



## Üniversite Öğrencilerinin Zaman Perspektifli İyi-Oluş Düzeyleri: Kümeleme Analizi İncelemesi\*

### Ontological Wellbeing of University Students: A Cluster-Analysis Approach

Ercan KOCAYÖRÜK\*\*, Emin ALTINTAŞ\*\*\*, Ömer Faruk ŞİMŞEK\*\*\*\*,  
İhsan BOZANOĞLU\*\*\*\*\*, Bekir ÇELİK\*\*\*\*\*

• *Geliş Tarihi:* 31.03.2017 • *Kabul Tarihi:* 28.10.2017 • *Yayın Tarihi:* 08.11.2017

**ÖZ:** Bu çalışmada ontolojik iyi oluş (yaşam projesi), yaşam amacı, duygusal iyi oluş ve duyarlı sevgi arasındaki ilişki ele alınmıştır. 287 lisans, yüksek lisans ve doktora öğrencisi ile gerçekleştirilen çalışmada Yaşamdaki Amaç Ölçeği, Duygusal İyi Oluş Ölçeği, Ontolojik İyi Oluş Ölçeği ile Duyarlı Sevgi Ölçeği kullanılmıştır. Kümeleme analizleri üç faktörlü bir profilin olduğunu göstermektedir. Birinci profilede yüksek umut ve eyleme geçmeye karşı, düşük pişmanlık ve hiçlik durumu (Gelecek Yönelimli Profil) söz konusudur. İkincisinde düşük umut ve eyleme geçmeye karşılık yüksek pişmanlık ve hiçlik duygusu (Kaybeden Profil) yaşanmaktadır. Son profilede orta düzeyde ontolojik iyi oluş sergilenmektedir (Dengeli Profil). Bu üç profil MANOVA analizleriyle karşılaştırılmıştır ve üç profil arasındaki farklar incelendiğinde Duygusal İyi Oluş, Yaşam Amacı ve Duyarlı Sevgi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Çalışmanın sonuçları umut ve eyleme geçme boyutlarında yüksek ontolojik iyi oluş sergileyenin, yaşam amacı, duygusal iyi oluş ve duyarlı sevgi ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

**Anahtar sözcükler:** ontolojik iyi oluş, yaşam amacı, duygusal iyi oluş, duyarlı sevgi

**ABSTRACT:** This study is focused on the relationship between purpose in life, emotional wellbeing, ontological (life project) wellbeing, and compassionate love. The Purpose in Life subscale of Psychological Well-Being Scale, Emotional Wellbeing Scale, Ontological Wellbeing Scale, and Compassionate Love for Humanity Scale were administered to 287 students who were undergraduate students and graduate students (masters and doctoral). Cluster analysis results indicated profiles of three factors. First profile showed high level of hope and come into action toward low regret and nothingness. High regret and nothingness were experienced toward low level of hope and come into action on the second profile. Moderate ontological wellbeing was exposed on the last profile. MANOVA analyses were used to compare those three profiles and statistically significant difference were found between Emotional Wellbeing, Purpose in Life, and Compassionate Love Scores. Moreover, the results of the study indicated that exposing high level of ontological wellbeing on hope and come into action is related to life goals, emotional wellbeing, and compassionate love.

**Keywords:** ontological well-being, purpose in life, emotional well-being, compassionate love

## 1. GİRİŞ

İyi oluş (well-being) kavramı yaklaşık 20. Yüzyılın son yarısından sonra davranış bilimleri ve psikoloji alanında artan bir ilgiyle araştırma konusu olmaya ve bir çok araştırmacının dikkatini çekmeye devam etmektedir. Bu süreç içerisinde iyi oluş kavramı, ele

\* Bu çalışma TÜBİTAK 1001 desteğiyle gerçekleştirilen “Anne-Babaya Bağlanma ve Ontolojik İyi Oluş İlişkisi: Bir Aracı Değişken Olarak Özerklik Gelişim Algısının Kültürlerarası Karşılaştırılması” başlıklı proje sonuçlarının bir bölümünden üretilmiştir (Proje No: 115K417).

\*\* Doç., Dr., Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık A. B. D., Çanakkale – TÜRKİYE. e-posta: ercankocayoruk@gmail.com

\*\*\* Doç. Dr., Lille Üniversitesi, FRANSA. e-posta: emin.altintas@univ-lille3.fr

\*\*\*\* Doç. Dr., İstanbul Arel Üniversitesi, Fen - Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul – TÜRKİYE. e-posta: simsekof@gmail.com

\*\*\*\*\* Yrd. Doç. Dr., Kırıkkale Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Felsefe Bölümü, Sistemik Felsefe ve Mantık A.B.D., Kırıkkale – TÜRKİYE. e-posta: ihsanbozanoglu@gmail.com

\*\*\*\*\* Arş. Gör. Dr., Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık A. B. D., Çanakkale – TÜRKİYE. e-posta: celik@comu.edu.tr

alınışı oldukça zor olması ve yaklaşımların çeşitliliği nedeniyle kesin olmayan, açıklığa kavuşmamış ve genel birçok tanımının yapılmasına neden olmuştur. Dolayısıyla iyi oluşun evrensel ve kabul gören bir tanımını da yapmak kolay olmamıştır. Operasyonel bir tanıma ulaşma amacı taşıyan araştırmacılar "iyi oluş" kavramını çoğunlukla "mutluluk", "yaşam kalitesi" ve "yaşam doyumu" gibi kavramlarla eşanlamlı olarak ilişkilendirmekle birlikte bir çok kez de kavramları birbirinin yerine kullanmışlardır (Diener, 1984; Diener, Sapyta ve Suh, 1998).

İlgili alan yazın incelendiğinde iyi oluş kavramı hazcı (hedonic) ve ödömoni-sosyal işlevsellik (eudemonic) kavramları ile ilişkilendirildiği görülmektedir (Deci ve Ryan, 2008). İyi oluş psiko-patolojik bir tanının ya da davranış bozukluğunun olmaması anlamına gelmesinin daha da ötesinde kişinin kendi yeteneklerini fark etmesi, günlük yaşam stresi ile başa çıkabilmesi, verimli bir şekilde çalışabilmesi ve içinde bulunduğu toplumun gelişimine katkı sağlayabilmesi, bunun yanında yaşamında olumlu duygularla (hedonic) psikolojik ve sosyal işlevselliğin (eudemonic) olması durumu olarak da tanımlanmıştır (Ryan ve Deci, 2001). Mutluluğu, negatif duyguların olmadığı ve daha çok olumlu duygular ile yaşam doyumu üzerinden değerlendiren hedonik gelenek "öznel iyi oluş" teorisi altında incelenirken, pozitif psikolojinin altını çizdiği psikolojik işlevsellik ve insan gelişimi yapıları üzerinde duran ödömonik gelenek ise "Öz-Belirlemecilik Teorisi" ve "Çok Boyutlu Psikolojik İyi Olma" teorileri altında değerlendirilmektedir (Dodge, Daly, Huyton ve Sanders, 2012; Ryff, 1989; Ryff ve Singer, 1998).

Bu açıdan bakıldığında akıl sağlığı ve iyi oluş, düşünme, duygu tepkileri gösterme, diğerleri ile iletişim kurma, anlam yaratma, yaşamı sürdürme ve yaşamda mutluluk üretebilme gibi sosyal düzeydeki ilişkilerde (aile, anne-baba, yakın arkadaş ilişkileri...vb) ve bireysel yeteneklerimizin temelidir (Kocayörük, 2012). Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin ontolojik iyi oluş (yaşam projesi), yaşamdaki amaçları, duygusal ve psikolojik iyi oluşları ve duyarlı sevgi düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi ve bu kavramlar arasındaki ilişkilerin nasıl farklılaştığının belirlenmesidir.

### 1.1. Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş, bireylerin mutluluk olarak değerlendirdikleri içeriklere, duygusal tepkileri ve yaşam doyumları ile ilişkili geniş çaplı yargılarını içeren bir kavramdır. Bu yapı kendi içerisinde üç ayrı özellik barındırmaktadır. İlki, öznel iyi oluşun kişisel bakış açısı ile ilgili oluşudur. İkincisi, negatif faktörlerin olmadığı anlamına gelmemekle birlikte olumlu (pozitif) ölçütler içermesidir. Üçüncü özellik ise öznel iyi oluş ölçütlerinin bireyin kendi hayatına bakış açısıyla hayatının genel bir değerlendirmesidir. Bu anlamıyla öznel iyi oluş, kişinin yaşamını duygusal ve bilişsel boyutları göz önüne alarak yaptığı bir değerlendirmedir (Busseri ve Sadava, 2011). Duygusal değerlendirme olumlu ve olumsuz duyguları dikkate alırken, bilişsel değerlendirme yaşam doyumunun değerlendirilmesinden oluşmaktadır. Olumlu ve olumsuz duyguların değerlendirilmesiyle oluşan duygusal boyut kişinin yaşamıyla ilgili şimdiki duygusal ve duyuşsal (affective) deneyimlerinden meydana gelmektedir. Keyes'e (2006) göre, duygusal iyi oluş hoş giden ve gitmeyen duygular arasındaki pozitif denge ve yaşam tatmini ile ilgili bir çalışmadır. Kahneman ve Deaton'a (2010) göre duygusal iyi oluş hali bireyin günlük deneyimlerinin duygusal niteliği anlamına gelmektedir. Başka bir deyişle kişiyi hoşnut eden ya da etmeyen sevinç, hayranlık, stres, üzüntü, öfke ve sevgi gibi deneyimlerin sıklığı veya yoğunluğudur. Garling ve arkadaşlarına (2015) göre de günlük hayatta iyi oluş daha çok rutin etkinlikler ile olumlu ve olumsuz duyguların yoğunluğu ve sıklığının (süresi) dengesi ile ilişkilendirilmiştir. Yaşam doyumu ise öznel iyi oluşun bilişsel yapısını oluşturan ve bireyin kendi hayatıyla ilgili yargılarını meydana getiren boyutudur. Diener ve Lucas (2000) bireyin duygusal ve bilişsel süreçleri içeren değerlendirmesini bireyin öznel iyi oluşunun göstergesi olarak tanımlamaktadır.

Öznel iyi oluş yapısındaki temel problem yaşamın kendisi olarak varsayılan ve yönelecek, gönderme yapılabilecek bir referansın olmayışı, yönelimselliğin öznel iyi oluşun mevcut çerçevesindeki duygusal değerlendirme için bir sorun teşkil etmesidir. Çünkü duygusal boyutta, bilişsel boyutta olduğu gibi yaşamın kendisinin bir bütün olarak ele alınmadığı görülmektedir (Schwarz, ve Strack, 1991). Literatürde mevcut olan öznel iyi oluş yapısı yönelimsellikten uzaktır. Amaçlılık, bir başka deyişle yönelimsellik zihin felsefesinin temel kavramlarından biridir. Bir yere yönelen ya da bir şey hakkında olan duygusal deneyimler tüm zihinsel durumları içermektedir. Yönelimsellik, düşüncenin herhangi bir nesneye yönelmesi veya onunla bir ilişki içine girmesi olarak tanımlanmakta, dikkat ve fark kavramlarıyla yakından ilişkili olduğu belirtilmektedir (Lewis ve Todd, 2005; Nussbaum, 2001). Yönelimin fark etme dışında önemli olduğu bir başka husus da amaçlamak yani bir hedefe yönelmektir. Yönelimsellik bu durumda bilincin bir konuya yönelirken bir şeyle ilişki kurması demektir.

Fenomenal olarak deneyimlerimiz sadece belirli kavramlara, düşüncelere veya görüntülere vb. -temsil etme veya hedefleme- yöneliktir (Husserl, 1993). Bunlar anlamı ya da kazanılan deneyimleri oluşturmakta, sunulmak veya anlatılmak istenenden ayrılmaktadır. Psikanalitik açıdan çoğu amaçlı/yönelimsel faaliyet tamamıyla bilinçdışı süreçler aracılığıyla gerçekleşmekte ancak terapi veya psikanaliz sırasında bilinçli duruma gelmekte ve kişi nasıl hissettiğini veya bir şey hakkında düşündüğünün farkına varmaktadır (Smith, 2013). Duygulanım ve motivasyon birbiriyle yakından ilgilidir ve bunlar kişisel hedefler ile kişisel uğraşların kazanımında kişisel hedef yapıları olarak önemli bir rol oynamaktadır (Ryan, Lynch, Vansteenkiste ve Deci, 2011). Kişilik araştırmalarında deneyimin öyküsel bileşenleri gerekli görülmüş, Şimşek (2009) tarafından öznel iyi oluş literatürüne amaçlı/yönelimsel paradigma olarak da adlandırılabilir ve yaşam doyumunun bütününe değerlendirmeyi amaçlayan bir çerçeve önerilmiştir.

## 1.2. Psikolojik İyi Oluş

Psikolojik iyi oluş kuramı Ryff (1989a) tarafından öznel iyi oluşun bütünleyicisi olan ancak tanımlayıcısı olmayan bir yapı olarak ortaya atılmıştır. Ancak psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluşun bileşimi olan olumlu-olumsuz duygu ve yaşam doyumundan daha çok yaşam tutumlarından oluşan, öznel, sosyal, psikolojik boyutları ve sağlıkla ilgili davranışları içeren çok boyutlu dinamik bir yapı olarak tanımlanmıştır (Ryff, 1989b). Öznel iyi oluş tanımı gereği insanın deneyimsel dünyasına öznel ve doğal olaylarla ilgili özelliklerine odaklanır. Bununla birlikte öznel iyi oluş yapısının, yaşam doyumunun ve duygusal iyi oluşun birlikte değerlendirilmesi ile yapısal ve deneysel değerlendirme konusunda zorluk yaratabileceği konusunda eleştirilmektedir (Lent 2004; Schwarz ve Strack 1991). Psikolojik iyi oluş, teori odaklı kavramsallaştırma ihtiyacının sonucunda öznel iyi oluşun anlam, gelişme ve yönelim gibi varoluşsal boyutlarına yönelik eksikliği nedeniyle ortaya çıkmıştır.

Ryff (1989) Psikolojik İyi Oluş kavramını geliştirirken Maslow'un kendini gerçekleştirme kavramından, Rogers'ın tam işlevsel/tam verimli insan görüşünden, Jung'ın bireyselleşme kavramından, Allport'un olgunluk kavramından ve Erikson'un psikososyal gelişim modelinden yararlanmışır. Bununla birlikte Ryff bu modelde, Buhler'in yaşam ihtiyaçlarına yönelik temel yaşam eğilimlerinden, Neugarten'ın yetişkinlik ve yaşlılıkta kişilik değişiminin açıklamalarından, Jahoda'nın ruh sağlığına yönelik sağlık ölçütlerinden ve Frankl'in insanın anlam arayışı görüşlerinden yararlanmış ve "Çok Boyutlu Psikolojik İyi Oluş" modelini oluşturmuştur. Çok boyutlu Psikolojik İyi Oluş kavramı; özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, öz-kabul ve yaşam amaçlarının çok boyutlu olarak değerlendirilmesidir (Ryff, 1989a).

Psikolojik İyi oluş modelinin, anlam ve yön üzerinde duran ve varoluşla ilgili olan ögesi yaşam amacı boyutudur. Yaşamdaki anlam ve yaşamdaki amaç terimleri literatürde aralarında belirgin olmayan bir anlam farkı olduğu düşünülen ve genellikle birbirlerinin yerine kullanılan

kavramlardır. Tanımlar arasında çok büyük bir farklılık görülmemesine rağmen bu terimler genellikle birbirlerini anlam olarak tamamlamakta ve amaç kelimesi anlamın bir alt kümesi olarak görülmektedir. Reker, Peacock ve Wong'a (1987) göre anlam, kişinin varoluşunun dışındaki anlam verme, düzen veya tutarlılık olarak tanımlanırken, yaşamdaki amaç ise yönelim, tamamlanacak işlevler ya da başarılacak hedefler anlamına gelmektedir. Kişisel anlama sahip olmak, bir amaca sahip olmak ve hedef veya hedeflere yönelik çabalamak olarak tanımlanmaktadır. Bu nedenle amaç ile bir göreve veya bir hedefe yönelme tanımlanırken, anlam ile de amaç ve tutarlılık gibi kavramları kapsayan daha derin varoluşsal bir algılama tanımlanmaktadır (Frankl, 1984; Reker, 1992).. Diğer bir taraftan ise Yalom (1999) yaşamdaki anlam kavramı ile değer ya da tutarlılık duygusuna vurgu yaparken, yaşamdaki amaç ile de yönelim, hedef ve işleve göndermede bulunmaktadır.

Amaç kavramı yaşamda bir amaca ve bir yöne sahip olma, yaşamın bir anlam barındırması, yaşamak için amaç ve hedeflerin olması, şimdiki ve geçmiş yaşamda bir anlamın olması olarak tanımlanmaktadır (Ryff ve Singer, 1998).. Frankl (2009) amaç kavramını ruhsal olarak güçlü olma, insanın yaşamını motive eden ahlaki ve spiritüel kendilik olarak tanımlamaktadır. Amaç, kısa süreli hedeflerden daha çok istikrarlı ve etki alanı geniş (birçok kişi ve şeyi etkileyen) bir çeşit hedefdir. Aynı zamanda insanın kişisel anlam arayışına dikkat çeker fakat insanın kendinden çok dünyada bir farklılık yaratma isteği olan yönelimselliği de katkıda bulunma gibi tamamlayıcı bir özelliği bulunmaktadır. Anlamın aksine kişinin ilerleme sağlayabileceği başarıya doğru bir yönelme söz konusudur. Crumbaugh ve Maholick (1964) yaşamdaki amacı "bireysel deneyimlerin bakış açısıyla yaşamın varoluşsal açıdan önemi" (s. 201) olarak tanımlanmaktadır. Buradan yola çıkıldığında yaşam amacı kavramı bireyin yaşamda bir anlamının olması hissine sahip olmasıdır. Fry'a (2000) göre ise yaşamdaki olumlu amacın sağlıkla ilgili pozitif getirileri ve bağlantıları bulunmakta; yaşamdaki amaç yokluğunda ise tam tersine birçok negatif sonuç doğmaktadır.

### 1.3. Ontolojik İyi Oluş

Hiç kuşkusuz anlam ve amaç oluşturma çabası kolay gerçekleşmeyen bir süreçtir ve bu süreç bireyin tüm yaşamını değerlendirerek sonuca varmasıyla alakalıdır. Kişisel varoluşu için anlam veya amaç arayan insan kendi yaşamının öyküsel bir değerlendirmesini yapar (McAdams, 2001). Bu öyküsel iyi oluş değerlendirmesini insan, kendi yaşam projesinde tamamlanmış (geçmiş), devam eden (şimdi) ve olası (gelecek) duygusal yargılarından oluşturur. Bireyin her hedef ve projesinin, mutluluk yorumu ya da iyi oluş olarak gördüğü mutlak iyi olana işaret ettiği varsayılır ve dolayısıyla kişisel mutluluk, bireyin kendi varoluşunu, bilişsel ve duygusal bir şekilde değerlendirmesidir (Şimşek, 2009). Dolayısıyla her insanın kendi yaşamı ve mutluluğu üzerine düşündüğü dikkate alındığında, her insanın bir yaşam projesi olduğu varsayılır (Shmotkin, 2005; Staudinger, 2001). Birey geçmiş yaşamına baktığında geride kalan yaşamının tatmin edici olup olmadığını, şimdiye baktığında projesine ait amaçlarının devam edip etmediğini, geleceğe baktığında da projesinin olumlu olup olmadığını değerlendirir. Bu değerlendirmeye gelişme, yön ve kendini gerçekleştirmeye yönelik mutluluk onayı ortaya çıkar. Bu görüş çerçevesinde Şimşek ve Kocayörük (2013) ontolojik iyi-oluşu, başka bir deyişle kişinin yaşam projesini, bireylerin en temel arayışlarından biri olan yaşamın anlamı veya amacına en yakın yapı olarak tanımlamışlardır.

Önerilen bu yapıda, öznel iyi oluş yapısında bulunan bilişsel ve duygusal boyutların amaç (hedef/yönelim) kavramı kullanılarak birleştirilebileceği belirtilmekte; yaşam bir bütün olarak değerlendirilmek istendiğinde, amaç kavramı ile yaşamın bir proje olarak değerlendirilebileceği vurgulanmaktadır. Yaşamın bütününi amaçlayan bir yapıda, bütünü hedeflemek için bütün zaman perspektiflerini hesaba katmak gerekmektedir. Bu nedenle ontolojik iyi oluş yapısı, mevcut öznel iyi oluş yapısının bilişsel ve duygusal öğelerinin kavramsallaştırılması yoluyla

teorik bir yapıda ve tüm zaman perspektiflerini yeni bir çerçeveye oturtup yeniden yorumlayarak oluşturulmuştur (Şimşek ve Kocayörük, 2013).

Bu yapı öznel iyi oluşu, kişinin kendi hayatını hem geçmiş ve geleceği, hem de şimdiki hesaba katarak değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır. Kişisel varoluşu için anlam veya amaç arayan insan kendi yaşamının öyküsel bir değerlendirmesini yapar. Kişi bu öyküsel iyi oluş değerlendirmesini kendi yaşam projesinde tamamlanmış (geçmiş), devam eden (şimdi) ve olası (gelecek) duygusal yargılarından oluşturur (Şimşek ve Kocayörük, 2013). Kişinin her hedef ve projesinin kişinin mutluluk yorumu olarak görüldüğü mutlak iyi olana işaret ettiği varsayılır. Kişisel mutluluk, kişinin kendi bireysel varoluşunu bilişsel ve duygusal bir şekilde değerlendirmesidir. Dolayısıyla her insanın kendi yaşamı ve mutluluğu üzerine düşündüğü dikkate alındığında, her insanın bir yaşam projesi olduğu varsayılır. İnsan geçmişine baktığında geçmiş yaşamıyla ilgili memnuniyetinin olup olmadığını, şimdikiye baktığında projesine ait amaçlarının devam edip etmediğini, geleceğe baktığında da projesinin olumlu olup olmadığını değerlendirir. Bu değerlendirmeyle gelişme, yön ve kendini gerçekleştirilmeye yönelik mutluluk onayı ortaya çıkar. Böylelikle ontolojik iyi-oluş, başka bir deyişle kişinin yaşam projesi, bireylerin en temel arayışlarından biri olan yaşamın anlamı veya amacına en yakın yapı olarak ifade edilebilir. Sonuç olarak ontolojik iyi oluş, kişinin kendi yaşamına amaçlılık çerçevesi içerisinde öyküsel olarak geçmiş, şimdiki ve gelecek zaman bileşenlerini içererek geçici bir açıyla kişinin yarattığı ve sürdürdüğü bir yaşam projesine değinmektedir.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırma Grubu ve İşlem

Araştırmanın verileri, araştırmada kullanılan ölçme araçlarının online formlarının düzenlenmesi ve online ortamda cevaplanması ile elde edilmiştir. Düzenlenen online anketler, 2015 yılının Mayıs ve Haziran aylarında Facebook, Twitter gibi sosyal medya ortamlarında üniversite öğrencilerinin çoğunlukla bulunduğu sayfalarda paylaşılmış ve gönüllü olarak katılımları sağlanmıştır. 322 katılımcı ölçme araçlarını cevaplamış ancak ölçme araçlarından herhangi birini ya da alt ölçeklerden birini boş bırakan katılımcılarla, normal dağılım dışına taşan (outliers) ortalamalara sahip 38 katılımcı çalışmadan çıkarılmıştır. Geride kalan 287 katılımcıdan elde edilen veriler işleme sokulmuştur. Araştırma grubunun 83'ü (%28,9) erkek, 204'ü (%71,1) kadın katılımcıdır ve Türkiye'de herhangi bir üniversitede öğrenim görmeye devam eden yaşları 18 ile 58 arasındaki lisans (ön lisans, lisans) ve lisansüstü (yüksek lisans, doktora) öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin 167'si (%58,2) 18-25, 85'i (%29,6) 26-33, 28'i (%9,8) 34-41, 5'i (%1,7) 42-49, 2'si (%0,7) 50-57 yaş aralığındadır.

### 2.2. Veri Toplama Araçları

**Psikolojik İyi Oluş Ölçeği:** Ryff (1989) tarafından psikolojik iyi oluş ölçme amaçlı olarak geliştirilmiştir. 84 Maddeden oluşan ölçeğin altı tane alt ölçeği vardır: (a) Özerklik, (b) çevresel hâkimiyet, (c) bireysel gelişim, (d) diğerleriyle olumlu ilişkiler, (e) yaşam amaçları ve (f) öz-kabul. Bu çalışmada ölçme aracındaki yaşam amacı alt boyutu kullanılmıştır ve yaşamdaki amaç boyutu kişinin yönlendirilmişlik duygusunu ve hedeflerini ölçmeyi amaçlamaktadır. Alınan yüksek puanlar, kişinin, hayatta bir amacı ve yönelimi olduğunu ve bunların hayata amaç kattığı inancına sahip olduğunu göstermektedir. Alınacak düşük puanlar ise kişinin yaşamdaki amaç ve hedeflerini belirlememiş olduğuna ve hayattaki anlam ve amaç için bir inancının veya tahminin olmayışını göstermektedir.

**Duygusal İyi Oluş Ölçeği:** Duygusal İyi Oluş Ölçeği, Şimşek (2011) tarafından kişilerin kendi yaşamlarındaki duygulanımlarını değerlendirme amacıyla geliştirilmiştir. Duygulanım terimleri ilk olarak Lane ve arkadaşlarının (1990) geliştirmiş olduğu Duygusal Farkındalık Ölçeğindeki değerlendirmelerde kullanılan duygu listesinden, cevaplara verilen

betimlemelerden edinilmiştir. Bu nedenle, duygulanım değerlendirmelerini yönelimsel yapmak yerine, ölçekteki maddeler tümce/yargı olarak yazılmıştır. Bu madde formatında yazılması, kişinin kendi hayatının duygusal değerlendirmesi ve yönelmişliği sağlamak adına daha uygun bulunmuştur. 5'li Likert formatında olan ölçek, 7 pozitif duygusal iyi oluş değerlendirme maddesi ve 7 negatif duygusal iyi oluş değerlendirme maddesi ile toplamda 14 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin puanlaması hem faktörler üzerinden hem de toplam puan alınarak hesaplanabilmekte, toplam puan bireyin olumsuz yönde duygusal iyi oluş düzeyini göstermektedir. Ölçeğin iki faktörü için Cronbach Alpha iç tutarlılık sayıları .89 ve .88 olarak değerlendirilmiş olup, her iki faktör için .85 bulunmuştur.

**Ontolojik İyi Oluş Ölçeği** (Yaşam Projesi Ölçeği): Şimşek ve Kocayörük (2013) tarafından geliştirilmiş olup, geçmiş, şimdi ve geleceği değerlendirerek kişinin yaşam projesini (ontolojik iyi oluşu) değerlendirmesini amaçlamaktadır. Aynı zamanda da, kişinin kendi projelerine dair (tamamlanmamış yani “geçmiş”; devam eden yani “şimdiki” ve olası yani “gelecek” duygularını) yaşamdaki projeleri ile ilgili duygusal yargılarından oluşur. Ölçek, hiçlik/anlamsızlık, umut, pişmanlık ve aktivasyon olarak dört faktörden oluşmakta olup, pişmanlık, suçluluk ve üzgün olma maddeleri ters puanlanmaktadır. Kişinin geçmiş zaman projesini değerlendirmek için kullanılan gurur duyma, hayal kırıklığı, tatmin, pişmanlık, üzüntü, suçluluk ve yetersizlik maddeleri anlamsızlık boyutunda yer almaktadır. Kişinin şimdiki yaşam projesini değerlendirmek için kullanılan yorgunluk, coşkulu olma, amaçsızlık, kaybolmuşluk, motive olmuşluk, enerjik olma, heyecanlı olma, sorumsuzluk, bomboş hissetme, kaygılı olma ve çaresizlik maddeleri de aktivasyon ve anlamsızlık (hiçlik) boyutlarını oluşturmaktadır. Son olarak, kişinin yaşamının gelecek kısmını oluşturan projesini değerlendirmek için kullanılan umutlu olma, güçlülük, kendinden emin olma, cesur hissetme, geleceği düşünmek/beklemek ve hevesli hissetmek maddeleri de umut boyutunu oluşturmaktadır (Şimşek, 2009; Şimşek ve Kocayörük, 2013).

**Duyarlı Sevgi Ölçeği:** Duyarlı Sevgi Ölçeği, Sprecher ve Fehr (2005) tarafından, insanlığa (yabancılara), yakın olunan insanlara (aile ve arkadaşlar) karşı duyulan duyarlı sevgi düzeyini ölçmeyi amaçlayarak geliştirilmiştir. Ölçek, 7'li Likert türü bir ölçme aracı olup, 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, katılımcının duyarlı sevgi düzeyinin yüksek olduğunu; alınan düşük puanlar ise, katılımcının duyarlı sevgi düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir.

### 2.3. İstatistiksel Analizler

İstatistiksel analizler Latent GOLD 4.5 ve SPSS yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Başlangıçta, bu çalışma için ön analiz, değişkenler arasındaki araç ve korelasyonlar araştırılmıştır. Bundan sonra, geçerli profil sayısını belirlemek için örtük profil analizi (LPA) uygulanmıştır (Lanza ve ark. 2003). Bu prosedürler, OİÖ'nin tüm alt ölçeklerindeki OİÖ profillerinin geçerli sayısının tespit edilmesine ve OİÖ profilinden farklılaşacak katılımcı gruplarının belirlenmesini sağlamıştır. Latent Gold 4.5 yazılımı, 2 ila 6 sınıfın profil çözümlerini test etmek için kullanılmıştır (Vermunt ve Magidson, 2002). İlave, iki test daha yapılmıştır; tek yönlü çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) ve çoklu varyans analizi (MANOVA). MANOVA testi için, OİÖ profilleri bağımsız değişken olarak kullanılmıştır, OİÖ ise bağımlı değişkenler olarak kullanılmıştır. Ayrıca, MANOVA'yı, DSO, YAO ve KOKO üzerine kümelerin etkisini belirlemek için post-hoc test olarak LSD Fisher testi izlemiştir.

## 3. BULGULAR

### 3.1. Ön Analizler

Çalışmada kullanılan tüm değişkenler için ortalamalar, standart sapmalar ve korelasyonlar hesaplanmış ve Tablo 1'de sunulmuştur. Katılımcıların yaşları ile çalışmada ele alınan

değişkenler arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Buna rağmen çalışmanın farklı değişkenleri arasında anlamlı korelasyonlar bulunmuştur. Tablo 1'de görüldüğü gibi YAO, DİÖ, ile OİÖ'nin alt boyutları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki gözlenirken, DSO ve OİÖ alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde, YAO puanları ile OİÖ'nin alt boyutu olan Umut ve Aktivasyon puanları arasında pozitif ve anlamlı ilişki bulunmuştur (Umut,  $r = .65, p < .01$ ; Aktivasyon,  $r = .58, p < .01$ ). Benzer şekilde YAO puanları ile OİÖ'nin alt boyutu olan Anlamsızlık ve Pişmanlık puanları arasındaki ilişkinin negatif ve anlamlı olduğu görülmektedir (Anlamsızlık,  $r = -.71, p < .01$ ; Pişmanlık,  $r = -.60, p < .01$ ). Benzer bulgular, DİÖ ile OİÖ'nin alt boyutu olan Umut ve Aktivasyon puanları arasındaki negatif ve anlamlı ilişkide (Umut,  $r = -.12, p < .05$ ; ve Aktivasyon,  $r = -.14, p < .05$ ), ve DİÖ'nin OİÖ'nin alt boyutu olan Anlamsızlık ve Pişmanlık puanları arasındaki pozitif ve anlamlı ilişkide de görülmektedir (Anlamsızlık,  $r = .31, p < .01$ ; ve Pişmanlık,  $r = .20, p < .01$ ). Son olarak, YAO ile DİÖ değişkenleri arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki gözlenmekle birlikte ( $r = -.21, p < .01$ ), OİÖ'nin alt boyutları arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu bulunmuştur (Anlamsızlık-Umut,  $r = -.51, p < .01$ ; Anlamsızlık-Aktivasyon,  $r = -.56, p < .01$ ; Anlamsızlık-Pişmanlık,  $r = .74, p < .01$ , Umut-Aktivasyon,  $r = .73, p < .01$ ; Umut-Pişmanlık,  $r = -.50, p < .01$ ; Aktivasyon-Pişmanlık,  $r = -.51, p < .01$ ).

**Tablo 1: Değişkenler için tanımlayıcı veriler ve korelasyon katsayıları.**

Değişkenler	Ort.	SS	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Yaş	26.48	5.72	1.00							
<b>OİÖ</b>										
2. Anlamsızlık	12.94	6.67	-0.10	<b>1.00</b>						
3. Umut	18.75	7.56	-0.01	-0,51**	<b>1.00</b>					
4. Aktivasyon	13.24	5.12	0.03	-0,56**	0,73**	<b>1.00</b>				
5. Pişmanlık	18.79	6.96	-0.07	0,74**	-0,50**	-0,51**	<b>1.00</b>			
<b>Değişkenler</b>										
6. DSO	107.45	19.72	0.05	-0.11	0.06	0.07	-0.03	<b>1.00</b>		
7. YAO	60.48	12.09	0.04	-0,71**	0,65**	0,58**	-0,60**	0.09	<b>1.00</b>	
8. DİÖ	90.07	30.89	-0.11	0,31**	-0,12*	-0,14*	0,20**	0.08	-0,21**	<b>1.00</b>

**Notlar.**  $N = 287$ ; \* $p < 0.05$ , \*\* $p < 0.01$

OİÖ: Ontolojik İyi Oluş Ölçeği ;DSO: Duygusal İyi Oluş; YAO: Yaşam Amaçları Ölçeği; DİÖ: Duygusal İyi Oluş Ölçeği

### 3.2. Kümeleme Analizi

OİÖ'nin dört boyutu (Anlamsızlık, Umut, Aktivasyon ve Pişmanlık) dikkate alınarak çalışma grubundaki en uygun küme sayısını ve etkileşimlerini belirlemek amacıyla kümeleme analizi yapılmıştır. Kümelerin tanımlanmasının amacı Ontolojik İyi Oluş profillerinin optimum sayısını ve bu çalışmanın diğer değişkenleri ile olan ilişkilerini belirlemektir. Lanza ve ark. (2007) optimum profil sayısını belirlemenin en uygun yolunun Akaike Bilgi Kriteri (AIC, Akaike, 1987), Bayes Bilgi Kriteri (BIC, Schwarz, 1978) ve Entropi değerleri aracılığıyla uyum iyiliği değerlerini incelemek olduğunu belirtmektedirler. Yüksek Entropi değeri ile düşük AIC ve BIC değerlerini bir arada bulduran göstergeler en uyumlu profil sayısını belirlemektedir. Bu çalışmada da en iyi model uyumunu belirlemek için Entropi, AIC ve BIC değerleri incelenmiştir.

Analiz sonuçları en iyi uyum iyiliği değerlerine sahip profilin üç profilli bir kümeleme olduğunu göstermektedir (Tablo 2). Üç profilli yapıda yüksek Entropi değeri ile düşük AIC ve BIC değerlerinin bir arada olduğu görülmektedir. Bundan sonraki süreçte her bir profilin kuramsal olarak oluşturduğu yapılar göz önünde bulundurularak kümelerin tanımlanması gerekmektedir.

**Tablo 2. Kümeleme çözümleri için örtük profil analizi modeli indeksleri**

	LL	BIC (LL)	AIC (LL)	AIC3 (LL)	Entropy	Npar	L <sup>2</sup>	df	p value
<b>2-küme</b>	-3263.97	7099.54	6729.93	6830.93	0,8199	101	3308.16	186	0.001
<b>3-küme</b>	-3176,80	6953.51	6565.61	6671.61	0.8227	106	3133.84	181	0.001
<b>4-küme</b>	-3152.05	6932.30	6526.09	6637.09	0,8150	111	3084.32	176	0.001
<b>5-küme</b>	-3135.48	6927.46	6502.96	6618.96	0,8001	116	3051.19	171	0.001
<b>6-küme</b>	-3128.13	6941.07	6498.27	6619.27	0,7922	121	3036.50	166	0.001

Tablo 3’de profillerin OİÖ üzerinde yapılandıkları kümeler görülmektedir. Profil 1, katılımcılarının % 32.05’inin (n= 92) bir arada olduğu ve “Umut” ile ”Aktivasyon” boyutlarının yüksek düzey bileşiminden oluştuğundan “Gelecek Yönelimli Profil” olarak tanımlanmıştır. Yüksek düzeyde “Umut”, orta düzeyde “Aktivasyon” ve düşük düzeyde “Anlamsızlık” ile “Pişmanlık” boyutları ile yapılanmıştır. Profil 2, örneklemin % 22.65'sini (n = 65) oluşturmaktadır. Yüksek düzeyde “Anlamsızlık” ve “Pişmanlık” ile düşük düzeyde “Umut” ve “Aktivasyon” yapısı gösterdiğinden dolayı “Kaybeden Profil” olarak karakterize edilmiştir. Son olarak Profil 3 ise örneklemin % 45.30'unu (n = 130) oluşturmaktadır. OİÖ tüm alt boyutlarını benzer şekilde oluşturduğu için “Dengeli Profil” olarak tanımlanmıştır.

**Tablo 3. Kümelerin bir fonksiyonu olarak değişkenlerin ortalamaları ve standart sapmaları**

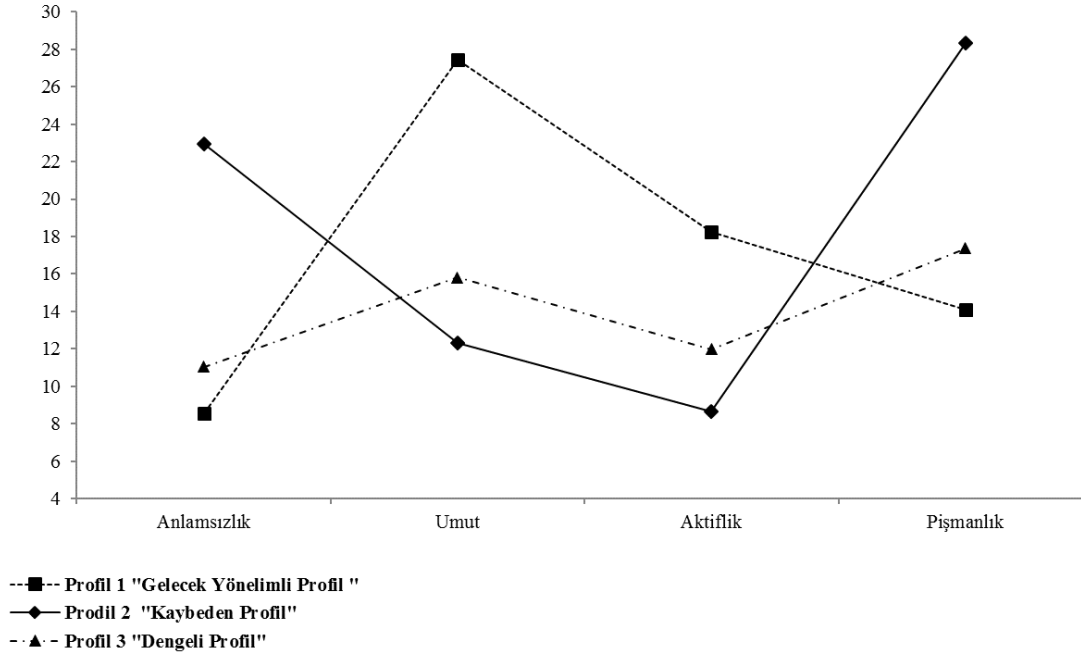
Kümeler	Küme 1 (n=92)		Küme 2 (n= 65)		Küme 3 (n=130)		F	p	η <sup>2</sup>
	Gelecek Yönelimli Profil (32.05 %)		Kaybeden Profil (22.65 %)		Dengeli Profil (45.30 %)				
	Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS			
Yaş	26.51 <sup>a</sup>	6.59	25.92 <sup>a</sup>	4.71	26.73 <sup>a</sup>	5.55	0.43	0.65	0.00
<b>OİÖ</b>									
Anlamsızlık	8.55 <sup>a</sup>	3.15	22.95 <sup>b</sup>	4.73	11.03 <sup>c</sup>	3.56	313.05	0.00	0.69
Umut	27.42 <sup>a</sup>	2.98	12.34 <sup>b</sup>	6.39	15.81 <sup>c</sup>	4.16	269.54	0.00	0.65
Aktivasyon	18.24 <sup>a</sup>	4.37	8.68 <sup>b</sup>	3.69	11.98 <sup>c</sup>	2.81	151.03	0.00	0.52
Pişmanlık	14.10 <sup>a</sup>	5.17	28.31 <sup>b</sup>	4.95	17.36 <sup>c</sup>	3.59	205.12	0.00	0.59
<b>Değişkenler</b>									
DSO	109.91 <sup>a</sup>	21.10	102.95 <sup>c</sup>	22.81	107.96 <sup>a</sup>	16.60	2.48	0.09	0.02
YAO	69.98 <sup>a</sup>	6.74	47.17 <sup>b</sup>	11.58	60.40 <sup>c</sup>	8.47	128.07	0.00	0.47
DİÖ	84.76 <sup>a</sup>	28.91	102.35 <sup>b</sup>	30.81	87.69 <sup>a</sup>	30.87	7.18	0.00	0.05

Not. n = 287. <sup>a,b,c</sup> Her bir bağımlı değişken için farklı üstsimge ile gösterilen ortalamalar LSD Fisher'in post-hoc testi kullanılarak  $p < .05$ 'te anlamlı bir farklılık olduğunu göstermektedir.

Kümeleme analiziyle oluşturulan profillerin bağımlı ve bağımsız değişkenler üzerindeki ortalama puanlarını karşılaştırmak amacıyla tek yönlü MANOVA analizi yapılmıştır. Bağımsız değişken olarak ontolojik iyi oluş profil grupları arasındaki puanlar incelendiğinde Ontolojik İyi Oluş’un üç grup arasındaki puanlarının farklılıkları anlamlı olduğu görülmektedir ( $F_{(8,16)}= 66.479$ ,  $p < .001$ ). Katılımcıların yaş değişkeni için üç OİÖ profili arasında bir fark bulunamamıştır. OİÖ profilleri ile bağımlı değişkenler olan DSO, YAO ve DİÖ değişkenleri arasındaki ilişki ANOVA ve sonrasında LSD Fisher'nin post-hoc testi kullanılarak test edilmiştir. Sonuçlar, OİÖ profilleri ile bağımlı değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir (Tablo 3). Öncelikle, “Gelecek Yönelimli Profil” ve “Dengeli Profil”in DSO için en yüksek düzeydeki profil olduğunu buna karşın DİÖ için ise en düşük profil puanlarına sahip olduğu görülmektedir. DSO ve DİÖ değişkenleri için, “Gelecek Yönelimi Profil”i ve “Dengeli Profil” arasında olumlu farklılık bulunamamıştır. YAO boyutunda ise farklılık bulunmuştur. “Gelecek Yönelimli Profil”in yaşam amacı puanları dikkate alındığında “Dengeli Profil” ve “Kaybeden Profil”den daha yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmektedir. İkinci olarak, “Kaybeden Profil” tüm profiller içerisinde en düşük DSO, YAO ve en yüksek DİÖ puanlarına



sahip olduğu görülmüştür. Çalışmanın bulguları, OİÖ örnek sayısının profilde geçerli olduğunu doğrulamıştır (bkz. Şekil 1).



Şekil 1. OİÖ'nun 3 profili (n = 287).

#### 4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin ontolojik iyi oluş, duygusal iyi oluş, duyarlı sevgi ve yaşam amaçlarının etkileşimleri incelenmiştir. Çalışma değişkenlerinin birbiriyle ilişkisi incelendiğinde, ontolojik iyi oluşun alt boyutları olan umut ve aktivasyon yaşamdaki amaç ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki gösterirken, olumsuz duygular ile negatif yönde ve anlamlı bir ilişki göstermektedir. Bununla birlikte Anlamsızlık ve Pişmanlık boyutları olumsuz düzeyde değerlendirilen duygusal iyi oluş ile pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki gösterirken, yaşam amacı ile negatif yönde ve anlamlı bir ilişki gösterdiği bulunmuştur. Bu ilişki kişinin olumlu ontolojik iyi oluş düzeyleri (Umut ve Aktivasyon) arttıkça yaşamdaki amaçlarının ve yönelimlerinin de arttığının, buna karşın olumsuz ontolojik iyi oluş düzeylerinin arttıkça da olumsuz duygularının arttığının kanıtı olarak değerlendirilebilir. Bir başka deyişle, kişinin kendi yaşamını bir devamlılık içerisinde olumlu olarak değerlendirdiğinde, yani kişinin ontolojik iyi oluş düzeyi arttıkça, yaşamda amaç ve anlam oluşturma ile duygusal iyi oluş düzeyi de artmaktadır. Çalışmanın bu bulgusu, yaşamın geçmiş, şimdi ve gelecek boyutlarının bütünü amaçlılık doğrultusunda değerlendirildiğinde, bireyin devam eden yaşamını olduğu gibi kabul ettiği, kendi yaşamını değerli bulduğu ve olumlu duygularında da artış gözlemlendiğinin bir kanıtı olarak yorumlanabilir. Çalışmanın bulguları Auhagen (2000) tarafından gerçekleştirilen, yaşamın anlamı/amacı ile iyi oluş arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ve bu ilişkinin bireyi depresyondan ve intihar girişiminden koruyan, zorluklarla ve trajik olaylarla başa çıkmasını sağlayan stratejilerle yakından ilişkili olduğu sonucuna ulaşan çalışma ile benzerlik göstermektedir. Sürmekte ve devam etmekte olan yaşamını eylem/aktivasyon ve umut içinde sürdüren birey yaşamındaki amaç/anlam ve olumlu duyguları yoğunlukla yaşarken, zorluk ve güçlüklerle baş etme becerilerini olumlu şekilde geliştirebilir. Bu durum yaşamı anlamsızlık ve pişmanlık duyguları ile yaşarken, yaşama amacı/anlamı ve olumlu duyguları geliştirememe gibi zorluklarla karşı karşıya kalma gibi olumsuz şekilde de yaşanabilir. Bununla birlikte ontolojik iyi oluş ile duyarlı sevgi arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı da görülmektedir.

Çalışmada elde edilen bir diğer sonuçta, kümeleme analizi tekniği kullanılarak belirlenen ontolojik iyi oluş algıları farklı 3 profilde (Gelecek Yönelimli Profil, Kaybeden Profil ve Dengeli Profil) duyarlı sevgi, duygusal iyi oluş ve yaşam amaçlarının farklılıklarına ilişkin bulgulardır. Belirlenen profillerin bağımsız değişkenler üzerindeki puanları arasında da farklılıklar gözlenmektedir. Gelecek Yönelimli Profil en yüksek Umut ve Aktivasyon ortalamasına sahipken, sırasıyla Dengeli Profil ve Kaybeden Profil takip etmektedir. Bunun yanı sıra yüksek düzeyde Umut ve Aktivasyon projesine sahip bireylerin oluşturduğu Gelecek Yönelimli Profil aynı zamanda duyarlı sevgi puanlarında da en yüksek değerlere sahiptir. Sprecher ve Fehr (2005) duyarlı sevginin, insanlara ve yabancılara veya tüm insanlığa karşı var olan bir önemseme, ilgi, duyarlılık, insanlar acı çektiğinde veya ihtiyaçları olduğunda onları destekleme ve onlara yardım etme gibi özellikler barındırdığını belirtmektedir. Bununla birlikte araştırma bulguları başkalarına destek sunmak açısından başkalarını düşünme ve fedakârlığın (altruizm) daha fazla iyi oluş hissetmeyle etkileşim gösterdiği ve bunların uzun yaşamla arasında bir ilişkisinin olduğunu belirtmektedir (Post, 2005). Bu çalışmanın da benzer bulgular gösterdiği dikkate alındığında duyarlı sevgi gösterme davranışının ontolojik iyi oluştan etkileniyor olduğu söylenebilir. Bireyin umut ve aktivasyon düşünceleri, tanımadığı insanlara karşı fedakâr, ilgili, önemseyen, yardımda bulunan ve destekleyici olma gibi bireyi olumlu davranışlara yönlendirdiği söylenebilir.

Çalışmanın bir diğer sonucu da ontolojik iyi oluşa dayalı olarak belirlenen profillerin duygusal iyi oluşun üzerinde de farklılık göstermesidir. Şimşek (2011) duygusal iyi oluş ile yaşam doyumu arasında bir ilişkinin olduğunu, aynı zamanda duygusal iyi oluşun mutluluk ve yaşam doyumunu etkilediğini belirtmiştir. Bununla birlikte duygusal iyi oluşun yaşamdaki amacı da açıkladığını, aynı şekilde yaşamı olduğu gibi kabul etme, kişinin kendi yaşamına yönelik olumlu algılama ve yaşamıyla barışık olması gibi duygusal deneyimlerin bireylerin ruh sağlığını daha iyi belirleme gücü doğurduğunu belirtmektedir. Kişinin kendi yaşamına yönelik değerlendirmesi olan duygusal iyi oluşu, geçmiş, şimdi ve geleceği dikkate alarak yapılan yaşam değerlendirmesi olan ontolojik iyi oluşunu, bir başka deyişle yaşam projesini etkilediği şeklinde yorumlanabilir. Bununla birlikte çalışmanın bu bulgusu incelendiğinde devam etmekte olan yaşamında bir sorun algılamayan, yaşamda amaçlarını belirlemiş ve geçmiş, şimdi ve geleceğe dair yaşam projelerini olumlu şekilde belirleyen bireylerin duygusal iyi oluş açısından tatmin oldukları ve olumsuz duyguları en az şekilde yaşadıkları düşünülebilir.

Belirlenen üç profilin, duyarlı sevgi ve duygusal iyi oluşun yanı sıra yaşam amacı puanları üzerinde de farklılaştığı görülmektedir. Gelecek Yönelimli Profil yaşam amaçlarını belirlemiş en yüksek profil olarak belirlenmiştir. Araştırmanın bu bulgusu literatürde yer alan bulguları destekler niteliktedir. Buna göre öyküsel psikoloji açısından insanlar zaman içerisinde amaçlarına doğru ilerleyen karakterler yaratıp yaşamlarını anlamlandırırılar (Richert, 2006). Aynı zamanda ilgili alan yazında geçmiş, şimdi ve gelecek devamlılığının kişinin kendini gerçekleştirme, yaşamdaki amaç ve başarı ile ilişkili olduğu belirtilmiştir (Şimşek, 2009). Buna benzer bir çalışmada Şimşek ve Kocayörük'e (2013) göre kişinin içsel motivasyonu ve yaşamdaki amaçları arasında ve bütüne bakıldığında psikolojik iyi oluş ile ontolojik iyi oluş arasında kuvvetli bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ontolojik iyi oluş, bireyin bütün zaman boyutlarını içeren yaşam hikâyelerinin duygusal değerlendirmesidir. Bu yapı, mutluluğu bireyin yaşamındaki gelişim potansiyeli olarak görür ve bireyin kendini gerçekleştirme, kendi yaşamına baktığında yaşamını değerli, başarılı ve yararlı olup olmadığını değerlendirmesi olarak görülür (Şimşek ve Kocayörük, 2013). Bu bulgulara göre kişinin içsel motivasyonunun, yaşamında sahip olduğu amaç ve hedeflerin kişinin yaşam projesine katkıda bulunduğu ve kişinin gelişme potansiyelinin önünü açtığı söylenebilir. Bununla birlikte, zaman perspektifine dayalı olumlu ontolojik iyi oluşun yüksek olması bireyin kendi yaşamının değerli, anlamlı ve umut dolu olduğunu düşünmesine ve yaşam amaçlarına olumlu yönde etki ettiğine işaret edebilir. Bu sonuçlara göre kişinin hayatta bir amacı ve yöneliminin olması, geçmiş ve şu anki

hayatında bir anlamının olması, yaşamak için hedefleri ve amaçları olup bunların yaşama amaç kattığını düşünmesi, bireyin geçmiş, şimdi ve geleceği oluşturan yaşam projesine olumlu bakmasını sağlayabileceği öngörülebilir.

Çalışmanın bulguları bu çalışmanın araştırma grubunu oluşturan üniversite öğrencilerine yönelik uygulama ve etkinliklerin geliştirilmesine katkı sağlayabilir. Gerek gelişim süreci, gerekse eğitim süreçleri devam eden üniversite öğrencilerinin yüksek iyi oluşları, motivasyon ve duyguları anlayabilme ve yönetebilme becerilerinin gelişmiş olması, çevresine karşı duyarlı, sevgi besleyen, yaşamda amaçlarını ve hedeflerini belirlemiş olmaları yaşam projelerinden anlamlı ve olumlu bir şekilde etkilenmelerinden kaynaklanmaktadır. Başka bir deyişle üniversite öğrencilerinin, yaşamlarının duygusal değerlendirmesi açısından yaşam doyumu ve mutluluğa sahip olması, çevrelerine sosyal anlamda destek sağlamaları ve diğerlerini anlamaya çalışmaları, diğerlerini önemli bulması ve değer vermesi ve yaşamda amaçlara sahip olması, bireyin geçmiş, şimdi ve geleceğin de içerisinde bulunduğu tüm yaşamının projesine olumlu baktığı şeklinde yorumlanabilir. Üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışma birimlerinin üniversite öğrencilerine yönelik uygulanacak ihtiyaç analizleri temelinde birçok çalışma geliştirebileceği belirtilmektedir (Gizir, 2010). Üniversitenin kariyer geliştirme olanaklarının geliştirilmesi, sosyal ilişkileri ve iletişimi geliştirecek programlar oluşturulması, hazırlanan psikoeğitim programlarının etkililik çalışmalarının düzenli aralıklarla yapılması ve programların konu ve içerik anlamında sürekli olarak öğrencilerin ilgi, beklenti ve ihtiyaçları doğrultusunda geliştirilmesi programların işlevlerini artıracak etkinlikler olarak değerlendirilebilir.

Çalışmanın sonuçları ve bulguları ile ilgili bir takım sınırlılık ve öneriler getirilebilir. Öncelikle çalışma verileri online olarak toplandığı ve çalışma evrenini yalnızca üniversite öğrencileri oluşması bir sınırlılık kabul olarak değerlendirilebilir. Online toplanan verilerin sosyal medya ile sosyal ağları kullandığı varsayılan kullanıcılardan ele edildiği öngörülmüştür. Ancak bu çalışmanın bir sınırlığı olarak değerlendirilmeli ve sonraki çalışmalarda online veri el edilecek çalışmaların katılımcılara kesin yollara ulaşıldığını garanti altına almalıdır. Ayrıca katılımcıların sadece üniversite öğrencileri olması (lisans ve lisans-üstü) bir diğer sınırlılık olarak gösterilebilir. Her ne kadar çalışmada yaş aralığı geniş olmasına rağmen üniversite eğitimi dışındaki ergenler, genç yetişkinler ve yaşlılardan da veriler elde edilmesi çalışmanın sonuçlarının genellenebilirliğine katkı sağlayabilir.

Ruh sağlığı alan yazında dikkat çeken ontolojik iyi oluş kavramı Şimşek ve Kocayörük (2013) tarafından yeni ortaya atılmış ve uygulamaya henüz yansımamış teorik düzeyde bir kavram olduğu görülmekle birlikte ilgili alan yazında bu konu ile ilgili yeterli çalışma bulunmamaktadır. Sonraki ruh sağlığı alanında yapılacak çalışmalarda ele alınabilecek bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Yakın bir zamanda gerçekleştirilen ve meslek kararları ile ontolojik iyi-oluş ilişkisinin incelendiği çalışmada ontolojik iyi oluş meslek projesi gibi farklı kavramlarla ilişkilendirilmiştir (Buruk, Şimşek ve Kocayörük, 2017). Kavramın hangi değişkenlerle ilişkili olabileceğine yönelik çalışmalar ilgili alan yazına katkı sağlayacağı düşünülebilir ve sonraki çalışmalarda ontolojik iyi-oluşun gelişimine katkı sağlayabilir.

Çalışmanın değişkenlerinden yaşamdaki amaç ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişki ve yordayıcılık etkisi dikkate alındığında yaşamda amaçları olan bireylerin ontolojik iyi oluş düzeylerinin de daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu da kişinin yaşamda amaçlar oluşturulduğunda yaşamın geçmiş, şimdi ve gelecek projelerine daha olumlu bir değerlendirme yapabildiğini göstermektedir. Ruh sağlığı alanında çalışan uzmanlar ve eğitimciler bireylerin yaşamlarındaki amaçları üzerinde çalışabilir, kişinin hedefler ve amaçlar oluşturmalarını destekleyebilir ve geliştirebilirler.

## 5. KAYNAKLAR

- Akaike, H. (1987). Factor analysis and AIC. *Psychometrika*, 52(3), 317-332.
- Buruk, P., Şimşek, Ö. F., & Kocayörük, E. (2017). Higher-order Traits and Happiness in the Workplace: The Importance of Occupational Project Scale for the Evaluation of Characteristic Adaptations. *The Journal of General Psychology*, 1-19.
- Busseri, M. A., & Sadava, S. W. (2011). A review of the tripartite structure of subjective well-being: Implications for conceptualization, operationalization, analysis, and synthesis. *Personality and Social Psychology Review*, 15(3), 290-314.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575
- Diener, E., & Lucas, R. E. (2000). Subjective emotional well-being. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed., pp. 325-337). New York: Guilford
- Diener, E., Sapyta, J. J., & Suh, E. M. (1998). Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*, 9(1), 33-37.
- Dodge, R., Daly, A. P., Huyton, J., & Sanders, L. D. (2012). The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2(3), 222-235.
- Frankl, V. E. (1984). *The Unheard Cry for Meaning: Psychotherapy and Humanism*. New York: Washington Square Press.
- Frankl, V. E. (2009). *İnsanın Anlam Arayışı* (9. b.). (S. Budak, Çev.) İstanbul: Okuyan Us Yayınevi.
- Fry, P. S. (2000). Religious involment, spirituality, and personal meaning for residing and institutional care elders. *Research in Nursing and Health*, 21(2), 143-153.
- Gärbling, T., Gamble, A., Fors, F., & Hjerem, M. (2015). Emotional well-being related to time pressure, impediment to goal progress, and stress-related symptoms. *Journal of Happiness Studies*, 1-11.
- Gizir, C. A. (2010). Üniversite psikolojik danışma ve rehberlik merkezleri'nin rol ve işlevleri: Gelişmeler ve sınırlılıklar. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 6 (2), 11-25.
- Husserl, E. (1993). *Arbeit an den Phänomenen, Ausgewählte Schriften*. Frankfurt am Main: Bernhard Waldenfelds.
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(38), 16489-16493.
- Keyes, C. L. (2006). Mental health in adolescence: Is America's youth flourishing? *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(3), 395.
- Kocayörük, E. (2012). Öz-Belirleme Kuramı Açısından Ergenlerin Anne Baba Algısı ile Duyuşsal İyi Oluşları Arasındaki İlişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. IV(37), 24-37.
- Lane, R. D., Quinlan, D. M., Schwartz, G. E., Walker, P. A., & Zeitlin, S. B. (1990). The levels of emotional awareness scale: A cognitive-developmental measure of emotion. *Journal of Personality Assessment*, 55, 124-134.
- Lanza, S. T., Collins, L. M., Lemmon, D. R., & Schafer, J. L. (2007). PROC LCA: A SAS procedure for latent class analysis. *Structural Equation Modeling*, 14, 671-694.
- Lanza, S. T., Flaherty, B. P., & Collins, L. M. (2003). Latent class and latent transition analysis. In J. A. Schinka & W. E. Velicer (Eds.), *Handbook of psychology: Research methods in psychology* (pp. 663-685). New York, NY: Wiley.
- Lent, R. W. (2004). Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychological adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 51(4), 482-509.
- Lewis, M., & Todd, R. M. (2005). Getting emotional: A neural perspective on emotion, intention, and consciousness. *Journal of Consciousness Studies*, 12, 210-235
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100-122.

- Nussbaum, M. C. (2001). *Upheavals of thought: The intelligence of emotions*. Cambridge: Cambridge University Press
- Reker, G. T. (1992). *Manual of the Life Attitude Profile-Revised (LAP-R)*. Peterborough, ON: Student Psychologists Press.
- Reker, G. T., Peacock, E. J., & Wong, P. T. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology*, 42(1), 44-49.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166.
- Ryan, R. M., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., & Deci, E. L. (2011). Motivation and autonomy in counseling, psychotherapy, and behavior change: A look at theory and practice 1ψ7. *The Counseling Psychologist*, 39(2), 193-260.
- Ryff, C. D. (1989a). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. (1989b). Beyond ponce de leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (1998). Middle age and well-being. *Encyclopedia of Mental Health*, 2, 707-719.
- Schwarz, G. (1978). Estimating the dimension of a model. *Annals of Statistics*, 6, 461-464.
- Schwarz, N., & Strack, F. (1991). Evaluating one's life: A judgment model of subjective well-being. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 27-47). New York: Pergamon
- Shmotkin, D. (2005). Happiness in the face of adversity: Reformulating the dynamic and modular bases of subjective well-being. *Review of General Psychology*, 9(4), 291-325.
- Sprecher, F., & Fehr, B. (2005). Compassionate love for close others and humanity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22, 629-651.
- Staudinger, U. M. (2001). Life reflection: A social-cognitive analysis of life review. *Review of General Psychology*, 5(2), 148-160.
- Şimşek, Ö. F. (2009). Happiness revisited: Ontological well-being as a theory-based construct of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 10, 505-522.
- Şimşek, Ö. F. (2011). An intentional model of emotional well-being: The development and validation of measure of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 12, 421-442.
- Şimşek, Ö. F., & Kocayörük, E. (2013). Affective reactions to one's whole life: Preliminary development and validation of the ontological well-being scale. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 309-343. doi:10.1007/s10902-012-9333-7.
- Schwarz, N., & Strack, F. (1991). Evaluating one's life: A judgment model of subjective well-being. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective* (pp. 27-47). New York: Pergamon
- Smith, D. W., (2013). *Husserl*, 2nd revised edition. London and New York: Routledge.
- Vermunt, J. K., & Magidson, J. (2002). Latent class cluster analysis. In J.A. Hagenaars & A. L. McCutcheon (Eds.), *Applied latent class analysis* (pp. 89-106). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Yalom, I. D. (1999). *Varoluşçu Psikoterapi* (4. b.). (Z. İyidoğan Babayiğit, Çev.) İstanbul: Kabalıcı Yayınevi.

### Extended Abstract

The concept of wellbeing has been discussed for years with the increased interest. Many researchers and theorists define wellbeing in many different ways such as "happiness", "quality of life" or "life satisfaction". Beyond the absence of mental illness, wellbeing is defined as one's awareness of own abilities, being able to manage daily stress, being productive, and having positive emotions (hedonic) and psychological and social functionality (Eudemonic). In the literature wellbeing is explored in two different ways; Hedonic and eudemonic. While hedonic tradition is explored under subjective wellbeing which is related to happiness, positive emotions, absence of negative emotions and life satisfaction,

eudemonic tradition highlights the psychological functionality as the positive psychology and it is explored under self-determination theory and multi-dimensional psychological wellbeing. From this point of view mental health and wellbeing are the base of personal and social abilities such as thought, showing emotions, communicating with others and creating happiness in life.

Subjective wellbeing includes three features. Firstly, it is related to personal point of view. Secondly, even though it is not directly related to absence of negative emotions it includes positive criteria. And third feature of the subjective wellbeing is that personal wellbeing criteria are the evaluation of persons' point of view about their own life and whole life. Psychological wellbeing is a multidimensional structure that includes subjective, social, psychological aspects and behaviors related to health. One of the measures of the psychological wellbeing is the creation of the meaning of the life. Having a personal meaning is defined as having a goal and trying to reach those goals. It is obvious that creating meaning and goals are not an easy process and it is related to ones' evaluation of whole life. Persons who search for meaning and goal for their life perform a narrative evaluation of their lives. This narrative evaluation includes completed, ongoing and future emotional judgments. Personal happiness is one's cognitive and emotional evaluation of own existence. Since all people think about their own life and happiness, it would not be mistaken to think that every people have their own life project.

It is specified in the proposed structure that cognitive and emotional dimensions can be combined by using the concept of goal; so the life can be evaluated as a project when wishing to evaluate the life as a whole. This structure is defined as person's evaluation of own life by considering past, current, and future. People evaluate their past for satisfaction, current for ongoing goals for their life project, and future for positiveness of their life projects. This study is mainly focused on the evaluation of relationships between ontological (life project) wellbeing, life goals, emotional and psychological wellbeing, personal fear of death, and compassionate love.

The data were collected via online forms. The Purpose in Life subscale of Psychological Well-Being Scale, Emotional Wellbeing Scale, Ontological Wellbeing Scale, and Compassionate Love for Humanity Scale were administered to 287 students who were undergraduate students and graduate students (masters and doctoral) ages range between 18 and 58. Analyses made via Latent GOLD 4.5 and SPSS. At the beginning, the correlation between variables were explored then profile analyses (LPA) were conducted to define number of profiles. For the later analyses one way MANOVA and two way MANOVA were conducted.

Pre-analyses results showed no statistically significant correlation between ages of participants and their scores from scales. While significant correlation was found between Life Goals Scores, Emotional Wellbeing Scores, and Ontological Wellbeing scores, no significant correlation was found between Compassionate Love Scores and Ontological Wellbeing Scores. Cluster analysis results indicated profiles of three factors. First profile showed high level of hope and come into action toward low regret and nothingness (Future Oriented Profile). On the second profile, high regret and nothingness were experienced toward low level of hope and come into action (Loser Profile). On the last profile moderate ontological wellbeing was exposed (Balanced Profile). MANOVA analyses was used to compare those three profiles and statistically significant difference were found between Emotional Wellbeing, Purpose in Life, and Compassionate Love Scores. Moreover, the results of the study indicated that exposing high level of ontological wellbeing on hope and come into action is related to life goals, emotional wellbeing, and compassionate love.

According to results of the study it can be said that while people's ontological wellbeing levels (hope and activation) increase, their life goals and orientation increase as well, despite that, as negative ontological wellbeing increase negative emotions increase. In other words, when people accept their ongoing life as it is, they find their lives valuable and their positive emotions increase. In terms of the evaluation of three profiles, it can be said that showing compassionate love influence one's ontological wellbeing. Person's thought about hope and activation lead person to be sensitive, concerned, careless, and helpful to others. Results of this study can be useful for developing practices and activities toward students in terms of improving their wellbeing, motivation, and understanding their own emotions.