

Rumeysa Hoşoğlu

Dr. Öğr. Üyesi, Kapadokya Üniversitesi, rumeysa.hosoglu@kapadokya.edu.tr

Bildiri No: 30 - Bildiri Sunum Şekli: Sözlü Sunum

Amaç:Bu araştırmada, öz-anlayış düzeyi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ortaya koymak ve bu ilişkide otomatik düşüncelerin aracı etkisini incelemek amaçlanmıştır.

Yöntem:Araştırma ilişkisel tarama modeline göre desenlenmiştir. Araştırmada veriler, 2018-2019 eğitim öğretim yılında Kapadokya Meslek Yüksekokulu'nda öğrenim gören 286 öğrenciden toplanmıştır. Katılımcıların 166'sı kadın, 120'si erkektir. Katılımcıların 178'i birinci sınıfta, 108'i ikinci sınıfta okumaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Öz-Anlayış Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizi için; betimsel analizler, Pearson korelasyon testi ve yapısal eşitlik modeli analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Öncelikledeğişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1,5 ile +1,5 arasında değiştiği ve bu nedenle değişkenlere ait puanların normal dağılıma sahip olduğu kabul edilmiş ve aralarındaki ilişki Pearson Korelasyon Katsayısı ile incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, öz-anlayış değişkeni ile yaşam doyumu değişkeni arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki ($r=.432$), diğer değişkenler arasında, negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki ($r_{KKYND}=-.544$; $r_{Şaşkınlık-Kaçma Fantezileri}=-.518$; $r_{Kişisel Uyumsuzluk ve Değişme İstekleri}=-.489$; $r_{Yalnızlık ve İzolasyon}=-.501$; $r_{Ümitsizlik}=-.473$) olduğunu ve yaşam doyumu değişkeni ile otomatik düşünceler değişkeninin alt boyutlarından kişinin kendine yönelik negatif duygu ve düşünceleri ($r=-.446$), şaşkınlık-kaçma fantezileri ($r=-.470$), kişisel uyumsuzluk ve değişme istekleri ($r=-.494$) ve ümitsizlik ($r=-.421$) arasında negatif yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki, yalnızlık ve izolasyon değişkeni arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ($r=-.370$) olduğunu göstermiştir.

Araştırma kapsamında belirlenen yapısal modeller test edilirken modellerde yer alan gözlenen değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar çarpıklık ve basıklık değerlerinin çok değişkenli normallik ölçütleri aralığında olduğunu göstermiştir. Test edilen modelde, yaşam doyumunu ölçmek amacıyla kullanılan Yaşam Doyumu Ölçeğinin her bir maddesi "yaşam doyumu" örtük değişkeni için birer gözlenen değişken olarak ele alınmıştır. Otomatik düşünce düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan Otomatik Düşünceler Ölçeğinin her bir alt boyutundan alınan toplam puanlar "otomatik düşünceler" örtük değişkeninin birer gözlenen değişkeni olarak modele alınmıştır. Araştırmada "öz-anlayış" örtük değişkeni için de Öz-Anlayış Ölçeği tek boyutlu bir yapıda olduğundan parselleme yöntemi ile üç parsel atanmıştır.

Model testinde iki aşamalı yaklaşım benimsendiğinden, test edilmek üzere belirlenen yapısal modelin test edilmesinden önce modele ilişkin ölçüm modeli test edilmiştir. Analiz sonucunda oluşan bu modele ait uyum iyiliği değerlerinin $\chi^2/sd(133.64/62)=2.16$; $p=.001$; GFI=.93; AGFI=.90; CFI=.97; NFI=.95; RMSEA=.064 (90% güven aralığında RMSEA=.049-.079) şeklinde olduğu, modelin veri ile iyi uyum gösterdiği belirlenmiştir.

Yapısal modele ait ölçüm modeli test edildiğinde yaşam doyumu, öz-anlayış ve otomatik düşünceler arasındaki ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Test edilmesi amaçlanan modele ait ölçüm modeli test edildikten sonra yapısal model testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda oluşan uyum iyiliği değerlerinin $\chi^2/sd(133.64/62)=2.16$; $p=.001$; GFI=.93; AGFI=.90; CFI=.97; NFI=.95; RMSEA=.064 (90% güven aralığında RMSEA=.049-.079) şeklinde olduğu, modelin veri ile iyi uyum gösterdiği belirlenmiştir.

Yapısal modelin test edilmesinden sonra aracılık ilişkilerin test edilmesi aşamasına geçilmiştir. Öz-anlayıştan yaşam doyumuna giden yol modelden çıkarıldığında uyum değerlerinin; $\chi^2/sd(144.28/63)=2.29$; $p=.001$; GFI=.93; AGFI=.90; CFI=.97; NFI=.95; RMSEA=.067 (90% güven aralığında RMSEA=.053-.082) şeklinde olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak öz-anlayış ile yaşam doyumu arasındaki ilişki .53'den .25'e gerilemiştir ve istatistiksel olarak anlamlı kalmaya devam etmiştir.

Sonuç: Öz-anlayış ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide otomatik düşüncelerin kısmi aracılık etkisi olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: öz-anlayış, yaşam doyumu, otomatik düşünce, üniversite öğrencileri