

Duygusal Zekâ, Umut, Öz Saygı ve Yaşam Doyumunun Çeşitli Sosyodemografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*

Examination of Emotional Intelligence, Hope, Self-Confidence and Life Satisfaction in Terms of Various Sociodemographic Variables

Merve AKDENİZ ÖKSÜZ**, Levent YAYCI***

doi: doi: 10.32739/usmut.2024.10.17.113

Öz

Pozitif psikoloji, yaşamdaki problemlere takılı kalmak yerine bu problemleri çözmeyi ve onarmayı bununla birlikte hayatın içerisindeki iyi ve olumlu durumlara odaklanıp bunları çoğaltmayı amaçlamaktadır. Bu araştırmanın temel amacı pozitif psikolojide sıklıkla çalışılan kavramlar olan duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunun çeşitli sosyo-demografik değişkenler (cinsiyet, sınıf düzeyi, katılımcıların anne eğitim düzeyi, katılımcıların baba eğitim düzeyi, aile sosyo-ekonomik düzeyi) açısından incelenmesidir. İlişkisel tarama modelinin kullanıldığı bu araştırmanın çalışma grubunu 819 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında Kişisel Bilgi Formu, Asıl Form Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği-33-Tr, Yaşam Doyumu Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmada duygusal zekâ ve öz saygının araştırmanın sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Yaşam doyumunun cinsiyete, anne eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı; sınıf düzeyi ve baba eğitim düzeyine göre ise anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Umudun cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı; sınıf düzeyine, anne eğitim düzeyine, baba eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre ise farklılaşmadığı belirlenmiştir. Araştırmanın bulguları literatür ışığında tartışılmış ve çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler:

Pozitif Psikoloji, Duygusal Zekâ, Umut, Öz Saygı, Yaşam Doyumu

Abstract

Positive psychology aims to solve and repair these problems instead of being stuck on the problems in life, as well as to focus on and increase the good and positive situations in life. The main purpose of this study is to examine emotional intelligence, hope, self-esteem and life satisfaction, which are frequently studied concepts in positive psychology, in terms of various socio-demographic variables (gender, grade level, participants mother's education level, participants father's education level, family socio-economic level). The study group of this research, in which the relational survey model was used, consisted of 819 university students. Personal Information Form, Main Form Schutte Emotional Intelligence Scale-3 Tr, Satisfaction with Life Scale, Trait Hope Scale and Rosenberg Self-Esteem Scale were used to collect the data. T-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used to analyze the data. It was found that emotional intelligence and self-esteem did not differ significantly according to the socio-demographic variables of the study. Life satisfaction was found to differ significantly according to gender, mother's education level and family socio-economic level, but not according to grade level and father's education level. Hope was found to differ significantly according to gender, but not according to grade level, mother's education level, father's education level and family socio-economic level. The findings of the study were discussed in the light of the literature and various suggestions were made.

Keywords:

Positive Psychology, Emotional Intelligence, Hope, Self-Esteem, Life Satisfaction

* Bu makale, Giresun Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Dalı'nda yapılan tez çalışmasından türetilmiştir ve 19-20 Nisan 2024 tarihlerinde Üsküdar Üniversitesi'nde gerçekleştirilen 6. Uluslararası Pozitif Psikoloji Kongresi'nde sunulan bildirinin tam metnidir.

** Artvin Çoruh Üniversitesi, Uzm. Psk. Dan., merveakdenizoksuz@gmail.com, ORCID ID:0000-0001-6494-0964.

*** Giresun Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, Doç. Dr., levent.yayci@giresun.edu.tr, ORCID ID: 0000-0001-8997-8918.

GİRİŞ

Freud'un psikoanalitik yaklaşımı ile başlayan psikoterapiler tarihinde günümüze kadar çeşitli paradigma değişiklikleri olmuştur. Geçmişten günümüze özellikle de II. Dünya Savaşı'ndan bu yana yapılan psikolojik araştırmalarda genellikle savaş, şiddet, yoksulluk, travma, taciz, ayrımcılık ve çeşitli olumsuz durumlara ve zayıflık, kaygı, paranoya, üzüntü gibi insanların çeşitli güçsüz yanlarına odaklanılmıştır. Bu durum psikoloji biliminin gelişen bireyi ve toplumu ihmal etmesine neden olmuş; psikoloji bilimini çeşitli olumlu durumlara ve cesaret, sorumluluk, neşe gibi insanların çeşitli güçlü yanlarına kör bırakmıştır (Seligman, 1999; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Nitekim psikoloji bilimi yıllarca olumsuz odaklanıp hasarı onarma üzerinde çalışmış ve bu nedenle var olan olumlu durumları göz ardı etmiştir. Seligman (1999) yaşanan psikolojik problemlerin, insandaki olumsuz yanlara değil olumlu yanlara odaklanılarak iyileştirilebileceğini ifade etmiştir. Çünkü yaşanan psikolojik rahatsızlıklara tampon olabilecek birçok insan gücü vardır; iyimserlik, umut, sabır, dürüstlük, cesaret gibi. Dolayısıyla olumlu özelliklere odaklanmanın ve bu özellikleri çoğaltmanın önleyici ve iyileştirici etkisinin olduğu söylenebilir. Bu noktada pozitif psikoloji önem kazanmaktadır. Pozitif psikolojiyi referans alan çalışmaların kapsamına bakıldığında genellikle duygusal zekâ, iyilik hali, mutluluk, duygular, yaşam doyumu, umut gibi kavramların ele alındığı görülmektedir (Schultz ve Schultz, 2007).

Duyguların düşünceleri yönlendirdiği düşünüldüğünde, insanların yaşadıkları bu duyguların doğru yönetebilmeleri önemlidir. Duygular insanları yönetmeden insanların duygularını ve beraberinde kendi yaşamlarını yönetmeleri gerekmektedir (Aydın, 2017). Bu noktada duygusal zekâ insanların hayatlarını yönetebilmesi noktasında önem kazanmaktadır. Duygusal zekâ, bireylerin engellere rağmen amacına ve yoluna devam edebilme, kendini harekete geçirebilme, hedefleri doğrultusunda tatmini erteleyebilme, ruhsal durumunu düzenleyebilme, yaşadığı olumsuz durumların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, empati yapabilme ve umut besleyebilme gibi çeşitli davranışları gerçekleştirebilmelerini sağlamaktadır (Goleman, 2020). Duygusal zekânın doğurgularından biri olan umut bireyin hedefleriyle yeteneklerinin bilişsel değerlendirmesine dayanmaktadır. Umud kavramının bilişsel yapıda olmasının duygularla alakası olmadığı anlamına gelmediği; duyguların bireyin umut seviyesini yansıttığı ifade edilmektedir. Umud seviyeleri yüksek bireyler, yüksek ve olumlu duygularla hedefe yaklaşma, çabalama ve başarıya odaklanmaktayken; umud seviyeleri düşük bireyler, düşük ve olumsuz duygularla hedefe yaklaşma, kararsızlık ve başarısızlığa odaklanmaktadırlar (Snyder, 1995). Nitekim umutlu olmak, hem duygusal zekâ açısından hem de yaşamdan doyum alma açısından oldukça önemli görülmektedir. Yüksek düzeyde umutlu kişilerin oluşturduğu hedefler hem kendisi hem de başkaları tarafından tanımlanabilen, açık ve canlı bir yapıda olmaktadır. Oysa umud düzeyi düşük kişilerin hedeflerinin belirsiz olduğu, bu belirsiz hedeflerin kişide motivasyon kaybına eden olduğu, kişinin ilerleme kaydettiği hissine ulaşmasına yardımcı olmadığı ve kişiyi hedeflerine ulaşma noktasında başarısız kıldığı ifade edilmektedir. Umud düzeyinin düşük olmasının bireyin özsaygısını etkileyebileceği gibi özsaygının düşük olmasının da umud düzeyini etkileyebileceği öngörülebilir. Rosenberg (1965), öz saygıyı kişinin kendine yönelik olumlu veya olumsuz tutumları olarak tanımlamaktadır. Öz saygısı yüksek olan bireyler, kendilerini olumlu olarak değerlendirmekte, zayıf yönlerini fark edip bunların üstesinden gelmeye çalışmakta ve kendilerini iyi hissedebilmektedirler. Öz saygısı düşük olan bireyler ise kendilerine olan güvenleri zayıf, başkalarına bağımlı ve sıkılgan

bir yapıya sahip olabilmektedirler (Reisoğlu, Gedik ve Göktaş, 2013). Öz saygısı yüksek olan bireyler başarısızlıkla veya olumsuz geribildirimle karşılaştıklarında, başarılı oldukları olumlu durumları kendilerine hatırlatmaktadır. Yani, olumsuz ve başarısız durumlara odaklanmak yerine olumlu ve başarılı durumlara odaklanmaktadır. Öz saygı düzeyi yüksek olan bireylerin her durumda kendilerine ilişkin algılarını pozitif tutmaları yüksek öz saygı düzeylerini korumalarına yardımcı olmaktadır (Burger, 2016). Bu noktada öz saygı düzeyinin yaşam doyumunu açısından oldukça önemli olduğu görülmektedir.

Pozitif psikolojide çalışılan kavramlardan biri olan öznel iyi oluş, mutluluk ile birlikte çokça anılmaktadır. Öznel iyi oluş, kişilerin yaşam memnuniyeti ve mutluluk düzeylerine ilişkin genel bir kişisel değerlendirme olarak ifade edilmektedir (Gerrig ve Zimbardo, 2015). Öznel iyi oluşun bilişsel boyutu olarak ele alınan yaşam doyumunu ise insanların yaşamlarından aldıkları doyumun kişisel bir değerlendirmesi olarak nitelendirilmektedir (Diener, 1984). İnsanların biricik olduğu göz önüne alındığında yaşam doyumunu da her bireyin kendine özgü standartları doğrultusunda şekillenecektir. Appleton ve Song (2008) tarafından yapılan bir araştırmada yaşam doyumunu kavramı üzerinde işsizlik, gelir düzeyi, evlilik durumu, cinsiyet, sağlık ve yaş düzeyi gibi değişkenlerin belirleyici olduğu bulunmuştur. Dolayısıyla insanların yaşamından doyum almasını sağlayan faktörlerin ne olduğu kişiden kişiye değişebilmektedir (Eryılmaz ve Atak, 2011).

Pozitif psikolojide sıklıkla çalışılan kavramlar olan duygusal zekânın, umudun, öz saygının ve yaşam doyumunun yaşamın her döneminde gündelik yaşamın getirdiği problemlerle başa çıkma, ruh sağlığını koruyup geliştirme, yaşam kalitesini artırma ve birçok noktada oldukça önemli olduğu görülmektedir. Ergenlikle genç yetişkinliğin tam arasında olan üniversite dönemi, birçok güzel yaşantının yanı sıra yaşanan şehrin ve ortamın değiştirildiği, farklı insanlarla ve farklı kültürlerle tanışıldığı, maddi manevi birçok zorluğun yaşandığı, birçok kararın ve sorumluluğun aileden uzakta yalnız başına alındığı, gelecek kaygılarının yaşandığı, akademik, psikolojik, kişisel ve sosyal alanlarda birçok sorunla karşılaşıldığı bir süreç olabilmektedir. Üniversite öğrencilerinin gelecekte toplum içerisinde sahip olacakları önemli rolleri başarmaları için üniversite dönemini verimli geçirmeleri; akademik kariyer başta olmak üzere birçok alanda sorumluluklarını yerine getirebilmeleri açısından büyük öneme sahiptir. Hayatın her aşamasında olduğu gibi özellikle üniversite döneminde de olumlu yönde duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunu özelliklerine sahip olmak bu sürecin olumlu yönde ilerlemesini sağlayacaktır. Bu nedenle bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunu düzeylerinin çeşitli sosyodemografik değişkenler açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda sonuçların ortaya koyulması hem araştırmanın değişkenlerinin anlamlandırılmasına yönelik farklı bir bakış açısı sunması hem de ilgili literatüre ve uygulamaya dönük çalışmalara katkı sağlaması açısından önemli bulunmaktadır. Araştırmanın amacı kapsamında şu problem cümlesine yanıt aranmıştır:

*Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunu düzeyleri sosyodemografik değişkenler olan cinsiyete, sınıf düzeyine, anne eğitim düzeyine, baba eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

YÖNTEM

Bu çalışmada nicel araştırma yaklaşımına dayalı ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Karasar (2008), ilişkisel tarama modelinde iki veya daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığının belirlenmesinin amaçlandığını ifade etmiştir. Çalışmanın etik kurul izni 2021 yılında Giresun Üniversitesi Etik Kurul Birimi'nden alınmıştır.

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu Giresun Üniversitesi'nde 2021-2022 eğitim öğretim yılında öğrenim gören 819 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışma grubunun 617'si kadın (%75,3) ve 202'si erkektir (%24,7). Çalışma grubunda yer alan öğrencilerin 204'ü 1. sınıf (%24,9), 184'ü 2. sınıf (%22,5), 140'ı 3. sınıf (%17,1) ve 291'i 4. sınıf (%35,5) düzeyindedir. Öğrencilerin anne eğitim düzeyleri; 73'ü hiç eğitim almamış (%8,9), 370'i ilkokul (%45,2), 167'si ortaokul (%20,4), 160'ı lise (%19,5) ve 49'u lisans ve lisansüstü (%6) düzeyinde; baba eğitim düzeyleri ise 267'si ilkokul ve altı (%32,6), 181'i ortaokul (%22,1), 236'sı lise (%28,8) ve 135'i lisans ve lisansüstü 46 (%16,5) düzeyindedir. Öğrencilerin aile sosyo-ekonomik düzeyleri; 61'i düşük (%7,4), 730'u orta (%89,1) ve 28'i yüksek (%3,5) düzeydedir.

Verilerin Toplanması

Ölçek formları bizzat araştırmacılar tarafından üniversite öğrencilerine bilgilendirme yapılarak yüz yüze uygulanmıştır. Ölçek formlarının uygulanması yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyodemografik değişkenlerinin belirlenebilmesi amacıyla Kişisel Bilgi Formu; duygusal zekâ düzeylerinin belirlenebilmesi amacıyla Asıl Form Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği-33-Tr; umut düzeylerinin belirlenebilmesi amacıyla Sürekli Umut Ölçeği; öz saygı düzeylerinin belirlenebilmesi amacıyla Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve yaşam doyumu düzeylerinin belirlenebilmesi amacıyla Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Bu form katılımcıların; cinsiyet, sınıf düzeyi, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, aile sosyo-ekonomik düzeyi gibi çeşitli sosyodemografik özelliklerinin belirlenmesi amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır.

Asıl Form Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği-33-Tr

Bu ölçek, Schutte ve diğerleri (1998) tarafından geliştirilmiş olup Tatar, Tok, Tekin-Bender ve Saltukoğlu (2017) tarafından Türkçe'ye çevrilmiştir. Ölçek 5'li likert tipinde olup 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçek genel duygusal zekâ düzeyini ölçmektedir. Bu bağlamda ölçeğin yalnızca genel toplam puanı alınmakta olup ölçekten yüksek puan alınması yüksek duygusal zekâ düzeyine işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye çeviri çalışması sonucunda KMO değeri .91; Bartlett değeri 12117,55 ($p < 0.001$); Tekrar Test Güvenirlik Katsayıları sırasıyla .81 ve .78 ve iç tutarlılık katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin orijinal for-

munda iç tutarlılık katsayısının .87-.90 arasında olduğu bulunmuştur. Bu araştırma sonucunda ise ölçeğin Cronbach Alfa İç Tutarlılık Katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır.

Sürekli Umud Ölçeği

Bu ölçek, Snyder ve diğerleri (1991) tarafından geliştirilmiş olup Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. 8'li likert tipinde olan ve 12 maddeden oluşan ölçeğin Alternatif Yollar Düşüncesi ve Eyleyici Düşünceler olmak üzere iki alt boyutu bulunmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 64, en düşük puan ise 8'dir. Yapılan uyarlama çalışmaları sonucunda ölçeğin umut düzeyini belirlemede ve ruh sağlığı bakımından bireyleri ayırt etmede kullanıldığı bilgisine ulaşılmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye çeviri çalışması sonucunda KMO değeri .86; Bartlett değeri 760,997 ($p < .01$); Test Tekrar Test Güvenirlik Katsayısının Eyleyici Düşünce alt boyutu için 0.81, Alternatif Yollar Düşüncesi alt boyutu için .78, ölçeğin toplam puanı için 0.86 ve iç tutarlılık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin orijinal formunda ölçeğin iç tutarlılık katsayıları Alternatif Yollar Düşüncesi alt boyutu için .63-.80; Eyleyici Düşünce alt boyutu için .71-.76; ölçeğin toplamı için .74-.84 arasında olduğu bulunmuştur. Bu araştırma sonucunda ise ölçeğin Cronbach Alfa İç Tutarlılık Katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Bu ölçek, Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş olup Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 4'lü likert tipinde olup 63 maddeden ve 12 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu çalışmada 12 alt ölçekten biri olan Benlik Saygısı alt ölçeği kullanılmıştır. Ölçek genel benlik saygısı düzeyini ölçmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 6'dır. Yüksek puanlar düşük benlik saygısı düzeyine, düşük puanlar ise yüksek benlik saygısı düzeyine işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye çeviri çalışmasında geçerlik katsayısı .71; Test Tekrar Test Güvenirlik Katsayısı .75; Cronbach Alfa İç Tutarlılık Katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma sonucunda ise ölçeğin Cronbach Alfa İç Tutarlılık Katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği

Bu ölçek, Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş olup Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. 5'li likert tipinde olan ölçek, 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçek tek faktörlü bir yapıdadır. Ölçek, genel yaşam doyumunu ölçmekte olup ölçek puanlarının yüksek olması yaşam doyumunu düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Türkçe'ye çeviri çalışmasında KMO değeri .86; Bartlett değeri 528,329 ($p < .001$); Cronbach Alpha İç Tutarlılık Katsayısı .88 ve Test Tekrar Test Güvenirlik Katsayısı .97 olarak bulunmuştur. Bu araştırma sonucunda ise ölçeğin Cronbach Alfa İç Tutarlılık Katsayısı .83 olarak hesaplanmıştır.

VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizi IBM SPSS 25.0 programı ile gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizi yapılmadan önce verilerin doğruluğu, kayıp ve aykırı değerler ve kullanılan analizlerin varsayımları incelenmiştir (Hinton, McMurray ve Brownlow, 2014; Tabachnick ve Fidell, 2014). Üniver-

site öğrencilerinin duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunun cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılaşp farklılaşmadığını incelemek amacıyla T-Testi kullanılmıştır. T-Testi, iki ortalamanın karşılaştırılması sonucunda bu iki ortalamanın farkının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğinin saptanması amacıyla kullanılmaktadır (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2012). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunun sınıf düzeyi, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak farklılaşp farklılaşmadığını incelemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), iki veya ikiden fazla ortalamanın karşılaştırılması sonucu ortaya çıkan farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla kullanılmaktadır (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2012). ANOVA sonuçlarının anlamlı olduğu ve varyansların homojenliği varsayımının karşılandığı analizlerde işlem sonrası Tukey HSD Testi kullanılmıştır. Tukey HSD Testi, yapılan analiz sonucunda ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık bulunan durumlarda hangi ortalamaların birbirinden farklı olduğunu saptamak amacıyla kullanılmaktadır (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2012). Varyansların homojenliği varsayımının ihlal edildiği bazı analizlerde ise Welch F Testi ((Hinton, McMurray ve Brownlow, 2014) sonuçları ve bu sonuçların anlamlı olması halinde Games-Howell Testi sonuçları rapor edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumlarının; cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla t-testi, sınıf düzeyi, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla da tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmış ve elde edilen bulgulara ilişkin tablolara sırasıyla aşağıda yer verilmiştir.

1. DUYGUSAL ZEKÂ DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Tablo 1. Duygusal Zekânın Cinsiyete Göre İncelenmesi İçin Yapılan T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ort.	Ss	Sd	t	P
Kadın	617	128.38	12.17	817	.362	.718
Erkek	202	128.02	12.01			

Tablo 1 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin duygusal zekâlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($t(817)=.362, p>.05$).

Tablo 2. Duygusal Zekânın Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	Sd1, sd2	F	p
Birinci Sınıf	204	127.14	11.86	3,815	1.860	.135
İkinci Sınıf	184	127.37	11.71			
Üçüncü Sınıf	140	129.55	12.16			
Dördüncü Sınıf	291	129.06	12.48			

Tablo 2 incelendiğinde duygusal zekânın sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur ($F(3,815)=1.860, p>.05$).

Tablo 3. Duygusal Zekânın Anne Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
Hiç eğitim almamış	73	126.45	11.98	4,814	1.012	.400
İlkokul	370	128.52	11.37			
Ortaokul	167	128.59	13.47			
Lise	160	128.93	12.19			
Lisans ve Lisansüstü	49	126.04	12.79			

Tablo 3 incelendiğinde duygusal zekânın anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(4,814)=1.012, p>.05$).

Tablo 4. Duygusal Zekânın Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
İlkokul ve altı	267	128.42	11.45	3,815	1.106	.346
Ortaokul	181	129.47	12.69			
Lise	236	127.30	12.78			
Lisans ve Lisansüstü	135	128.17	11.42			

Tablo 4 incelendiğinde duygusal zekânın baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ($F(3,815)=1.106, p>.05$).

Tablo 5. Duygusal Zekânın Aile Sosyo-Ekonomik Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
Düşük	61	127.68	9.28	2,816	2.736	.065
Orta	730	128.14	12.21			
Yüksek	28	133.50	14.24			

Tablo 5 incelendiğinde duygusal zekânın aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur ($F(2,816)=2.736, p>.05$).

2. UMUT DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Tablo 6. Umudun Cinsiyete Göre İncelenmesi İçin Yapılan T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ort.	Ss	Sd	t	P
Kadın	617	47.47	7.36	817	-2.05	.016
Erkek	202	48.90	6.98			

Tablo 6 incelendiğinde umudun cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t(817) = -2.05, p < .05$). Bu bağlamda, erkek öğrencilerin umut düzeylerinin kadın öğrencilerin umut düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 7. Umudun Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	Sd1, sd2	F	P
Birinci Sınıf	204	47.16	7.39	3,815	.999	.393
İkinci Sınıf	184	47.67	7.76			
Üçüncü Sınıf	140	48.14	6.93			
Dördüncü Sınıf	291	48.24	7.08			

Tablo 7 incelendiğinde umudun sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($F(3,815)=.999, p>.05$).

Tablo 8. Umudun Anne Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
Hiç eğitim almamış	73	47.45	7.28	4,814	.805	.522
İlkokul	370	48.21	7.25			
Ortaokul	167	47.84	7.21			
Lise	160	47.51	7.25			
Lisans ve Lisansüstü	49	46.47	8.08			

Tablo 8 incelendiğinde umudun anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ($F(4,814)=.805, p>.05$).

Tablo 9. Umudun Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
İlkokul ve altı	267	48.52	6.86	3,815	1.591	.190
Ortaokul	181	47.86	7.07			
Lise	236	47.51	7.92			
Lisans ve Lisansüstü	135	46.97	7.22			

Tablo 9 incelendiğinde umudun baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur ($F(3,815)=1.591, p>.05$).

Tablo 10. Umudun Aile Sosyo-Ekonomik Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
Düşük	61	47.16	7.02	2,816	2.492	.083
Orta	730	47.77	7.31			
Yüksek	28	50.73	6.97			

Tablo 10 incelendiğinde umudun aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır ($F(2,816)=2.492, p>.05$).

3. ÖZ SAYGI DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Tablo 11. Öz Saygının Cinsiyete Göre İncelenmesi İçin Yapılan T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ort.	Ss	Sd	t	P
Kadın	617	1.56	1.50	817	.457	.648
Erkek	202	1.51	1.50			

Tablo 11 incelendiğinde öz saygının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür ($t(817) = .457, p .05$).

Tablo 12. Öz Saygının Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	Sd1, sd2	F	P
Birinci Sınıf	204	1.57	1.48	3,815	.235	.872
İkinci Sınıf	184	1.59	1.52			
Üçüncü Sınıf	140	1.46	1.44			
Dördüncü Sınıf	291	1.56	1.54			

Tablo 12 incelendiğinde öz saygının sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur ($F(3,815)=.235, p>.05$).

Tablo 13. Öz Saygının Anne Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
Hiç eğitim almamış	73	1.69	1.53	4,814	.815	.516
İlkokul	370	1.57	1.50			
Ortaokul	167	1.38	1.49			
Lise	160	1.61	1.51			
Lisans ve Lisansüstü	49	1.59	1.48			

Tablo 13 incelendiğinde öz saygının anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur ($F(4,814)=.815, p>.05$).

Tablo 14. Öz Saygının Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	p
İlkokul ve altı	267	1.70	1.49	3,815	2.183	.089
Ortaokul	181	1.39	1.31			
Lise	236	1.44	1.56			
Lisans ve Lisansüstü	135	1.65	1.63			

Tablo 14 incelendiğinde öz saygının baba eğitim düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür ($F(3,815)=2.183, p>.05$).

Tablo 15. Öz Saygının Aile Sosyo-Ekonomik Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
Düşük	61	1.59	1.32	2,816	.902	.406
Orta	730	1.56	1.52			
Yüksek	28	1.18	1.49			

Tablo 15 incelendiğinde öz saygının aile sosyo-ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır ($F(2,816)=.902, p>.05$).

4. YAŞAM DOYUMU DEĞİŞKENİNE AİT BULGULAR

Tablo 16. Yaşam Doyumunun Cinsiyete Göre İncelenmesi İçin Yapılan T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ort.	Ss	Sd	t	P
Kadın	617	14.021	3.68	817	2.820	.005
Erkek	202	13.18	3.75			

Tablo 16 incelendiğinde yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur ($t(817) = 2.820, p < .01$). Bu bağlamda, kadın öğrencilerin yaşam doyum düzeylerinin erkek öğrencilerin yaşam doyum düzeylerine karşılık anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 17. Yaşam Doyumunun Sınıf Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	Sd1, sd2	F	P
Birinci Sınıf	204	13.79	3.58	3,815	.350	.789
İkinci Sınıf	184	13.73	3.77			
Üçüncü Sınıf	140	13.61	3.71			
Dördüncü Sınıf	291	13.97	3.77			

Tablo 17 incelendiğinde yaşam doyumunun sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur ($F(3,815)=.350, p>.05$).

Tablo 18. Yaşam Doyumunun Anne Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	p	İşlem Sonrası
Hiç eğitim almamış	73	12.67	3.77	4,814	4,382	.002	1-3 : 1-5
İlkokul	370	13.55	3.74				
Ortaokul	167	14.31	3.59				
Lise	160	14.04	3.75				
Lisans ve Lisansüstü	49	14.98	3.08				

Tablo 18 incelendiğinde yaşam doyumunun anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür ($F(4,814)=4.382, p<.05$). Bu bağlamda, farklılığın kaynağını saptamak için yapılan Tukey HSD testi sonucunda, hiç eğitim almamış anne eğitim düzeyine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinin, ortaokul ile lisans ve lisansüstü anne eğitim düzeyine sahip öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu saptanmıştır.

Tablo 19. Yaşam Doyumunun Baba Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	P
İlkokul ve altı	267	13.37	3.89	3,815	1.874	.132
Ortaokul	181	13.97	3.66			
Lise	236	14.04	3.69			
Lisans ve Lisansüstü	135	14.07	3.39			

Tablo 19 incelendiğinde yaşam doyumunun baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır ($F(3,815)=1.874, p>.05$).

Tablo 20. Yaşam Doyumunun Aile Sosyo-Ekonomik Düzeyine Göre İncelenmesi İçin Yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

	N	Ort.	Ss	sd1, sd2	F	p	İşlem Sonrası
Düşük	61	10.80	3.73	2,816	30.976	.000	1-2; 2-3; 1-3
Orta	730	13.95	3.56				
Yüksek	28	16.67	3.70				

Tablo 20 incelendiğinde yaşam doyumunu düzeylerinin aile sosyo-ekonomik düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği bulunmuştur ($F(2,816)=30.976, p<.05$). Bu bağlamda, farklılığın kaynağını saptamak için yapılan Tukey HSD testi sonucunda, düşük aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinin hem orta hem de yüksek aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu saptanmıştır. Ayrıca orta aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinin, yüksek aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerinden anlamlı bir şekilde daha düşük olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumu düzeylerinin araştırmanın çeşitli sosyodemografik değişkenlerine göre farklılaşp farklılaşmadığı yönünde elde edilen sonuçlar sırasıyla literatür ışığında ele alınmıştır.

Sonuçlar incelendiğinde duygusal zekânın cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği görülmüştür. Literatürde yer alan birçok araştırma bu sonucu destekler niteliktedir (Aydın, 2010; Kong, Zhao ve You, 2012; Karabulut, 2014; Kayır, 2017; Gür, Öztürk-Altınayak ve Ejder-Apay, 2019; Gerçek, 2020; Köse, 2020). Bu sonuçtan farklı olarak duygusal zekânın cinsiyete göre farklılaştığı ve kadınların erkeklerden (Harrod ve Scheer, 2005; Erdoğan, 2008; Kırtıl, 2009; Özyer, Azizoğlu ve Fahreeva, 2011; Kızıl, 2012; İnci, 2014; Göçet-Tekin, 2014; Bibi, Saqlain ve Mussawar, 2016; Taşkırmaz, 2020) ve erkeklerin kadınlardan (Hunt ve Evans, 2004; Bakan ve Güler, 2017; Sa ve diğerleri, 2019; Ain, Munir ve Suneel, 2021) daha yüksek duygusal zekâ düzeyine sahip olduğu araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermediği saptanmıştır.

Araştırma sonuçlarında duygusal zekânın sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı saptanmıştır. Literatürdeki birçok araştırma bu sonucu destekler niteliktedir (Kızıl, 2012; Karabulut, 2014; Bakan ve Güler, 2017; Delikoyun, 2017; Gerçek, 2020). Bu sonuçtan farklı olarak Özdemir ve Dilekmen (2016) tarafından yapılan çalışmada duygusal zekâ düzeyinin, dördüncü sınıf olanların lehine anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulunmuştur.

Başka bir araştırma sonucu olarak, duygusal zekânın anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Literatürde yer alan birçok araştırma bu sonucu destekler niteliktedir (Kırtıl, 2009; Özyer, Azizoğlu ve Fahreeva, 2011; Göçet-Tekin, 2014; Delikoyun, 2017; Kayır, 2017; Özkan, 2019). Karabulut (2014) tarafından yapılan bir çalışmada duygusal zekânın bazı alt boyutlarının anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı fakat bazı alt boyutlarının anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuçlarda duygusal zekânın baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Literatürdeki birçok çalışma bu sonucu destekler niteliktedir (Kırtıl, 2009; Göçet-Tekin, 2014; Delikoyun, 2017; Özkan, 2019). Karabulut (2014) tarafından yapılan bir çalışmada duygusal zekânın bazı alt boyutlarının baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği fakat bazı alt boyutlarının anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Diğer bir sonuç olarak duygusal zekânın aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Literatürdeki birçok araştırma bu sonucu destekler niteliktedir (Karademir, Döşyılmaz, Çoban ve Kafkas, 2010; Kızıl, 2012; İnci, 2014; Biliç, 2020). Karabulut (2014) tarafından yapılan bir çalışmada duygusal zekânın bazı alt boyutlarının aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı fakat bazı alt boyutlarının aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak, duygusal zekânın araştırmanın çeşitli sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı; farklı cinsiyete, sınıf düzeyine, anne eğitim düzeyine, baba eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip olan

üniversite öğrencilerinin benzer duygusal zekâ düzeyine sahip olduğu söylenebilir.

Araştırmanın sonuçları incelendiğinde umudun cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı ve erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre umut düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bu araştırma sonucuyla benzer olan herhangi bir araştırma sonucu bulunamamıştır. Bu sonuçtan farklı olarak Cihanyurdu ve diğerleri (2021) ile Aydın (2010) tarafından yapılan araştırmalarda umudun cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmüştür. Umudun erkek öğrencilerin lehine anlamlı bir biçimde farklılaşması şu şekilde açıklanabilir: Toplum hem kadınlara hem de erkeklere birçok alanda pek çok sorumluluk yüklemektedir. Geleceğe dair sorumluluğun ise kadınlardan ziyade daha çok erkeklere yüklendiği düşünülmektedir. Hayatın her döneminde farklı şekillerde kendini gösteren geleceğe dair sorumluluk, üniversite döneminde de kendini okulu bitirme, iş bulma, para kazanma, kariyerine devam etme ve hayatını her açıdan iyileştirme gibi çeşitli yaşam hedefleriyle kendini göstermektedir. Bu hedefler erkek öğrencilerin yaşam hedeflerine giden yolda karşılaşılabilecek olumsuz durumlarla başa çıkma ve yeni yollar tasarlama açısından itici bir güç sağlamaktadır. Bu itici güç umut olarak nitelendirilmektedir. Umudun, bireyin hedefe yönelik olması, bu hedeflere ulaşabilmek için birçok yol belirleyip planlayabilmesi ve planlanan bu yollarda motive bir şekilde çabalayarak sürdürmesi olarak nitelendirilmektedir. Sonuç olarak, tüm bu sorumluluk yüküyle hedef odaklı hareket etmenin, erkeklerin kadınlardan daha fazla umut düzeyine sahip olmasına etki ettiği söylenebilir.

Araştırmada umudun sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucun Aydın (2010) tarafından yapılan araştırma sonucuyla örtüştüğü görülmüştür ve bu sonucun yanı sıra umudun sınıf düzeyine göre farklılaştığı herhangi bir araştırma sonucuna rastlanılmamıştır. Diğer sonuçlar incelendiğinde umudun anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla, farklı anne eğitim düzeyine, baba eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip olan üniversite öğrencilerinin benzer umut düzeyine sahip olduğu yorumu yapılabilir. Literatür incelendiğinde umudun anne eğitim düzeyine, baba eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre incelendiği herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle bu araştırma sonuçlarının literatüre katkı sağladığı düşünülmektedir.

Araştırma sonuçları incelendiğinde öz saygının cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Literatürde yer alan birçok araştırma bu sonucu destekler niteliktedir (Yiğit, 2010; Kong, Zhao ve You, 2012; Özdemir-Topaloğlu, 2015; Bibi, Saqlain ve Mussawar, 2016; Büyükata, 2017; Sa ve diğerleri, 2019; Gerçek, 2020). Bununla birlikte Gül (2013), Eryılmaz (2012), Pritchard (2010) ve Erol (2004) tarafından yapılan ve benlik saygısının kızların lehine anlamlı bir farklılık gösterdiği araştırma sonuçlarının araştırma sonucunu destekler nitelikte olmadığı görülmüştür.

Araştırmada öz saygının sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı sonucu bulunmuştur. Literatürdeki Büyükata (2017), Delikoyun (2017) ve Gerçek (2020) tarafından yapılan araştırma sonuçlarının bu araştırma sonucunu destekler nitelikte olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde öz saygının sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı herhangi bir araştırma sonucuna rastlanılmamıştır.

Sonuçlar incelendiğinde öz saygının anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Literatürde Özdemir-Topaloğlu (2015), Büyükata (2017) ve Delikoyun (2017) tarafından yapılan araştırma sonuçlarının bu sonucu desteklediği tespit edilmiştir. Yiğit (2010) tarafından yapılan çalışmada öz saygının anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir biçimde farklılaştığı; anne eğitim düzeyi arttıkça öz saygının da arttığı sonucunu ortaya koyan araştırma sonucunun bu araştırma sonucuyla paralel olmadığı görülmüştür.

Araştırma sonuçlarında öz saygının baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Literatürde Yiğit (2010), Büyükata (2017) ve Delikoyun (2017) tarafından yapılan araştırma sonuçlarının bu sonucunu desteklediği fakat Özdemir-Topaloğlu (2015) tarafından yapılan benlik saygısının anlamlı bir biçimde farklılaştığı; baba eğitim düzeyleri ilköğretim ve lisansüstü olanların benlik saygısının daha yüksek olduğunu ortaya koyan çalışma sonucuyla paralel olmadığı görülmüştür.

Araştırma sonuçlarında öz saygının aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Literatürde Karademir, Döşyılmaz, Çoban ve Kafkas (2010), Özdemir-Topaloğlu (2015), Büyükata (2017) ve Delikoyun'un (2017) yaptığı çalışmaların bu araştırma sonucunu desteklediği fakat Yiğit (2010) ve Coşkun'un (2017) yaptığı çalışmaların bu araştırma sonucuyla uyumlu olmadığı saptanmıştır. Coşkun (2017), tarafından ilköğretim birinci kademe öğrencileriyle ve bu öğrencilerin anneleriyle yapılan bir araştırma sonucunda düşük gelir düzeyi belirten annelerin çocuklarının benlik saygısı puanlarının da düşük olduğu bulunmuştur. Yiğit (2010) tarafından yapılan bir araştırma sonucunda ailenin aylık geliri arttıkça benlik saygısının da arttığı saptanmıştır. Sonuç olarak, öz saygının araştırmanın çeşitli sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı; farklı cinsiyete, sınıf düzeyine, anne eğitim düzeyine, baba eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip olan üniversite öğrencilerinin benzer öz saygı düzeyine sahip olduğu söylenebilir.

Araştırmada yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı; kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre yaşam doyumlarının anlamlı bir biçimde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde yer alan bazı araştırma sonuçlarının bu sonucu destekler nitelikte olduğu (Tuzgöl-Dost, 2007; Joshanloo ve Afshari, 2011; Eryılmaz, 2012; Özdemir-Topaloğlu, 2015; Sarıca, 2019; Biçener, 2020; Yayıcı, 2020), yaşam doyumunun cinsiyete göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı bulunan bazı araştırma sonuçlarının ise (Kırtıl, 2009; Kong, Zhao ve You, 2012; Ünal ve Şahin, 2013; İnci, 2014; Bakan ve Güler, 2017; Kayır, 2017) bu araştırma sonucunu destekler nitelikte olmadığı görülmüştür. Yaşam doyumunun kadın öğrencilerin lehine anlamlı bir biçimde farklılaşması şu şekilde açıklanabilir: Geleneksel kültürlerde kadınlar erkeklere oranla daha çok baskı altında tutulabilmektedir. Bu baskı ise çoğu zaman kısıtlı bir yaşamı doğurabilmektedir ve bu nedenle aileden uzakta üniversitede okuyan kadın öğrencilere yönelik aile baskısının azalmasının ve aile yanındaki baskıya karşın üniversite döneminde birçok kararın ve sorumluluğun kişiye ait olup daha özgür bir yaşantıya sahip olunmasının erkek öğrencilere oranla kadın öğrencilerin yaşamlarından daha fazla doyum almalarını sağladığı söylenebilir. Eryılmaz (2012) tarafından bu durum, kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla daha sıcakkanlı olduğu, sosyal ilişkilerinin daha iyi olduğu, daha yakın ilişkiler kurabildiği, duygularını daha açık ifade edebildiği ve olumlu olumsuz duygularını dengeleyerek mutluluk düzeylerini koruyabildiği ve bu sayede kadın öğrencilerin erkek öğrencilere göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu

şeklinde açıklanmıştır. Ayrıca erkek öğrencilerin sosyal ilişkilerinin çok olmasına rağmen daha yüzeysel ilişkiler kurması ve duygularını daha az ifade etmesi nedeniyle duygusal açıdan yalnızlık yaşayabildikleri, bununla birlikte toplum tarafından erkeklere iş bulma, evin geçimini sağlama gibi bazı sorumlulukların yüklenmiş olmasının erkek öğrencilerde baskı yarattığı ve bu durumun yaşam doyumlarının düşük olmasına sebep olabileceği ifade edilmiştir.

Araştırma sonuçlarında yaşam doyumunun sınıf düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Literatürde Bakan ve Güler (2017) tarafından yapılan araştırma sonucunun bu sonucu destekler nitelikte olduğu fakat Özdemir ve Dilekmen (2016) tarafından yapılan ve yaşam doyumunun dördüncü sınıfların lehine sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini ortaya koyan araştırma sonucuyla paralel olmadığı görülmüştür.

Araştırma sonuçları incelendiğinde yaşam doyumunun anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği “hiç eğitim almamış” anne eğitim düzeyine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumunun “ortaokul ve lisans/lisansüstü” anne eğitim düzeyine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumundan anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır. Literatürde Ünal ve Şahin (2013) tarafından yapılan lise öğrencilerinin anne eğitim düzeyi okuryazar olmayan ve ilkokul mezunu olanların yaşam doyumlarının anne eğitim düzeyi lise mezunu olanların yaşam doyumlarından anlamlı düzeyde düşük olduğu bulunan araştırma sonucunun bu araştırma sonucunu destekler nitelikte olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra yaşam doyumunun anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülen araştırma sonuçlarıyla (Kırtıl, 2009; Özyer, Azizoğlu ve Fahreeva, 2011; Özdemir-Topaloğlu, 2015; Kayır, 2017) uyumlu olmadığı görülmüştür. Yaşam doyumunun “ortaokul ve lisans/lisansüstü” anne eğitim düzeyi lehine anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir biçimde farklılaşması şu şekilde açıklanabilir: İnsanoğlunun büyüyüp olgunlaşmasında ve yaşamının her döneminde ebeveyn rolü özellikle anne rolü oldukça önemlidir. Annenin eğitim düzeyinin artması annelik rolüne bilgi anlamında olumlu yönde katkılar sağlamaktadır. Dolayısıyla anne eğitim düzeyi arttıkça belirli noktalarda annenin bilgi düzeyi de artmaktadır. Bu noktada üniversite öğrencilerinin gelişimsel özelliklerini ve yaşanan psikolojik süreçlerini bilen ve anlayabilen annelerin çocuklarına karşı daha bilinçli bir şekilde yaklaşımlarını ve öğrencilerin yaşadığı veya yaşayacağı zorlu süreçlerin anne desteğiyle daha kolay aşılmasını sağlayacağı yorumu yapılabilir. Ayrıca öğrencilerin annenin bilgili ve bilinçli olması sayesinde çoğu problemin yaşanmadan önlenebileceği veya öğrencilerin karşılaştıkları zorlu süreçleri anne desteğiyle daha rahat aşabileceği söylenebilir ve bu durumun öğrencilerin yaşama yönelik daha pozitif bir bakış açısına sahip olmasını sağlayacağı bu sayede yaşam doyumlarının da daha yüksek olacağı şeklinde açıklanabilir.

Araştırmada yaşam doyumunun baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Literatürde Kırtıl (2009) ve Özyer, Azizoğlu ve Fahreeva (2011) tarafından yapılan araştırma sonuçlarının bu araştırma sonucunu destekler nitelikte olduğu fakat yaşam doyumunun baba eğitim düzeyine göre anlamlı şekilde farklılaşmadığını ortaya koyan Ünal ve Şahin (2013) ile Özdemir-Topaloğlu (2015) tarafından yapılan diğer araştırma sonuçlarının bu araştırma sonucunu destekler nitelikte olmadığı görülmüştür.

Diğer bir araştırma sonucu olarak, yaşam doyumunun aile sosyo-ekonomik düzeyine göre

anamlı bir farklılık gösterdiği; düşük aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumunun orta ve yüksek aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumundan anlamlı düzeyde düşük olduğu bulunmuştur. Bunun yanı sıra orta aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumunun yüksek aile sosyo-ekonomik düzeyine sahip olan öğrencilerin yaşam doyumundan anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır. Literatürde yaşam doyumunun sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olanların lehine sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık gösterdiği bazı araştırma sonuçlarının (Paolini, Yanez ve Kelly, 2006; Tuzgöl-Dost, 2007; İnci, 2014; Sarıca, 2019) bu araştırma sonucuyla paralel olduğu bulunmuştur. Fakat yaşam doyumunun aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığını ortaya koyan Özdemir-Topaloğlu (2015) tarafından yapılan araştırma sonucuyla benzer olmadığı saptanmıştır. Yaşam doyumunun aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı farklılık göstermesi şu şekilde açıklanabilir: Ekonomik durum, temel yaşam ihtiyaçlarını edinebilme, kişisel gelişim için yatırım yapabilme ve çeşitli amaçlara ulaşabilme noktasında önemli bir etkidir. Dolayısıyla sahip olunan ekonomik durumun iyi olması öğrencilerin tüm bunlara ulaşımı açısından gerekli bulunmaktadır (Tuzgöl-Dost, 2007). Bu doğrultuda aile sosyo-ekonomik düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinin gerekli temel ihtiyaçlarını daha rahat karşılayabilmesi, birçok etkinliğe ve arzulanan amaçlara daha rahat ulaşabilmesi öğrencilerin yaşam konforunu arttıracaktır. Nitekim yaşam konforunun artmasının da doğrudan yaşam doyumunu olumlu yönde etkilediği yorumu yapılabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçları genel olarak değerlendirildiğinde; yaşam doyumunu değişkeninin cinsiyete, anne eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterdiği; sınıf düzeyi ve baba eğitim düzeyine göre ise anlamlı bir farklılık göstermediği bulunmuştur. Umut değişkeninin ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği fakat sınıf düzeyine, anne eğitim düzeyine, baba eğitim düzeyine ve aile sosyo-ekonomik düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bununla birlikte duygusal zekâ ve öz saygı değişkeninin araştırmanın sosyo-demografik değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu araştırmanın verileri 2021 yılının Ekim ayında toplanmıştır. Bu dönemde üniversite öğrencileri COVID-19 salgın sürecini yaşamaya devam etmektedirler. Bu durum öğrencilerin ölçek maddelerine verdikleri cevapların salgının etkisine bağlı olarak şekillenmiş olabileceği ihtimalini doğurmaktadır. Bu nedenle verilerin COVID-19 salgın döneminde toplanmış olması araştırmanın sınırlılığı olarak görülmektedir.

Bireylerin yaşamlarında denge ve düzen olması, değişimlere uyum sağlayıp var olan potansiyellerini ortaya koyabilmeleri birçok değişkene bağlıdır. Bireyleri yetişkin sorumlulukları almaya hazırlayan üniversite yılları öğrencilerin yeni yaşam becerileri de kazandığı bir dönemdir. Bu nedenle üniversitelerde öğrencilerin psikolojik, kişisel ve sosyal açıdan gelişimlerine de önem verilmesi ve bu yönde çalışmaların yapılması önerilmektedir. Geliştirilmeye açık olan duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunun üniversite öğrencilerinde olumlu yönde var olması akademik başarı, sosyal ilişkiler, yaşam kalitesi gibi birçok alanda kazanım niteliğindedir. Bu nedenle öğrencilerin bu özellikleri edinebilmesi için

eğitimin her kademesinde özellikle üniversitelerde derslerde, çeşitli eğitimlerde, seminer ve konferanslarda yer verilmesi önerilmektedir. Ayrıca öğrencilere rol model olan ebeveynlerin ve eğitimcilerin bu özellikler noktasında bilinçlendirilmesi önerilmektedir.

Duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunun düşük olduğu öğrencilere yaşam kalitelerini arttırmak amacıyla üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışma merkezlerinde gerekli hizmetlerin (psikolojik danışma hizmeti, psiko-eğitim çalışmaları vs.) sunulması önerilmektedir. Öğrencilerin aile sosyo-ekonomik düzeyinin düşük olmasının onların yaşam doyumlarını olumsuz yönde etkilemekte olduğu görülmüştür. Bu kapsamda aile sosyo-ekonomik düzeyi düşük öğrencilerin tespit edilerek burs hizmeti ve kısmi zamanlı işlerde çalışma imkânları sağlanması önerilmektedir.

Araştırmada duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunun genel toplam puanları üzerinde çalışılmıştır. Gelecekte yapılacak araştırmalarda değişkenlerin alt boyutları da ele alınarak incelenebilir; araştırmalarda duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunu ölçen farklı ölçekler kullanılabilir; duygusal zekâ, umut, öz saygı ve yaşam doyumunun farklı sosyo-demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı tespit edilebilir veya üniversite öğrencileri yerine farklı örneklemeler üzerinde (lise öğrencileri, yaşlılar vs.) çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Ain, N. U., Munir, M., & Suneel, I. (2021). Role of emotional intelligence and grit in life satisfaction. *Heliyon*, 7(4).
- Appleton, S., & Song, L. (2008). Life satisfaction in urban China: Components and determinants. *World Development*, 36(11), 2325-2340.
- Aydın, B. (2010). Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ ve umut düzeyleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin *incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Aydın, H. (2017). *Duygusal zeka (EQ) ve stres yönetimi ilişkisi* [Yüksek Lisans Tezi]. Nişantaşı Üniversitesi.
- Bakan, İ., & Güler, B. (2017). Duygusal zekânın, yaşam doyumunu ve akademik başarıya etkileri ve demografik özellikler bağlamında algı farklılıkları. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 19(33), 1-11.
- Bibi, S., Saqlain, S., & Mussawar, B. (2016). Relationship between emotional intelligence and self esteem among Pakistani university students. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 6(4), 1-6.
- Biçener, E. (2020). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu, kişilik ve temel psikolojik ihtiyaçlar [Yüksek Lisans Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Bilici, H. (2020). *Duygusal zekâ, psikolojik kırılabilirlik ve yaşam doyumunu ilişkisinde kısa semptomların aracı rolü* [Yüksek Lisans Tezi]. Trabzon Üniversitesi.
- Böyükata, H. (2017). *Okul öncesi öğretmen adaylarının öz-saygı düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi.
- Burger, J. M. (2016). *Kişilik: Psikoloji biliminin insan doğasına dair söyledikleri* (İ. D. Erguvan Sarıoğlu, Çev.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyükköztürk, Ş., Çokluk, Ö., & Köklü, N. (2012). *Sosyal bilimler için istatistik*. (10. bs.). Ankara: Pegem Akademi.

- Cihanyurdu, İ., İlbasmış, Ç., Aksoy, A. T., Ünver, H., & Arman, A. R. (2021). COVID-19 salgınında ergenlerin geleceğe yönelik kaygı ve umut düzeyleri. *Turk J Child Adolesc Ment Health*, 28(1), 19-26.
- Coşkun, I. (2017). İlkokul birinci kademe öğrencilerinin anne tutumu, benlik saygısı ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı* [Uzmanlık Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Dağlı, A. & Baysal, N. (2016). Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59).
- Delikoyun, D. (2017). Üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ ve benlik saygısı arasındaki ilişki [Yüksek Lisans Tezi]. Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Erdoğan, M. Y. (2008). Duygusal zeka'nın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(23), 62-76.
- Erol, B. (2004). Üstün yeteneklilerde duygusal zekâ ile benlik saygısı arasındaki ilişki [Yüksek Lisans Tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Eryılmaz, A., & Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun, öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(37), 170-181.
- Eryılmaz, S. (2012). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada, yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Muğla Üniversitesi.
- Gerçek, E. (2020). Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik benlik saygısı ve duygusal zekâ yetenekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Gerrig, R. J., & Zimbardo, P. G. (2015). *Psikoloji ve yaşam-Psikolojiye giriş* (G. Sart, Çev.). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Goleman, D. (2020). *Duygusal zekâ neden IQ'dan daha önemlidir?* (Yüksel, B. S., Çev.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Göçet-Tekin, E. (2014). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma duygusal zeka ve sosyal iyi olma düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi [Doktora Tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Gül, H. (2013). Investigation of undergraduate student s self-esteem levels in terms of some variables. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [*Hacettepe University Journal of Education*], 28(2), 194-205.
- Gür, E. Y., Öztürk-Altınayak, S., & Ejder-Apay, S. (2019). Duygusal zekânın cinsiyet değişkeni açısından incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 35-42.
- Harrod, N. R., & Scheer, S. D. (2005). An exploration of adolescent emotional intelligence in relation to demographic characteristics. *Adolescence*, 40, 503- 512.
- Hinton, P. R., McMurray, I., & Brownlow, C. (2014). *SPSS explained*. (2. bs.). New York: Routledge.
- Hunt, N., & Evans, H. (2004). Predicting traumatic stres using emotional intelligence. *Behaviour Research and Therapy*, 42, 791-798.
- İnci, S. (2014). *Aday öğretmenlerin duygusal zekâ ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi]. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi.
- Joshanloo, M., & Afshari, S. (2011). Big five personality traits and self-esteem as predictors of life satisfaction in Iranian Muslim university students. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 105-113.

- Karabulut, E. (2014). *Psikolojik danışman adaylarının duygusal zekâ düzeyleri ile düşünme stilleri arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Karademir, T., Döşylmaz, E., Çoban, B., & Kafkas, M. E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(2), 653-674.
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kayır, M. (2017). İyimserliğin yordayıcıları olarak benlik saygısı ve duygusal zeka [Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Kırtıl, S. (2009). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin duygusal zeka düzeyleri ile yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Kızıl, Z. (2012). *Eğitim bilimleri fakültesi öğrencilerinin duygusal zekalarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Kong, F., Zhao, J., & You, X. (2012). Emotional intelligence and life satisfaction in Chinese university students: The mediating role of self-esteem and social support. *Personality and Individual Differences*, 53(8), 1039-1043.
- Köse, E. (2020). *Ergenlerde anne baba tutumlarının duygusal zekâ ve karar verme stilleri üzerine etkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.
- Özdemir, M., & Dilekmen, M. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Sakarya University Journal of Education*, 6(1), 98-113.
- Özdemir-Topaloğlu, A. (2015). The relationship between university students' self perception, life satisfaction and various variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 205, 349-355.
- Özkan, L. (2019). *Lise öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile psikolojik dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Özyer, K., Azizoğlu, Ö., & Fahreeva, G. (2011). A study about relationship between emotional intelligence and life satisfaction. *Akademik Bakış Dergisi*, 25, 1-20.
- Paolini, L., Yanez, A. P., & Kelly, W. E. (2006). An examination of worry and life satisfaction among college students. *Individual Differences Research*, 4(5), 331-339.
- Pritchard, M. (2010). Does self esteem moderate the relation between gender and weight preoccupation in undergraduates? *Personality and Individual Differences*, 48(2), 224-227.
- Reisoğlu, İ., Gedik, N., & Gökteş, Y. (2013). Öğretmen adaylarının özsaygı ve duygusal zekâ düzeylerinin problemleri internet kullanımıyla ilişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 38(170).
- Rosenberg M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press, Princeton.
- Sa, B., Ojeh, N., Majumder, M. A. A., Nunes, P., Williams, S., Rao, S. R., & Youssef, F. F. (2019). The relationship between self-esteem, emotional intelligence, and empathy among students from six health professional programs. *Teaching and learning in medicine*, 31(5), 536-543.
- Sarıca, F. (2019). *Narsisizm tipleri ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide duygusal zekânın aracı rolü* [Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Schultz D. P., & Schultz E. S. (2007). *Modern Psikoloji Tarihi* (çev. Yasemin, A.). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167-177.
- Seligman, M. E. P. (1999). Positive social science. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 1(3), 181.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychological Association*, 55(1), 5-14.
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. *Journal of Counseling &*

Development, 73(3), 355-360.

- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of personality and social psychology*, 60(4), 570-585.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2014). *Using multivariate statistics* (International Edition.). Harlow: Pearson.
- Tarhan, S., & Bacanlı, H. (2015). Sürekli umut ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & WellBeing*, 3(1), 1-14.
- Taşkırmaz, M. (2020). *Duygusal zekâ, yaşam doyumu ve yılmazlık arasındaki ilişki* [Yüksek Lisans Tezi]. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi.
- Tatar, A., Tok, S., Bender, M. T., & Saltukoğlu, G. (2017). Asıl form schutte duygusal zekâ testinin Türkçeye çevirisi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Anatolian Journal of Psychiatry/ Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(2).
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.
- Ünal, A. Ö., & Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*. 2(3), 46-63.
- Yaycı, L. (2020). The relationship between revenge behavior and life satisfaction of students at a state university in Turkey. *International Journal of Curriculum and Instruction*, 12(2), 374-387.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi]. Selçuk Üniversitesi.