam	241	51.374	106.628						
SU	Evet	14	62.946	.90353	Grup İçi	2.344	2	1.172	.913	.403
	Kısmen	92	60.788	113.097	Gruplar arası	305.567	238	1.284		
	Hayır	135	59.343	115.435	Toplam	307.912	240			
	Toplam	241	60.104	113.268						
İYK	Evet	14	37.143	.72843	Grup İçi	4.874	2	2.437	4.297	.015
	Kısmen	92	33.432	.80005	Gruplar arası	134.971	238	.567		
	Hayır	135	36.243	.72187	Toplam	139.845	240			
	Toplam	241	35.222	.76334						
EK	Evet	14	33.429	115.673	Grup İçi	6.068	2	3.034	2.688	.070
	Kısmen	92	29.891	101.694	Gruplar arası	268.672	238	1.129		
	Hayır	135	33.126	108.301	Toplam	274.740	240			
	Toplam	241	31.909	106.993						
TBT	Evet	14	35.595	.86691	Grup İçi	5.342	2	2.671	4.367	.014
	Kısmen	92	31.957	.79283	Gruplar arası	145.556	238	.612		
	Hayır	135	34.944	.76581	Toplam	150.898	240			
	Toplam	241	33.842	.79293						

PİO: Psikolojik İyi Oluş, SU: Sürekli Umut, İYK: İleriye Yönelik Kaygı, EK: Engelleyici Kaygı, TBT: Toplam Belirsizliğe Tahammülsüzlük $p < .05$

ANOVA sonuçlarına bakıldığında öğrencilerin olası bir afete hazır olma durumlarına göre psikolojik iyi oluş ($F_{(2,238)} = 1.409; p > .05$) ve sürekli umut düzeyleri ($F_{(2,238)} = .913; p > .05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya çıkmamıştır. Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına bakıldığında üniversite öğrencilerinin olası bir afete hazır olma durumlarına göre toplam belirsizliğe tahammülsüzlük ($F_{(2,238)} = 4.367; p < .05$) ve ileriye yönelik kaygı puanları ($F_{(2,238)} = 4.297; p < .05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Farkın kaynağını belirlemek için yapılan post-hoc (Tukey) testi sonucunda, olası bir afete karşı hazır olmadığını düşünen öğrencilerin toplam belirsizliğe tahammülsüzlük ($\bar{X} = 34.944$) ve ileriye yönelik kaygı puanlarının ($\bar{X} = 36.243$) kısmen hazır olduğunu düşünen öğrencilere göre toplam belirsizliğe tahammülsüzlük ($\bar{X} = 31.957$) ve ileriye yönelik kaygı puanlarının ($\bar{X} = 33.432$) daha yüksek olduğu görülmektedir.

6. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Umut Düzeyleri Arasındaki İlişki

Tablo 8

Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon analizi sonuçları

Değişkenler	1.	2.	3.	4.	5.
1.İleriye yönelik kaygı	1	.563**	.884**	-.086	.042
2.Engelleyici kaygı		1	.884**	-.212**	-.191*
3.Toplam Belirsizliğe tahammülsüzlük			1	-.155*	-.060
4.Psikolojik İyi oluş				1	.661**
5.Sürekli umut					1

** $p < .01$ * $p < .05$

Araştırma kapsamında “psikolojik iyi oluş”, “belirsizliğe tahammülsüzlük” ve “umut” değişkenlerinin arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında katılımcıların psikolojik iyi oluşları ile umut düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .661; p < .01$). Psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün engelleyici kaygı alt boyutu ($r = -.212; p < .01$) ile toplam belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi ($r = -.155; p < .01$) arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. Sürekli umut ile belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği alt boyutlarından engelleyici kaygı boyutu puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir ($r = -.191; p < .01$). Bununla birlikte, sürekli umut puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük toplam puan ve ileriye yönelik kaygı alt boyutu puanları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

7. Psikolojik İyi Oluşun, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Umud ve Demografik Değişkenlere Göre Yordanıp Yordanmadığına Yönelik Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Tablo 9

Üniversite öğrencilerinde belirsizliğe tahammülsüzlük, umud ve demografik değişkenlerin psikolojik iyi oluşa etkisinin regresyon analizi sonuçları

Değişkenler	B	SH	β	%95 Güven Aralığı		t	p
				Alt Sınır	Üst Sınır		
Cinsiyet	-.125	.105	-.057	-1192	.235	-1.913	.235
Algılanan ebeveyn tutumu	-.011	.052	-.010	-.208	.836	-.154	.836
Gelir düzeyi	-.388	.101	-.186	-3849	.000	-3.590	.000
Takip sıklığı	-.057	.061	-.045	-.934	.351	-.455	.351
Olası bir afete karşı hazırlık durumu	-.020	.085	-.012	-.238	.812	-.132	.812
Sürekli umud	.611	.065	.649	-1971	.050	13.108	.000
Belirsizliğe tahammülsüzlük	-.129	.045	-.96	13729	.000	-2.598	.50
Sabit	2.973	.502		5921	.000		.000

R²=0.488
F (6-203) = 34.301, P<0.01

Elde edilen sonuçlara göre bağımsız değişkenler psikolojik iyi oluşun %49'unu açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki görece önem sırası; sürekli umud, gelir düzeyi, belirsizliğe tahammülsüzlük, cinsiyet, afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı, olası bir afete hazır olma durumu, algılanan ebeveyn tutumudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin p değerleri incelendiğinde; gelir düzeyi, sürekli umud ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleri anlamlı bir etkiye sahiptir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umud düzeyinin cinsiyet değişkenine göre farklılık göstermediği belirlenmiştir. Koçyigit'in (2019) yapmış olduğu çalışmada da bu çalışmada elde edilen bulgulara benzer olarak psikolojik iyi oluşun cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmüştür. Küçük (2020) yılında yetişkinlerin öz şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelediği çalışmada 46 kişi ile çalışmış ve katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinde cinsiyete göre bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Tuzgöl Dost'un (2010) yapmış olduğu çalışmada da iyi oluş cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Çalışmalardan elde edilen bulgular demografik değişkenlerin iyi oluş üzerinde etkili olmadığını göstermektedir. Dolayısıyla cinsiyet değişkeni de iyi oluş üzerinde güçlü bir etkiye sahip değildir (Diener vd., 2003; akt. Tuzgöl Dost, 2010).

Literatür incelendiğinde umud düzeyinin bu çalışmada elde edilen bulgulara benzer olarak cinsiyete göre farklılaşmadığı çalışmalara rastlanmıştır (Feldman ve Snyder, 2005; Kocaman 2019; Tarhan 2012). Tarhan (2012) yapmış olduğu çalışmada umud düzeyinin cinsiyete göre

anlamli bir farklılık göstermemesini umudun cinsiyet değil toplumsal cinsiyet rollerinden etkilenmesi ile açıklamıştır. Her ne kadar kadın ve erkekler için bir birey olarak toplumda var olma süreçleri, amaçları ve başarı algıları birbirlerinden farklı olsa da koyulan hedefler kadınlar için de erkekler için de eşit öneme sahiptir. Dolayısıyla kadın ve erkeklerin umut düzeyleri arasında anlamli bir farklılaşma görülmemesinin doğal olduğu düşünülmektedir. Ayrıca çalışma grubunun üniversite öğrencilerinden oluşmasının da elde edilen bulguda etkili olduğu savunulmaktadır. Tarhan (2012) üniversite öğrencilerinin lisans eğitimi alma fırsatı olmayan akranlarına kıyasla yaşam amaçlarına daha fazla yaklaştıkları ve eğitimleri noktasında çoğunlukla ailelerinin desteğini almış olmalarından kaynaklı olarak daha başarılı kabul edildiklerini savunmaktadır. Umut başarı ile ilişkilendirilen bir kavramdır ve cinsiyetin umut üzerinde etkili bir değişken olmaması çalışma grubunun özellikleri ile açıklanmıştır. Yapmış olduğumuz bu çalışmanın da üniversite öğrencileri ile yürütüldüğü düşünüldüğünde elde edilen bulgu benzer şekilde açıklanabilir.

Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumu değişkenine göre psikolojik iyi oluş ve umut düzeylerinin algılanan ebeveyn tutumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür. Karabeyeser'in (2013) üniversite öğrencileri ile yapmış olduğu çalışmada ebeveyn tutumu ile psikolojik iyi oluşun alt boyutlarından olan özerklik arasında anlamli bir farklılık görülmemiştir. Ancak Strage ve Brant 'a (1999) göre özerkliği destekleyen bir ebeveyn tutumuyla büyüyen kişiler daha özgüvenli ve sağlıklı ilişkiler kurabilmektedirler. Karabeyeser (2013) ebeveyn tutumu algısı ile psikolojik iyi oluş arasında anlamli bir farklılaşmanın görülmemesinin kültürle açıklanabileceğini savunmakta ve ülkemizde bireylerin özerk davranışlar göstermesinin çoğu zaman uyumsuzluk olarak algılandığını belirtmektedir. Benzer şekilde Lavasani ve arkadaşları (2011) yapmış oldukları çalışma sonucunda demokratik algılanan anne-baba tutumunun psikolojik iyi oluşu yordamadığı sonucuna ulaşmışlardır. Umut düzeyinin ebeveyn tutumuna göre değişiklik gösterip göstermediğine yönelik literatür incelendiğinde ise koruyucu ebeveyn tutumuna sahip üniversite öğrencilerinin ilgisiz, demokratik, otoriter ebeveyn tutumuna sahip üniversite öğrencilerinden daha yüksek umut düzeyine sahip olduklarına yönelik çalışmalara rastlanmıştır (Shorey vd., 2003; Usta, 2013).

Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde otoriter ebeveyn tutumu algısına sahip olan öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük alt boyut ve toplam puanlarının demokratik ve koruyucu ebeveyn tutumu algısına sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde elde edilen sonuç literatürü destekler niteliktedir (Erguvan, 2015). Otoriter tutum sergileyen ebeveynler çocukların yaşamını hep kendi belirledikleri kurallar doğrultusunda yönlendirir, seçim yapma, karar verme süreçlerinde bağımsızlığı desteklemezler. Hayatları hep birilerinin belirlediği düzen içinde yetişmiş olan bireyler için değişikliklere adapte

olmak zordur. Zorlu durumlarda karar veremez ve baş etmekte zorlanırlar. Bu nedenle, ortaya çıkan sonuçlar, deprem dolayısıyla var olan düzenin bozulmasının başkalarına bağımlı insanların belirsizliğe daha yüksek tahammülsüzlük göstermesine sebep olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Üniversite öğrencilerinin gelir düzeylerine göre belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeylerinin gelir düzeyine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde elde edilen bulgunun yapılan çalışmaların bazılarını destekler nitelikte olduğu görülmektedir (Erguvan, 2015; İşgör vd., 2023). Ortaya çıkan sonuç özellikle afetin ilk günlerinde gelirin hiçbir işe yaramaması, elde edilen gelirlerin bir anda yok olabileceğinin görülmesi ile önemsiz olduğunun fark edilmiş olabileceği şeklinde yorumlanabilir.

Üniversite öğrencilerinin gelir düzeylerine göre psikolojik iyi oluşlarının ise anlamlı şekilde farklılaştığı ve gelir düzeyini yetersiz olarak algılayan öğrencilerin psikolojik iyi oluşlarının, gelir düzeyini iyi ve orta olarak algılayan öğrencilerden daha düşük olduğu belirlenmiştir. İlgili literatür incelendiğinde elde edilen sonucun çalışmalarla tutarlılık gösterdiği ve gelir seviyesini yüksek olarak algılayan öğrencilerin düşük olarak algılayanlara göre psikolojik iyi oluşlarının daha yüksek olduğu görülmüştür (Cenkseven, 2004; Erguvan, 2015; Kaplan, vd., 2008; Şimşek, 2022). Dolayısıyla elde edilen bulgulara dayanarak algılanan gelir düzeyinin psikolojik iyi oluş üzerinde etkili bir faktör olduğu söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinin afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklıklarına göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeyleri incelendiğinde, psikolojik iyi oluş düzeylerine göre farklılaşma görülmezken, toplam belirsizliğe tahammülsüzlük ve alt boyutlarından ileriye yönelik kaygının afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığına göre farklılık gösterdiği bulunmuş ve süreci TV/sosyal medya üzerinden her zaman takip eden öğrencilerin belirsizliğe tahammülsüzlük ve ileriye yönelik kaygı düzeylerinin sık sık takip eden öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgulara bakıldığında süreci TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı arttıkça belirsizliğe tahammülsüzlüğün ve ileriye yönelik kaygının arttığı söylenebilir. Kazan'ın (2021) trajik haberlerin hedef kitle üzerindeki psikolojik etkisini incelemek amacıyla yürütmüş olduğu çalışmada katılımcılar trajik haberlere karşı merak duyduklarını ve deprem, sel gibi doğal afetlerle birlikte hayatın anlamını sorgulamaya başladıklarını, her an sonlanacak hissi ile kendilerini güvensiz hissettiklerini ifade etmektedirler. Dolayısıyla felaket durumlarında sürecin medya aracılığıyla sık sık takip edilmesinin gelecekte neler olacağına dair yaşanan kaygıyı arttırması ve bireylerin belirsizlikle baş edebilmeleri noktasında olumsuz sonuçlar doğurabileceği görülmektedir.

Öğrencilerin afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklıklarına göre sürekli umut düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuş ve süreci TV/sosyal medya üzerinden sık sık takip eden öğrencilerin sürekli umut düzeylerinin nadiren

takip eden öğrencilere göre daha düşük olduğu görülmüştür. Ünal Erzen ve Dikkatli'nin (2019) 17 Ağustos 1999 depreminin ardından değerlendirilen, deprem bölgesinde bulunmadığı ve depremi hissetmediği halde depremin ardından yaşanan olayları, ölümleri, kurtarma çalışmalarını televizyon kanallarından sürekli izlemiş ve travmatize olmuş 10 olgu ile yapmış oldukları çalışmada olgularda; uyku bozukluğu, suçluluk hissi, bunaltı, mutsuzluk gibi psikolojik iyi oluşu etkileyebilecek yakınmalar görülmüştür. Dolayısıyla bu çalışma her ne kadar diğer bölgelerdeki insanların olayla ilgili bilgilenmesini ve empati oluşturarak sosyal desteği sağlıyor olsa da medyanın uygun olmayan görüntüler aracılığıyla travmatik sonuçlar doğurabileceğini de göstermiştir. Deprem, terör olayları, bombalı saldırılar, tecavüz, cinayet, yangın ve sel felaketleri gibi afetlerin ardından medyanın olayı ele alış biçimi, yaptığı yayınlar ve süresi olumlu veya olumsuz olabilecek sonuçlar doğurabilir (Ünal-Erzen ve Dikkatli, 2019).

Üniversite öğrencilerinin olası bir afete hazır olma durumlarına göre psikolojik iyi oluş, belirsizliğe tahammülsüzlük ve umut düzeyleri incelendiğinde psikolojik iyi oluş ve umut düzeyleri ile farklılaşmazken, belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyinin ileriye yönelik kaygı alt boyutunda istatistiksel farklılaşma bulunmuş ve olası bir afete karşı hazır olmadığını düşünen öğrencilerin kısmen hazır olduğunu düşünen öğrencilere göre ileriye yönelik kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür. Bireylerin bir durumu öngörüp hazır hissetmesi tahammüllerini arttıracığı söylenebilir.

Üniversite öğrencilerinde “psikolojik iyi oluş”, “belirsizliğe tahammülsüzlük” ve “umut” değişkenleri arasındaki ilişki incelendiğinde katılımcıların psikolojik iyi oluşları ile umut düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatür incelendiğinde yapılan çalışmaların bu bulguyu destekler nitelikte olduğu görülmektedir (Kocaman, 2019; İmroğlu, vd., 2021; Usta, 2013; Tarhan ve Bacanlı, 2016). Bu noktada toplum olarak yaşadığımız bu zorlu süreçte geleceğe umut gibi pozitif duygularla yaklaşıyor olmanın iyi oluşumuzu korumada oldukça önemli bir güç olduğu söylenebilir. Psikolojik iyi oluş ile belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki bulunmuştur. İlgili literatür incelendiğinde benzer bulgulara sahip birçok çalışmaya rastlanmıştır (Arslan, vd., 2021; Erguvan, 2015; Koçyiğit, 2019; Şimşek, 2022). Belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyi yüksek kişiler gelecekte nelerle karşılaşacaklarını bilmek isterler. Deprem felaketi ve sonrası ise tüm ülke için zorlu olduğu gibi olası bir İstanbul depremi ihtimali, üniversitelerin uzaktan eğitime geçişi gibi belirsiz durumların artması depreme dolaylı yoldan maruz kalmış öğrencilerin iyi oluşlarını olumsuz yönde etkilemiştir.

Son olarak sürekli umut ile belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği alt boyutlarından engelleyici kaygı boyutu puanları arasında negatif yönde, düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, sürekli umut puanları ile belirsizliğe tahammülsüzlük toplam

puan ve ileriye yönelik kaygı alt boyutu puanları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Literatür incelendiğinde elde edilen bulguların tutarlılık gösterdiği ve umut ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür (Karataş ve Tagay, 2021; Sarıçam vd., 2020).

Elde edilen sonuçlara göre bağımsız değişkenler psikolojik iyi oluşun %49'unu açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre, yordayıcı değişkenlerin psikolojik iyi oluş üzerindeki görece önem sırası; sürekli umut, gelir düzeyi, belirsizliğe tahammülsüzlük, cinsiyet, afet sürecini TV/sosyal medya üzerinden takip etme sıklığı, olası bir afete hazır olma durumu, algılanan ebeveyn tutumudur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t- testi sonuçları incelendiğinde, psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı yordayıcılar olduğu görülmektedir. Gelir düzeyi, sürekli umut ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleri anlamlı bir etkiye sahiptir. Literatür incelendiğinde umudun psikolojik iyi oluşun önemli bir yordayıcısı olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmıştır (Kashdan vd., 2002; Michael ve Snyder, 2005; İmroğlu vd., 2021). Şimşek'in (2022) yapmış olduğu çalışmada gelir düzeyinin ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün alt boyutları engelleyici kaygı ve ileriye yönelik kaygının psikolojik iyi oluşun yordayıcılarından biri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Belirsizliğe tahammülsüzlük ile psikolojik iyi oluş arasındaki negatif yöndeki ilişki, üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammül düzeylerinin artırılmasının psikolojik iyi oluşlarını artırmada fayda sağlayabileceğini düşündürmektedir. Bu bağlamda belirsizliğe tahammülü artırmaya yönelik psiko eğitim programları hazırlanabilir. Ayrıca bireylerin bir durumu öngörüp hazır hissetmesinin de tahammüllerini arttıracığı söylenebilir. Burada sosyal politikalar da önem arz etmektedir. Bu kadar büyük felaketler için devlet kanalıyla alınacak önlemler, kitle eğitimleri kaygıyı azaltıp tahammülü, umudu ve iyi oluşu arttırabilir. Tv/sosyal medyadan yaşananları sürekli takip etmenin olumsuz etkileriyle baş etmek için, bireyler bilinçli teknoloji kullanımı ile baş etme becerileri konusunda bu iletişim araçları dolayısıyla bilgilendirilebilir.

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun, belirsizliğe tahammülsüzlük, umut ve demografik değişkenlere göre yordanıp yordanmadığını incelenmiştir. Araştırma, depreme dolaylı yoldan maruz kalan bireyler ile yürütülmüştür. Gelecek araştırmalarda depremi doğrudan yaşamış olan depremzedelerin psikolojik iyi oluşlarını etkileyen faktörler araştırılabilir. Ayrıca bu çalışma deprem felaketinden kısa bir süre sonra gerçekleştirilmiştir. Depremin doğrudan maruz kalmayan öğrenciler üzerindeki uzun vadedeki etkisini inceleyebilmek amacıyla çalışma yeniden gerçekleştirilebilir. Son olarak ele alınan bağımsız değişkenler psikolojik iyi oluşun %49'unu açıklamaktadır. Kalan varyansı açıklamak için yapılacak çalışmalarda farklı değişkenler dahi edilerek psikolojik iyi oluş yordayıcıları ve modelleri incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Arslan, U., Muyan Yılık, M., Bakalım, O., Bayraktar Uyar, B., & Sağlıklı, Z. H. (2021). Relationship between intolerance of uncertainty and psychological wellbeing during the COVID-19 pandemic: The mediating role of mindfulness. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 50(1), 379-399.
- Aydoğdu, F. (2021). Öğretmenlerde çözüm odaklı düşünme ile mutluluk ilişkisinde sürekli umut ve yaşam doyumunun aracı rolü. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 13(Ek 1), 337-360. <https://doi.org/10.18863/pgy.983099>
- Aytekin, P., & Ay, C. (2015). Hedonik tüketim ve anlık satın alma: İzmir ilinde bir araştırma. *Niğde Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 8(1), 141-156.
- Cenkseven, F. (2004). Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi [Yayımlanmamış doktora tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Dugas, M. J., Gosselin, P., & Ladouceur, R. (2001). Intolerance of uncertainty and worry: Investigating specificity in a non clinical sample. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 551-558. <https://doi.org/10.1023/A:1005553414688>
- Erguvan, F. M. (2015). Üniversite öğrencilerinin belirsizliğe tahammülsüzlük düzeyleri ile psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi [Doktora tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Feldman, D. B., & Snyder, C. R. (2005). Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(3), 401-421. <https://doi.org/10.1521/jscp.24.3.401.65616>
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and applications*. McGraw Hill International.
- Holdcraft, C., & Williamson, C. (1991). Assessment of hope in psychiatric and chemically dependent patients. *Applied Nursing Research*, 4, 129-134. [https://doi.org/10.1016/S0897-1897\(05\)80069-2](https://doi.org/10.1016/S0897-1897(05)80069-2)
- Karasar, N. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemi* (21. baskı). Ankara: Nobel.
- Kaplan, G. A., Shema, S. J., & Leite, C. M. (2008). Socioeconomic determinants of psychological well-being: The role of income, income change, and income sources during the course of 29 years. *Annals of Epidemiology*, 18, 531-537. <https://doi.org/10.1016/j.annepidem.2008.03.006>
- Kaplan, H., Sevinç, K., & İşbilen, N. (2022). Doğal afetleri anlamlandırma ve başa çıkma: COVID-19 salgını üzerine bir araştırma. *Turkish Studies*, 15(4), 579-598. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.44477>
- Karabeyeser, M. (2013). Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumları ve stresli yaşam olaylarına göre psikolojik iyi oluşu [Yüksek lisans tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Karataş, Z., & Tagay, Ö. (2021). The relationships between resilience of the adults affected by the COVID-19 pandemic in Turkey and COVID-19 fear, meaning in life, life satisfaction, intolerance of uncertainty and hope. *Personality and Individual Differences*, 172. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110592>
- Kashdan, T. B., Pelham, W. E., Lang, A. R., Hoza, B., Jacob, R. G., Jennings, J. R., Blumenthal, J. D., & Gnagy, E. M. (2002). Hope and optimism as human strengths in parents of children with externalizing disorders: Stress is in the eye of the beholder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 21, 441-468. <https://doi.org/10.1521/jscp.21.4.441.22597>
- Kazan, H. (2021). Dijital habercilik bağlamında trajik haberlerde etik ve bireyler üzerindeki etkisi üzerine bir araştırma. *International Journal of Social Inquiry*, 14(2), 661-692. <https://doi.org/10.37093/ijsi.962864>

- Kocaman, E. N. (2019). Bir grup yetişkinde umut ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Koçyiğit, F. (2019). Teknoloji bağımlılığının psikolojik iyi oluş ile ilişkisi: Bilinçli farkındalık ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerinin aracı rolünün incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Medipol Üniversitesi.
- Kukuoğlu, A. (2018). Doğal afetler sonrası yaşanan travmalar ve örnek bir psikoeğitim programı. *Afet ve Risk Dergisi*, 1(1), 39-52. <https://doi.org/10.35341/afet.412005>
- Küçük, M. (2020). Yetişkinlerin öz şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Küçükkömürler, S. (2017). Belirsizliğin psikolojik etkileri. *Nesne-Psikoloji Dergisi*, 5(10), 329-344. <https://doi.org/10.7816/nesne-05-10-07>
- Lavasani, M. G., Borhanzadeh, S., Afzali, L., & Hejazi, E. (2011). The relationship between perceived parenting styles, social support with psychological well-being. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 1852-1856. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.014>
- Michael, S. T., & Snyder, C. R. (2005). Getting unstuck: The roles of hope, finding meaning and rumination in the adjustment to bereavement among college students. *Death Studies*, 29, 435-458. <https://doi.org/10.1080/07481180590932544>
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*, 17.0 update (10th ed.). Boston: Pearson.
- Gürdil, G. (2014). Üstlenilmiş travma ve ikincil travmatik stresin travmatik yaşantılara müdahaleden bir grup üzerinde gestalt temas biçimleri çerçevesinde değerlendirilmesi [Yayımlanmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- İmiroğlu, A., Demir, R., & Murat, M. (2021). Psikolojik iyi oluşun yordayıcıları olarak bilişsel esneklik, bilinçli farkındalık ve umut. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(80), 2037-2057. <https://doi.org/10.17755/esosder.859555>
- İşgör, Y., Demir, S., & Gürtepe, A. (2023). Üniversite öğrencilerinde umut ve kişilik özelliklerinin azim üzerindeki yordayıcı etkisi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (TEKE) Dergisi*, 12(1), 346-361. <https://doi.org/10.7884/teke.5618>
- Oktan, V. (2012). Psikolojik sağlamlığın gelişiminde bir moderato olarak umut. *International Journal of Human Sciences*, 9(2), 1691-1701.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Sarıçam, H., Erguvan, F. M., Akın, A., & Akça, M. Ş. (2014). Belirsizliğe tahammülsüzlük ölçeği (BTÖ-12) Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Route Educational and Social Science Journal*, 1(3), 148-157. <https://doi.org/10.17121/ressjournal.109>
- Sarıçam, H., Deveci, M., & Ahmetoğlu, E. (2020). The examination of hope, intolerance of uncertainty and resilience levels in parents having disabled children. *Global Journal of Psychology Research: New Trends and Issues*, 10(1). <https://doi.org/10.18844/gjpr.v10i1.4398>
- Shenaar-Golan, V. (2015). Hope and subjective well-being among parents of children with special needs. *Child & Family Social Work*, 22(1), 306-316. <https://doi.org/10.1111/cfs.12241>
- Shorey, H. S., Snyder, C. R., Yang, X., & Lewin, M. R. (2003). The role of hope as a mediator in recollected parenting, adult attachment, and mental health. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(6), 685-715. <https://doi.org/10.1521/jscp.22.6.685.22938>
- Şen, M. E. (2023). Doğal afet sonrası gelişen post-travmatik stres bozukluğu ve fizyoterapi yaklaşımları. *International Conference on Scientific and Academic Research*, 1, 16-21.

- Şimşek, D. (2022). Covid-19 pandemisi sürecinde üniversite öğrencilerinde belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi]. İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Tarhan, S. (2012). Umudun özyeterlik, algılanan sosyal destek ve kişilik özelliklerinden yordanması [Yayımlanmamış doktora tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Tarhan, S., & Bacanlı, H. (2015). Sürekli Umut Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 1-14.
- Tarhan, S., & Bacanlı, H. (2016). İlkokuldan üniversiteye umut kavramının tanımlanması üzerine nitel bir çalışma. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 4(2), 86-112. <https://doi.org/10.14689/issn.2148-2624.1.4c2s5m>
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 374-384. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.2414.4480>
- Tuzgöl-Dost, M. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 35(158).
- Usta, F. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma umut düzeyleri arasındaki ilişki [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Ünal-Erzen, M., & Dikkatli, S. (2019). Travma sonrası stres bozukluğunda medyanın rolü. *Asya Studies-Academic Social Studies/Akademik Sosyal Araştırmalar*, 7(51-61). <https://doi.org/10.31455/asya.530943>
- World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice* (summary report). Geneva: WHO.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Psychological well-being is a holistic concept that encompasses individuals' capacities to embrace all aspects of themselves, support their personal development, and develop positive and meaningful relationships with others (Ryff, 1995). Throughout history, humanity has faced many crises of varying magnitude and impact, such as war, violence, migration, accidents, natural disasters and famine. Although these crises are inevitable elements of being human, they affect the development and well-being of the individual (Hefferon and Boniwell, 2011). When studies on psychological well-being are examined, it is seen that hope and intolerance of uncertainty are concepts closely related to psychological well-being.

Although the concept of intolerance of uncertainty is defined in various ways in the literature, the commonly used definition refers to the individual's tendency to perceive a negative event as unacceptable, no matter how small its probability. Considering that daily life is full of uncertainties, it is believed that individuals who cannot tolerate uncertainty will find many aspects of life unbearable (Dugas et al., 2001). Uncertainties such as natural disasters, terrorist attacks, problems in foreign relations, economic fluctuations, political or legal insecurities continue to exist in our lives (Küçükkömürler, 2017). All these uncertain situations have negative effects on people's psychological well-being. Another important concept for individuals to overcome negative situations and emotions is hope. Hope, generally defined in the literature as a person's positive feelings about future events (Shenaar-Golan, 2015), is a healing power that helps individuals cope with and overcome difficult life events (Oktan, 2012). When the literature was examined, studies were found showing that hope is an important predictor of psychological well-being (Kashdan et al., 2002; Michael and Snyder, 2005).

Among the most important problems of the current century are natural disasters that affect all humanity and the resulting damages to individuals. Disasters have various health, economic, social and psychological effects that affect both individuals and society (Kukuoğlu, 2018). The earthquake disaster that occurred on February 6, 2023 in our country, whose epicenter is the Pazarçık and Elbistan districts of Kahramanmaraş, caused great destruction in 11 provinces. Difficult experiences such as natural disasters, illnesses or the loss of a loved one have significant individual psychological effects on mental health, as well as social and political repercussions.

The concept of secondary trauma describes individuals who indirectly witness traumatic events experienced by others or learn about them through media symptoms similar to symptoms of post-traumatic stress disorder (Gürdil, 2014). At this point, it is important to examine the

factors that affect the psychological well-being of individuals who are not directly exposed to the earthquake but are indirectly affected by the earthquake in this difficult period for our country. In this regard, this study was conducted to examine whether psychological well-being in university students during the disaster process was predicted by intolerance of uncertainty, hope and demographic variables.

Method

In this research, the relational screening model, a quantitative research method, was utilized. The study group for the research comprises 241 university students, with 150 females (62.2%) and 91 males (37.8%), enrolled in foundation and state universities in Istanbul during the 2022-2023 academic year. The research utilized the "Psychological Well-being Scale" "Intolerance of Uncertainty Scale" " Dispositional Hope Scale" and a Personal Information Form as measurement tools. Data was collected via a Google Form.

Results

The results of the study have revealed that independent variables explain 49% of psychological well-being. According to the standardized regression coefficient, the relative importance of the predictor variables on psychological well-being is as follows: constant hope, income level, intolerance of uncertainty, gender, frequency of following the disaster process on TV/social media, readiness for a possible disaster and perceived parental attitude. When examining the t-test results for the significance of the regression coefficients, it is evident that income level, constant hope, and intolerance of uncertainty variables have a significant effect.

Discussion & Conclusion

According to the results obtained, independent variables account for 49% of psychological well-being. When examining the t-test results for the significance of the regression coefficients, it is evident that there are significant predictors of psychological well-being. Income level, constant hope, and intolerance of uncertainty variables have a significant effect. When the literature was examined, studies were found showing that hope is an important predictor of psychological well-being (Kashdan et al., 2002; Michael and Snyder, 2005; İmîrođlu et al., 2021).

The negative relationship between intolerance of uncertainty and psychological well-being suggests that increasing university students' tolerance levels to uncertainty may be beneficial in enhancing their psychological well-being. In this context, psychoeducational programs can be developed to enhance tolerance for uncertainty. It can also be said that individuals' ability to anticipate a situation and feel prepared will increase their tolerance. Social policies are also important in this context. Precautions taken by the state and through mass education for such major disasters can reduce anxiety and increase tolerance, hope, and well-

being. In order to cope with the negative effects of constantly following what is happening on TV and social media, individuals can enhance their coping skills by being mindful of their technology use and utilizing these communication tools.

This study investigated whether psychological well-being in university students could be predicted by intolerance of uncertainty, hope, and demographic variables. The study may be replicated using different sample groups. Additionally, this study was conducted shortly after the earthquake disaster. The study can be conducted again to examine the long-term effects of the earthquake on students who were not directly exposed. Finally, the independent variables considered explain 49% of psychological well-being. Psychological well-being predictors and models can be examined by including various variables in studies to account for the remaining variance.