MUTLULUK VE İYİ OLUŞ DERGİSİ **(JHWB)** THE JOURNAL OF HAPPINESS AND WELL-BEING

The Journal of Happiness and Well-Being

CİLT/VOLUME: 8 • SAYI/NUMBER: 14 • MART/MARCH 2023

The Journal of Happiness and Well-Being

MUTLULUK VE İYİ OLUŞ DERGİSİ **(JHWB)** THE JOURNAL OF HAPPINESS AND WELL-BEING

ISSN: 2822-4523 • e-ISSN: 2147-561X

SAHİBİ / *OWNER*
Üsküdar Üniversitesi Adına
A. Furkan TARHAN
Üsküdar Üniversitesi Mütevelli Heyeti Başkanı
Chairman of the Board of Trustees, Üsküdar University

EDİTÖR / *EDITOR*
Prof. Dr. Nevzat TARHAN
Üsküdar Üniversitesi Kurucu Rektörü, Yönetim Üst Kurulu Başkanı
President, Üsküdar University

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ / *EXECUTIVE EDITOR*
Dr. Öğr. Üyesi Fatma TURAN
Üsküdar Üniversitesi İTBF, Psikoloji Bölümü (Türkçe)
Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Psychology (Turkish), Uskudar University

YAYINCI / *PUBLISHER*
Üsküdar Üniversitesi

SEKRETERYA / *SECRETERIAL*
Arş. Gör. Betül ÇELEBİ DAĞ
Üsküdar Üniversitesi İTBF, Psikoloji Bölümü (Türkçe)
Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Psychology (Turkish), Uskudar University

GRAFİK TASARIM / *GRAPHIC & DESIGN*
Bülent TELLAN

YAZIŞMA ADRESİ / *CORRESPONDENCE ADDRESS*
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi
T.C. Üsküdar Üniversitesi Güney Yerleşke E-Blok
Altunizade Mh. Mahir İz Cd. No:23 34674 Üsküdar / İstanbul / Türkiye
Tel: 216 400 22 22 – Dâhili: 4007
E-posta: jhwb@uskudar.edu.tr
Web adresi: https://jhwbjournal.com

YAYIN TÜRÜ / *PUBLICATION TYPE*
Yaygın Süreli / *Periodical*

BASKI/ *PRINTED BY*
BUTIK AJANS İstiklal Mahallesi Kızılay Sokak No:24 Ümraniye/İstanbul

Dergide yer alan yazılardan ve aktarılan görüşlerden yazarlar sorumludur.
Authors bear responsibility for the content of their published articles.

Yayın dili Türkçe ve İngilizcedir.
The publication languages of the journal are Turkish and English.

Mart ve Eylül aylarında, yılda iki sayı olarak yayımlanan uluslararası,
hakemli, açık erişimli ve bilimsel bir dergidir.
This is a scholarly, international, peer-reviewed and open-access journal published biannually in March and September.

The Journal of
Happiness and
Well-Being

MUTLULUK VE İYİ OLUŞ DERGİSİ **(JHWB)** THE JOURNAL OF HAPPINESS AND WELL-BEING

DERGİ YAYIN KURULU / *EDITORIAL BOARD*

SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ / *EXECUTIVE EDITOR*

Dr. Öğr. Üyesi Fatma TURAN
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye

YAYIN KURULU ÜYELERİ / *EDITORIAL BOARD*

Prof. Dr. İbrahim ÖZDEMİR
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye
Faculty of Humanities and Social Sciences, Uskudar University, Istanbul, Turkey

Dr. Tayyab RASHİD
University of Toronto, Toronto, Canada

Dr. Gunther HUBNER
Positive Psychotherapy Institute, Germany

Dr. Louise LAMBERT
Canadian University of Dubai, Dubai

Dr. Polona Gradišek
University of Ljubljana, Slovenia

Prof. Dr. Sırrı AKBABA
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye
Faculty of Humanities and Social Sciences, Uskudar University, Istanbul, Turkey

Prof. Dr. Cumhur TAŞ
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye
Faculty of Humanities and Social Sciences, Uskudar University, Istanbul, Turkey

Prof. Dr. İbrahim ŞENAY
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye
Faculty of Humanities and Social Sciences, Uskudar University, Istanbul, Turkey

Prof. Dr. Zümra ATALAY
Mef Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
Mef University, Istanbul, Turkey

Prof. Dr. Sevinç Serpil AYTAÇ
Fenerbahçe Üniversitesi, İstanbul, Türkiye
Fenerbahçe University, Istanbul, Turkey

Prof. Dr. Ahmet Ragıp ÖZPOLAT
Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan, Türkiye
Erzincan Binali Yıldırım University, Erzincan, Turkey

YARDIMCI EDİTÖRLER/ *ASSISTANT EDITORS*

Dr. Öğr. Üyesi Fatma TURAN
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye
Faculty of Humanities and Social Sciences, Uskudar University, Istanbul, Turkey

Doç. Dr. Asil ÖZDOĞRU
Üsküdar Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye
Faculty of Humanities and Social Sciences, Uskudar University, Istanbul, Turkey

The Journal of Happiness and Well-Being

MUTLULUK VE İYİ OLUŞ DERGİSİ **(JHWB)** THE JOURNAL OF HAPPINESS AND WELL-BEING

DERGİ BİLİM DANIŞMA KURULU / *SCIENCE ADVISORY BOARD*

Prof. Dr. Hıdır İlyas GÖZ, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye / *Uskudar University, Turkey*
Prof. Dr. Sinan CANAN, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye / *Uskudar University, Turkey*
Prof. Dr. Gökben HIZLI SAYAR, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye / *Uskudar University,Turkey*
Prof. Dr. Ruut VEENHOVEN, Erasmus University, Netherlands
Prof. Dr. Richard M. RYAN, University of Rochester, USA
Prof. Dr. Ahmed ABDEL-KHALEK, Alexandria University, Egypt
Prof. Dr. Ann MACASKILL, Sheffield Hallam University, UK
Prof. Dr. Ayşe Esra ASLAN, İstanbul Üniversitesi, Türkiye /*Istanbul University, Turkey*
Prof. Dr. Habib TILIOUINE, University of Oran, Algeria
Prof. Dr. Hasan BACANLI, Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi, Türkiye/*Fatih Sultan Mehmet University, Turkey*
Prof. Dr. İbrahim YILDIRIM, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye /*Hacettepe University, Turkey*
Prof. Dr. James PAWELSKI, University of Pennsylvania, USA
Prof. Dr. Erol GÖKA, Türkiye
Prof. Dr. Mehmet Engin DENİZ, Yıldız Teknik Üniversitesi, Türkiye/*Yıldız Teknik University, Turkey*
Prof. Dr. Nilüfer VOLTAN ACAR, TED Üniversitesi, Türkiye/*TED University, Turkey*
Prof. Dr. Paul WONG, Trinity Western University, Canada
Prof. Dr. Sefa BULUT, İbn Haldun Üniversitesi, Türkiye/ *İbn Haldun University, Turkey*
Prof. Dr. Seher BALCI ÇELİK, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Türkiye/*Ondokuz Mayıs University, Turkey*
Prof. Dr. Sergiu BALTATESCU, University of Oradea, Romania
Prof. Dr. Şeyda TÜRK, Acıbadem Üniversitesi, Türkiye/ *Acıbadem University, Turkey*
Prof. Dr. Willibald RUCH, Universitat Zürich, Switzerland
Prof. Dr. Müge YILMAZ, Gümüşhane Üniversitesi, Türkiye/*Gümüşhane University, Turkey*
Prof. Dr. Ebru TANSEL ÇAKICI, Near East University, KKTC
Prof. Dr. İlhan YALÇIN, Ankara Üniversitesi, Türkiye/*Ankara University, Turkey*
Prof. Dr. Mehmet KANDEMİR, Kırıkkale Üniversitesi, Türkiye/ *Kırıkkale University, Turkey*
Prof. Dr. Özlem KARAIRMAK, Bahçeşehir Üniversitesi, Türkiye/*Bahçeşehir University, Turkey*
Prof. Dr. Şerife IŞIK, Gazi Üniversitesi, Türkiye/ *Gazi University, Turkey*
Prof. Dr. Tahsin İLHAN, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Türkiye/*Gaziosmanpaşa University, Turkey*
Prof. Dr. Tarık TOTAN, Adnan Menderes Üniversitesi, Türkiye/*Adnan Menderes University, Turkey*
Prof. Dr. Ebru TAYSİ, Süleyman Demirel Üniversitesi, Türkiye/*Süleyman Demirel University, Turkey*
Prof. Dr. Esin ACAR, Adnan Menderes Üniversitesi, Türkiye/*Adnan Menderes University, Turkey*
Prof. Dr. Rahşan ÇETİNKAYA, Uludağ Üniversitesi, Türkiye/ *Uludağ University, Turkey*
Prof. Dr. Paul JOSE, Victoria University of Wellington, New Zealand
Assoc. Prof. Dr. Alena SLEZACKOVA, Masaryk University, Czech Republic
Assoc. Prof. Dr. Andrea OWENS-FIFIELD, Quincy University, USA
Assoc. Prof. Dr. Chiara RUINI, Università di Bologna, Italia
Doç. Dr. Aylin TUTGUN ÜNAL, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye / *Uskudar University, Turkey*
Doç. Dr. Çiğdem YAVUZ GÜLER, Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi, Türkiye/ *Fatih Sultan Mehmet University, Turkey*
Doç. Dr. Tuğba SARI, Akdeniz Üniversitesi, Türkiye/ *Akdeniz University, Turkey*
Assoc. Prof. Dr. David BARTRAM, University of Leicester, UK
Doç. Dr. Meliha TUZGÖL DOST, Hacettepe Üniversitesi, Türkiye/ *Hacettepe University, Turkey*
Assoc. Prof. Dr. Jennifer LYKE, Richard Stockton College of New Jersey, USA
Assoc. Prof. Dr. Nooraini OTHMAN, Universiti Teknologi, Malaysia
Doç. Dr. Bekir Fatih MERAL, Sakarya Üniversitesi, Türkiye/ *Sakarya University, Turkey*
Doç. Dr. Aslı BUGAY SÖKMEZ, ODTÜ Kuzey Kıbrıs Kampüsü, KKTC

The Journal of Happiness and Well-Being

MUTLULUK VE İYİ OLUŞ DERGİSİ **(JHWB)** THE JOURNAL OF HAPPINESS AND WELL-BEING

DERGİ BİLİM DANIŞMA KURULU / *SCIENCE ADVISORY BOARD*

Doç. Dr. Didem AYDOĞAN, Adnan Menderes Üniversitesi, Türkiye/*Adnan Menderes University, Turkey*

Doç. Dr. Fikret GÜLAÇTI, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Türkiye/*Erzincan Binali Yıldırım University, Turkey*

Doç. Dr. İrem ÖZTEKE KOZAN, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Türkiye/ *Necmettin Erbakan University, Turkey*

Doç.Dr. Mehmet PALANCI, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Türkiye/ *Karadeniz Teknik University, Turkey*

Doç. Dr. Müge AKBAĞ, Marmara Üniversitesi, Türkiye/ *Marmara University, Turkey*

Assoc. Prof. Dr. Ramin ALİYEV, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Türkiye/ *Hasan Kalyoncu University, Turkey*

Doç. Dr. Seda BAYRAKTAR, Akdeniz Üniversitesi, Türkiye/ *Akdeniz University, Turkey*

Assist. Prof. Dr. Aaron JARDEN, Auckland University of Technology, Australia

Dr. Öğr. Üyesi Bircan ERGÜN BAŞAK, Anadolu Üniversitesi, Türkiye/*Anadolu University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Merve ÇEBİ, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Hazal AYAS, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Yıldız BURKOVİK, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Meltem NARTER, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Aslı Zeynep BAŞABAK BHAIS, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe ÖZÇETİN ŞENÖZ, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr.Öğr. Üyesi Zeynep GÜMÜŞ DEMİR, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Remziye KESKİN, Üsküdar Üniversitesi, Türkiye/ *Uskudar University, Turkey*

Assist. Prof. Dr. Fatima KAMRAN, University of Punjab, Pakistan

Dr. Öğr. Üyesi Gülşen ÖZTÜRK VARLIKLI, Pozitif Psikoterapi Enstitüsü,Türkiye/ *Positive Psychotherapy Institute,Turkey*

Dr. Öğr. Üyesi Rukiye HAYRAN, Pozitif Psikoterapi Enstitüsü, Türkiye/*Positive Psychotherapy Institute,Turkey*

Assist. Prof. Dr. Rukiye ŞAHİN, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Türkiye/*Gaziosmanpaşa University,Turkey*

Assist. Prof. Dr. Teresa Freire, University of Minho, Portugal

Dr. Fredrike Bannink, Clinical Psychologist, Netherlands

Dr. Joan D. Williams, Counselor Educator, USA

Dr. Michael Galea, University of Malta, MALTA

Dr. Wes Wingett, Private Psychotherapist, USA

The Journal of Happiness and Well-Being

MUTLULUK VE İYİ OLUŞ DERGİSİ (JHWB) THE JOURNAL OF HAPPINESS AND WELL-BEING

2022 YILI HAKEMLERİ / *REFEREES OF THE YEAR 2022*

Prof. Dr. Sevinç Serpil AYTAÇ

Prof. Dr. Hasan BACANLI

Prof. Dr. Sırrı AKBABA

Prof. Dr. Hıdır İlyas GÖZ

Prof. Dr. Gökben HIZLISAYAR

Prof. Dr. İbrahim ŞENAY

Doç. Dr. Çiğdem YAVUZ GÜLER

Dr. Öğr. Üyesi Gülşen VARLIKLI

Dr. Öğr. Üyesi Mert AKCANBAŞ

Dr. Öğr. Üyesi Meltem NARTER

Dr. Öğr. Üyesi Yıldız BURKOVİK

Dr. Öğr. Üyesi Remziye KESKİN

Dr. Öğr. Üyesi Elif KURTULUŞ

Dr. Öğr. Üyesi Zeynep GÜMÜŞ DEMİR