

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

YETİŞKİNLERİN AİLE İKLİMİ İLE MUTLULUK
KORKULARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Seda TORTUMLU

İstanbul

Temmuz, 2024

T.C.

İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ

LİSANÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

YETİŞKİNLERİN AİLE İKLİMİ İLE MUTLULUK KORKUSU
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Seda TORTUMLU

Tez Danışmanı

Prof.Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

İstanbul

Temmuz, 2024

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Osman SÖNER

Üye: Doç. Dr. Ahmet Faruk LEVENT

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza

Prof. Dr. Erhan İÇENER

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Yetişkinlerin Aile İklimi ile Mutluluk Korkuları Arasındaki ilişkilerinin İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

İmza

Seda TORTUMLU

ÖNSÖZ

Bu akademik çalışmada; Yüksek lisans eğitim ve tez araştırma süresince beni destekleyen ve yol gösteren, hocam Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU 'ya teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisans eğitimim sürecinde ufkumu geliştiren İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi'nin saygıdeğer hocalarıma da desteklerinden dolayı teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca uygulama aşamasında ankete katılım gösteren katılımcılara, bana destek olan değerli arkadaşlarıma, her daim yanımda olan sevgili aileme, kızlarım Zeynep ve Mila' ya teşekkür ederim.

Seda TORTUMLU

İstanbul-2024

ÖZET

YETİŞKİNLERİN AİLE İKLİMİ İLE MUTLULUK KORKULARI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİNİN İNCELENMESİ

Seda TORTUMLU

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez danışmanı: Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

Temmuz, 2024 – 79 sayfa

Bu araştırmanın amacı, yetişkinlerin aile iklimi ile mutluluk korkuları arasındaki ilişkileri incelenmeyi hedeflemektedir. Araştırmada nicel araştırmalardan olan yordayıcı korelasyon modele yer verilmiştir. Araştırmanın katılımcıları İstanbul ilindeki 470 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Verilerin elde edilmesinde “Aile İklimi Ölçeği” ile “Mutluluk Korkusu Ölçeği” kullanılmıştır.

Değişkenler arasındaki farklılıkları belirleyebilmek adına iki değişkenli karşılaştırmalarda normal dağılım gerçekleştiği için t testi, ikiden fazla grubun karşılaştırmasında ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre aile iklimi t-testi sonuçlarına göre; kadın bireyler ile erkek bireyler arasında aile iklimi ile mutluluk korkusu puanlarına göre farklılaşmamaktadır. Araştırma bulgularına göre aile iklimi ölçek puanları ile mutluluk korkusu ölçek puanları arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuştur. Korelasyon teknikleri ile bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenlerin etkileri yordamaya yönelik çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Aile iklimi ölçeği alt boyutları olan aile içi ilişkiler ve kuşaklararası otorite mutluluk korkusunu anlamlı bir şekilde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Yetişkin, Aile İklimi, Mutluluk, Mutluluk Korkusu

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADULTS' FAMILY CLIMATE AND THEIR FEAR OF HAPPINESS

Master, Guidance and Psychological Counseling

Seda TORTUMLU

Thesis advisor: Prof. Dr. Mustafa Yüksel ERDOĞDU

July, 2024 – 79 pages

The aim of this research is to examine the relationships between adults' family climate and their fear of happiness. The predictive correlation model, which is one of the quantitative studies, was included in the research. The participants of the research consist of 470 adults in Istanbul. "Family Climate Scale" and "Fear of Happiness Scale" were used to obtain the data.

In order to determine the differences between variables, t-test was used because normal distribution occurs in two-variable comparisons, and one-way analysis of variance (ANOVA) was used for comparisons of more than two groups. According to the research findings, family climate t-test results; There is no difference between male and female individuals according to their family climate and fear of happiness scores. Multiple regression analysis was used to predict the effects of independent variables and dependent variables with correlation techniques. According to the research findings, a negative relationship was found between family climate scale scores and fear of happiness scale scores. It was concluded that the sub-dimensions of the family climate scale, intra-family relations and intergenerational authority, significantly predicted the fear of happiness.

Key words: Adult, Family Climate, Happiness, Fear of Happiness

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI.....	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER.....	vi
TABLolar LİSTESİ	x
KISALTMALAR	xi

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ.....	1
1.1.Problem	1
1.2. Amaç.....	3
1.3.Araştırmanın Önemi	4
1.4. Varsayımlar.....	5
1.5. Sınırlılıklar	5
1.6. Tanımlar.....	6

İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE	7
2.1.Aile Kavramı	7
2.2.Aile Biçimleri.....	8
2.2.1.Geniş Aile	8
2.2.2.Çekirdek Aile.....	9
2.2.3.Tek Ebevenyli Aile	9
2.3.Aile Sistemleri Kuramında Aile Kavramı	10
2.4. Aile İklimi	11
2.4.1.Duygusal Uyum.....	12
2.4.2.Bilişsel Uyum.....	12
2.4.3.Kuşaklararası ilgi.....	12
2.4.4.Açık İletişim	13

2.5.Aile İklimin Birleşenleri.....	13
2.5.1.Aile İçi İlişkiler	13
2.5.2.Kuşaklararası Otorite	14
2.5.3.Aile Uyumu.....	14
2.6.Aile İklimi ile İlgili Yapılan Çalışmalar	15
2.2. Mutluluk.....	16
2.2.1. Pozitif Psikolojide Mutluluk	18
2.2.3. Öznel İyi Oluş (Mutluluk) Kuramları	19
2.2.3.1. Uyum Kuramı	19
2.2.3.2. Sabit Nokta (Set Point) Kuramı	20
2.2.3.3. Ryff'nin Psikolojik İyi Oluş Kuramı	20
2.2.3.4. Akış kuramı.....	22
2.2.4. Mutluluğu etkileyen faktörler	23
2.2.5. Mutluluk Korkusu	24
2.2.6. Mutluluk Korkusu ve Kültür	25
2.2.7. Mutluluk Korkusu İlgili Yapılan Araştırmalar	25

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM.....	28
3.1.Araştırmanın Modeli	28
3.2.Katılımcılar.....	30
3.3. Veri Toplama Araçları.....	30
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu	30
3.3.2. Aile İklimi Ölçeği.....	30
3.3.3.Mutluluk Korkusu Ölçeği	31
3.4. Verilerin Toplanması	31
3.5. Verilerin Analizi	32

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI	33
----------------------------------	-----------

BEŞİNCİ BÖLÜM

DEĞERLENDİRME VE TARTIŞMA.....	45
5.1.Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Cinsiyete Değişkenine Yönelik Tartışılması ve Yorumlanması.....	45
5.2. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Korelasyon İlişkinin Tartışılması ve Yorumlanması.....	46
5.3. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Medeni Durum Yönelik Tartışılması ve Yorumlanması.....	46
5.4. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Aile Tipi Değişkenine Yönelik Tartışılması ve Yorumlanması.....	47
5.5. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Psikolojik Destek Alma Değişkenine Yönelik Tartışılması ve Yorumlanması.....	48
5.6. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Ailede Psikolojik Destek Alma Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	48
5.7. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Yaş Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	48
5.8. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Büyüdüğü Yer Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	49
5.9. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Gelir Durumu Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	49
5.10. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Eğitim Durumu Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	50
5.11. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	51
5.12. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Aile İçi İletişim Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	51
5.13. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkusu Ebeveyn Birliktelik Değişkenine Göre Tartışılması ve Yorumlanması.....	52

5.14. Aile İkliminin Mutluluk Korkusu Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması ve Yorumlanması.....	52
5.15. Mutluluk Korkusunun Aile İklimi Alt Boyutları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması ve Yorumlanması.....	53

ALTINCI BÖLÜM

6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	57
6.1. Sonuç.....	58
6.2. Öneriler.....	59
6.2.1. Araştırmacılara yönelik öneriler.....	59
6.2.2.Uygulayıcılara yönelik öneriler.....	59
6.2.3. Politika yapıcılara yönelik öneriler.....	59
KAYNAKÇA.....	60
EKLER.....	72
Ek-1.Kişisel Bilgi Formu	73
Ek-2.Aile İklimi Ölçeği.....	74
Ek-3.Mutluluk Korkusu Ölçeği.....	75
Ek-4.Özgeçmiş	76

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 4.1: Bireylerin Demografik Özellikleri.....	31
Tablo 4.2: Aile İklimi ölçeği, Aile İklimi Alt Boyutları ve Mutluluk Korkusu Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistiksel Değerler	35
Tablo 4.3: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğin Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu.....	36
Tablo 4.4: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğin Puanlarının Medeni Durum Göre Farklılaşma Durumu.....	36
Tablo 4.5: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğin Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu.....	37
Tablo 4.6: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğin Puanlarının Psikolojik Destek Göre Farklılaşma Durumu.....	37
Tablo 4.7: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğin Puanlarının Aile Psikolojik Destek Göre Farklılaşma Durumu.....	38
Tablo 4.8: Yetişkin Bireylerin Aile İklimi Ölçeğinden Aldığı Puanların Bazı Değişkenlere Göre Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları.....	39
Tablo 4.9: Yetişkin Bireylerin Mutluluk Korkusu Ölçeğinden Aldığı Puanların Bazı Değişkenlere Göre Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları.....	42
Tablo 4.10: Aile İklimi Ölçeği, Aile İklimi Alt Boyutları ve Mutluluk Korkusu Ölçeğindeki Puanların Ortalamaları Arasındaki İlişkiler.....	44
Tablo 4.11: Aile İkliminin Mutluluk Korkusu Üzerindeki Etkisinin Yordanmasına Dönük Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları.....	45
Tablo 4.12: Yetişkin Bireylerin Mutluluk Korkusunun Aile İkliminin Alt Boyutları Üzerindeki Etkisinin Yordanmasına Dönük Çoklu Regresyon Bulguların Analizi Sonuçları.....	46

KISALTMALAR LİSTESİ

TDK: Türk Dil Kurumu

Ark.,: Arkadaşları

Akt : Aktaran

Vd : Ve Diğerleri

Vb : Ve Benzerleri

SPSS: Sosyal Araştırmalar İçin İstatiksel Program Paketi



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Araştırmanın bu bölümünde sırasıyla araştırmanın problem durumu, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve tanımlara yer verilmiştir.

1.1.Problem Durumu

Toplumsal bir yapı olan aile, geçmişten günümüze doğru yapısal ve biçimsel değişimler geçirirse de varlığını sürdürmüştür. Bununla birlikte aile kavramı sosyal kültürel ve politik pek çok durumda odak noktası haline gelmiştir. Toplumlar hayatları boyunca bir arada yaşamakta ve bunun sonucunda sosyal, kültürel bir etkileşimle hayatlarını sürdürmeye çalışmakta ve bu etkileşimin sonucunda anne, baba ve çocuktan oluşan en küçük yapı olan aile karşımıza çıkmaktadır. Türk Dil Kurumunda “aile” kavramı bireylerin evlilik ve kan bağına dayalı doğan, karı, koca, çocuklar ve kardeşlerden oluşan ilişkiler şeklinde tanımlamaktadır (TDK, 2024).

Aile, bireylerin geçinmek için bir araya gelmesiyle oluşan, hem büyümenin hem de iyileşmenin doğal bir oluşumdur. Bunun yanı sıra aile, bireylerin yaşamlarına olumlu yönde etki eden bir kurumdur (Minuchin ve Fishman, 1981: 11). Aile bireylerin birbiriyle güçlü bir bağlılık, aidiyet duygusu, birbirlerine önem verme, mutluluk, ilgi gösterme ve aile üyelerinin güçlü yönleriyle temel inançları üzerine kurulu olduğu ve bunun yanı sıra aile kavramı aile üyeleri üzerinde her zaman olumlu bir etki bırakmayabilir. Aile, insani gelişimin gerçekleştiği temel bağlam olması ve gelişimsel sürecin gerçekleşebileceği farklı ortamlardan biridir ve bireylerin aile ortamında geçirdiği sürecin psikolojik gelişime de etki ettiği söylenebilir (Bronfenbrenner, 2013:723; Bernard ve Shea, 2014:13).

Aile İklimi; aile üyelerinin birbirleri ile olan iletişimi, ilişkileri ve kültürel değerleri aktarmasıdır. Aile iklimi, kavramı ilk defa İngiltere’de ortaya atılmıştır. Aile iklimi, aile üyelerinin birbirleriyle olan ilişki düzeyleri, sosyal ilişkileri ve sahip oldukları değerleri aktaran psikolojik bir kavramdır (Björnberg ve Nicholson, 2007:233). Aile iklimi, ailenin içinde bulunduğu psikolojik atmosfer şeklinde ifade edilmiş, bunun yanı sıra aile iklimini kişilerarası ilişkilerin, aile birlikleri, aile yapısının ve sosyal faaliyetlerin kalitesini içerdiğini belirtmişlerdir (Van Steijn vd., 2015: 2021). Gönül ve diğerleri (2018: 167) aile iklimini, aile üyelerinin birbirleri arasındaki bağların zamanla değişime olsa da kuşaklar arasında süreklilik olduğunu ve aile iklimi kuşakların bağlarını da etkilediğini ifade

etmişlerdir. Ailenin gelişmesinde, birbirine karşı beklenti oluşturmada ailenin kuralları ve değerleri aile sisteminde düzenliliği sağlar. Ayrıca ailelerdeki bu özelliklerin, sonraki nesillere de aktararak kültürel birliğin oluşmasında etkili olduğu söylenebilir (Goldberg ve Goldberg, 2008: 81).

Aile, sosyalleşme sürecinde ilk ve en etkili biçimde olduğu ortam olduğu için bireyler; fiziksel ve psikolojik sağlığı için sevgi, şefkat, güven ve mutluluk gibi olumlu duyguları ilk olarak aileden alırlar. Mutluluk bireyin kendisi için istediği ve ulaşmaya çalıştığı bir duygudur (Eid ve Diener, 2001: 880). Mutluluk, bireyin arzu ettiği bir duygu olmasının yanı sıra bireyin kendi içinde bulunduğu tatmin duygusu şeklinde tanımlanmaktadır (Diener, 2009:12; Uichida ve Oishi, 2016: 126). Mutluluk kavramı insan yaşamında oldukça önemli olmakla beraber kuramcılar ve araştırmacılar için dikkatleri üstüne çeken bir kavram haline gelmiştir. Bireyin arzu ettiği ve ulaşmak istediği mutluluk duygusu için olumlu yaşam koşulları oluşturmayı hedeflemektedir (Lyubomirsky, King, ve Diener, 2000: 803; Eid ve Diener, 2001: 869).

İnsanlar hangi kültürde, eğitim seviyesinde ya da yaşta olursa olsun mutluluk duygusuna ihtiyaç duyar ve mutlu olmak için çaba gösterirler. Bunun yanı sıra mutluluk kültürel farklılıklarda kendisini göstermektedir. Bazı kültürlerde mutluluk olumlu bir düşünce iken bazı toplumlarda ise mutluluk ulaşılmak istenmeyen bir hedef olarak görmektedir. Birey olumlu duyguların sonucunda olumsuz bir durumla karşılaşacağını inanmakta ve bireyde mutluluk korkusu oluşabilmektedir. Mutluluk korkusunu bireyin çok mutlu olduğu bir zamandan sonra bir şey olacağı duygusuna kapılması ve mutluluktan kaçınması şeklinde ifade etmişlerdir (Joshi, 2013: 1857; Joshi ve Weijers, 2014: 717).

Mutluluk korkusu kavramının bir diğer adı Çerofobi, bireylerin olumlu durumlardan ya da mutlu olabilecekleri deneyimlerden isteyerek kaçınması anlamına gelen bir çeşit fobidir. Bireyin çeşitli olumlu duygulardan ve kişiye mutluluk getirebilecek deneyimlerden korkması ve kasıtlı bir şekilde o durumdan kaçınması ile kişide gelişen bir çeşit fobi oluşma durumudur. Bu fobiyi yaşayan kişiler hayatı boyunca sürekli mutsuzluk yaşayan kişiler değildir. Ancak bu kişiler mutlu olmaktan ve aynı zamanda bunu ifade etmekte zorlanan ve korkan kişilerdir. Bu fobi çeşitlerinin oluşmasında geçmişte travmatik yaşam deneyimlerinden kaynaklandığı söylenebilir. Bu travmatik deneyimler yüzünden bireyler en büyük semptom olarak mutlu ve neşeli görünmekten ve hissetmekten büyük bir kaçınma çabası içindedirler (Lambrou, 2014: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/codes-joy/201405/is-fear-happiness-real>).

Mutluluk korkusu, bireyin inanç sistemini, olumlu duygularını kötü bir şekilde etkileyebilir (Yıldırım, 2019: 184). Gilbert ve diğerleri (2013) mutluluk konusunda olumsuz bir bakış açısına sahip bireylerin olumlu duygulardan kaçındıklarını ayrıca neşe, mutluluk, nezaket ve sevgi gibi duyguların sonunda olumlu durumlar olmayacağını ve bu duygulardan korkulması gerektiğini belirtmişlerdir. Mutluluk korkusu diğer kültürlerde farklılık göstermektedir ve bu açıdan bakıldığında korkunun mutluluğun kişiye eşlik etme biçimiyle oluşumunda mutluluk korkusunun durumu ile aynı olduğu, bu durumla birlikte korku durumunun aşırı sevinç hali ile daha sonradan oluşan üzüntü verecek herhangi bir durumla da beraber yaşanan inanç durumuna ilişkin olduğu düşünülebilir (Gilbert vd., 2013: 229; Joshanloo, 2013: 648).

Mutluluk kavramı Aristoteles'e göre insan davranışının en iyi hali olarak yani eudaimonia (iyi ruh hali) şeklinde tanımlamış ve bireyin iyi hissettiği, memnun olduğu olumlu duygular olduğunu bunun yanı sıra mutluluğun depresyon, anksiyete ve öfke gibi olumsuz duygular arasında ilişki olduğu çalışmalara mevcuttur. Bu çalışmalar doğrultusunda mutluluk korkusu ile olumlu duygular arasında bir ilişki olabileceğini belirtmişlerdir (Muhtar, 2016 :17; Sarı ve Çakır, 2016: 226; Belen ve Barmanpek, 2020: 1569). Alan yazın gözden geçirildiğinde olumlu aile ikliminin oluşması bireyin duygularıyla ilişkili olabileceği ve bunun sonucunda aile iklimi mutluluk korkusunu etkileyeceği düşünülmektedir. Bu amaç doğrultusunda yetişkinlerin aile iklimi ile mutluluk korkuları arasındaki ilişkiyi ele alınacaktır.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada yetişkinlerin aile iklimi ile mutluluk korkuları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlara / araştırma sorularına cevap aranmıştır.

1. Yetişkinlerin aile iklimi, aile iklimi alt ölçek puanlarıyla mutluluk korkusu ölçek puanlarının betimsel istatistiksel analizleri nedir?
2. Yetişkinlerin aile iklimi ölçek puanları cinsiyete, medeni duruma, büyüdüğü aile tipine, psikiyatrik destek alma durumuna, ailede psikiyatrik destek alana, yaşa, büyüdüğü yere, gelir düzeyine, eğitim durumuna, kardeş sayısına, aile içi iletişime, ebeveyn birliktelik durumuna göre değişmekte midir?

3. Yetişkinlerin mutluluk korkusu ölçek puanları cinsiyete, medeni duruma, büyüdüğü aile tipine, psikiyatrik destek alma durumuna, ailede psikiyatrik destek alana, yaşa, büyüdüğü yere, gelir düzeyine, eğitim durumuna, kardeş sayısına, aile içi iletişime, ebeveyn birliktelik durumuna göre değişmekte midir?

4. Aile iklimi alt boyut ölçeğinin mutluluk korkusuyla ilişki düzeyi nedir?

5. Yetişkinlerin aile iklimi alt boyutlarının (aile içi ilişkiler, kuşaklar arası otorite ve bilişsel uyum) mutluluk korkusunu yordama düzeyi nedir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Aile kurumu geçmişten günümüze devam eden bir köklü bir organizmadır. Bu organizmanın zaman içerisinde işlevi farklılaştığı için toplumun yapısını şekillendirmektedir (Yapıcı, 2010: 1545). Aile iklimi, bireylerin güveni, istikrarı, özerkliği ve duygusal bağları teşvik eden ayrıca aile üyelerinin sosyal, fiziksel ve duygusal gelişmelerinin yanı sıra davranışları üzerinde de önemli bir etkiye sahiptir (Cantero-García ve Alonso-Tapia, 2017: 263). Aile iklimi, aile üyelerinin refahını oluşturmada, ailenin öz düzenleme becerisi, olumlu sosyal davranışı teşvik eden, psikolojik olumsuzların etkisini azaltan bir etken olarak düşünülebilir (Sanders vd., 2014: 338).

Mutluluk, pozitif psikolojide karşımıza çıkan, insan yaşamında önemli olan ve araştırmacıların dikkatini çeken bir kavramdır. Mutluluk, bireyin eylemleri için nihai iyi ve yüksek motivasyon olmasının yanında bireyin yaşamında elde ettiği olumlu deneyimler, moral ve olumlu duygu gibi pozitif bir kavram olarak ifade edilmiştir. Bununla birlikte mutluluk kavramı “iyi oluş” olarak tanımlanmaktadır (Diener, 2000: 542; Lyubomirsky vd., 2005: 803; Eğrioglu, 2019:35). İnsanlar bazı nedenlerden dolayı üzüntü, kaygı, acı gibi olumsuz duygulardan kaçınmak isterler yine bu olumsuz duyguları birer tehdit olarak görmektedirler. Bunun sonucunda bireye neşe, mutluluk ve sevgi gibi olumlu gelen duyguların hemen arkasından kötü durumla karşılaşacaklarını düşünmekte ve bireyde mutluluk korkusu oluşmaktadır (Gilbert vd., 2013: 229).

Mutluluk korkusu, bağlanma stilleri içinde baktığımızda güvensiz bağlanma stili olarak düşünülmektedir. Güvensiz bağlanma durumu arttıkça mutluluk korkusunun artmasını bazı bireyler beklemektedirler. Bu olası durumların oluşması sonucunda kişinin olumlu olayların keyfini çıkarmayı engelleyen bir bakış açısının olma ihtimali ortaya çıkmaktadır. Böylece, bağlanma stilleri ile olumlu durumların tadını çıkarma ile oluşabilecek stratejiler

arasındaki ilişkinin bireyde mutluluk korkusuna etki edebilir (Kamalı, 2023: 7-8). Mutlu olan insanların genellikle sosyalleşme ve insan ilişkilerinde daima verimli oldukları, mutlu olmayan insanlara göre de güçlü romantik ilişkilere sahip oldukları söylenebilir.

Bu araştırma aile iklimini, aile iklimi alt boyutlarını ve mutluluk korkusuyla ilişkilerini ele almayı amaçlamaktadır. Mutluluk korkusuna neden olabilecek aile ikliminin alt boyutları tespit edilerek gerekli önlemlerin alınması konusunda bu çalışmanın öneme sahip olduğu ve araştırmacılara fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte aile ikliminin alt boyutları ve mutluluk korkusunun farklı demografik değişkenlere göre farklılaşması ortaya konulacak ve bu bağlamda psikolojik destek gerektirecek bireylerin teşhis edilerek bu araştırma bulgularının psikolojik danışmanlara, öğretmenlere ve alan yazına katkı sağlaması düşünülmektedir.

1.4. Varsayım

Araştırmaya katılan katılımcıların ölçme araçlarına samimi ve içten cevaplar verdiği ve seçilen katılımcıların çalışmayı temsil ettiği varsayılmıştır.

1.5.Sınırlılıklar

1. Bu araştırma İstanbul İlinde yer alan 18 yaş üstü bireyler ile sınırlıdır.
2. Bu çalışma verilere ulaşmak için “Kişisel Bilgi Formu”, “Aile İklimi Ölçeği”, ile “Mutluluk Korkusu” ölçeğiyle sınırlıdır.
3. Bu çalışmada aile iklimi ve mutluluk korkusu araştırmada kullanılan ölçeklerle sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Aile İklimi: Aile üyeleri arasındaki ilişkinin niteliği, ailenin kültürel değerlerinin, nesiller arası aktarımı, aile üyelerini etkileşimi ve ailenin birliği gibi kavramlar aile iklimini tanımlamaktadır (Van Steijn vd., 2015: 2021).

Mutluluk Korkusu: Mutluluk korkusu, bireyin istenmedik sonuçların önüne geçmek amacıyla mutluluk, neşe, heyecan gibi olumlu duygulardan kaçınması şeklinde tanımlanabilir (Joshnloo, 2013: 648; Joshnloo ve Weijers, 2014: 717).

Yetişkin Bireyler: Yetişkinlik, bireyin gençlik ile yetişkinlik arasında yer alan bireyin yetişkin olma yolunda atılan adım ve bir süreci kapsayan dönem olarak ifade edilmektedir (Atak ve çok, 2010: 43).



İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVESİ

Bu bölümde aile iklimi tanımları, aile biçimleri ve aile iklimin birleşenlerinin neler olduğuna dair bilgiler verilmiştir. Ardından mutluluk, kuramlara ve mutluluk korkusu ile ilgili tanımlara yer verilerek açıklanmaya çalışılmıştır.

2.1.Aile Kavramı

Toplumla ilgili en küçük sosyal yapı ailedir. Birey için aile merkez ve asıl gruptur. Daimi ilişkiler, psikolojik ve samimiyet ailenin temel özelliğini oluşturmaktadır (Arslantürk ve Amman: 2008: 289). Aile, bireylerin kan bağları, evlilik ya da evlat edinme yoluyla oluşan toplumsal bir kurumdur (Bahar, 2009: 151). Aile, kültürel değerleri belirleyen ve bu değerleri bir şekilde aktaran ve değişen şartlara sürekli uyum sağlayan etkin bir araçtır (Bekman ve Aksu-Koç, 2013: 113). Aile kurumu değişimlere açık dinamik bir kurumdur. Geçmişte anne baba ve çocuktan oluşan bir yapıda iken günümüzde aile yapısında farklılıklar görülmekte örneğin tek ebeveynli aile, eşcinsellerden oluşan aile yapıları görülmektedir (Bahar, 2009: 162). Bireylerin doğuştan üyesi olduğu en küçük toplumsal kurum ailedir. Aile çocuğun içinde yaşadığı, toplumsal çevreye uyarlaması için kültürel norm ve kuralları öğrenilip nesillere aktarıldığı yerdir (Kasapoğlu ve Karkıner, 2011: 107). Aile kurumu, toplumsal yapının bir ürünü ve toplumsal yapıda meydana gelen değişimlerle birlikte aile kurumunun yeniden inşa edilmesi ve şekillenmesine yol açmaktadır (Karataş, 2001: 90). Aile toplumun en önemli parçasıdır ve aile toplumun sosyal yapısına, değerlerine, kurallarına bağlı kalma durumu vardır bununla birlikte toplumda yaşanan değişiklikler ailede de meydana gelmektedir (Kağıtçıbaşı, 2019: 146). İnsan kişiliğinin ortaya çıkmasında asıl önemli olan çevresel faktörü ailedir. Aile, normal koşullarda insanların içine doğduğu ilk sosyal topluluk şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Bireylerin sosyal değerleri, normları ve kuralları ilk öğrendiği yer aile kurumudur. Bu kurallar norm ve değerleri bireyler tarafından çocuklara aktarılır ve bu aile ortamında bireylerin kişiliği oluşmaktadır (Zel, 2011: 14). Birey dünyaya gelişi ile içinde bulunduğu ilk kurum ailedir ve bireyin daha sonraki yaşantısına yön verecek öğeler içermekte ve aile kurum olarak önemi toplumda asıl toplumsallaşmanın ilk yeridir (Karataş, 2001: 91). Toplumsal yaşamın temel faktörü olan aile, anne-baba-çocukların birbirleri ile kan bağı ile

oluşan ekonomik ve toplumsal bir gruptur. Bireylerin toplumsallaşmasında ilk asıl rol aile kurumunda gerçekleşmektedir (Kasapoğlu ve Karkıner, 2011: 51).

Aile, toplumu oluşturan kurum ve toplum düzeninin oluşmasında asıl unsurdur, aile kurumu zaman içerisinde değişimlere uğramaktadır (Güler ve Ulutak, 1992: 52). Aile, belli bir fiziksel ortamı ve duygusal hayatı paylaşan bireylerin bir araya gelmesiyle daha fazla anlam ifade etmektedir. Aileler insanlığın ve toplumların gelişmesinde, ilerlemesinde büyük role sahiptir. Bu sebeple aile zaman içerisinde fonksiyonunu korumaktadır. Aile ortamı, aile üyelerinin birbirlerini dinlediği, yardım ettiği, duygusal yakınlık kurduğu ve birbirine güven verdiği bir ortam özelliği taşımaktadır (Özabacı ve Erkan, 2017:1). Canatan ve Yıldırım (2013:60) göre aile kavramı “aynı çatı altında yaşayan iki veya daha fazla kişinin oluşturduğu küme” olarak ifade etmiş, bunun yanı sıra aileyi, toplumun en küçük yaşam biçimi olarak tanımlamışlardır. Aileyi geniş aile, çekirdek aile ve tek ebeveynli aile şeklinde ele alabiliriz.

2.2.Aile Biçimleri

2.2.1.Geniş Aile

Geniş aile, ikiden fazla kuşağın ve kardeşlerin bir arada yaşamalarını ifade eden ve geleneksel toplumlarda görülen aile modelidir. Endüstri ile birlikte toplumun yönünde değişim süreci oluşmuş ve geniş aile küçülme evreleri başlamıştır. İlk evrede kardeşlerin evde ayrıldığı sonraki evrelerde ise karı koca ve çocuklarla sınırlı olmaya başladığı görülmektedir (Arslantürk ve Amman: 2008: 395). Sanayi öncesi dönemde ve günümüzde tarımla uğraşan toplumlarda görülen aile biçimidir. Geniş aileler anne, baba, çocuk ve akrabaların birlikte yaşadığı durumlar şeklinde belirtilmiştir (Bahar, 2009: 151). Geniş aile yapısı genellikle tarım toplumlarında görülen erkeğin kadın ve yaşlılar üzerinde gücü olan otoriter durum olarak ifade edilmiştir (Karataş, 2001: 93). Geniş aile geleneksel değerlerle inşa edilmiş ve değerlerine bağlı kalan, belli rolleri olan, aynı çatı altında yaşamlarını sürdüren kültürü ve inançları belli olan aile sistemi şeklinde tanımlanmaktadır. Geniş ailelerde aile üyeleri ve akrabalar arasında güçlü bağ oluşmakta ve sanayi devrimi ile şehirlerde geniş aile yerine daha küçük aile yapısı olan çekirdek aile yapısı yer almıştır (Çapcıoğlu, 2018: 25). Geniş aile yapısı, bir veya birden fazla üyeden oluşan aile biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır. Geniş aile yapısında anne-baba, çocuklar, anneanne, dede büyükanne, büyükbaba ve kardeşler gibi aile üyeleri yer almaktadır. Bu aile tipi en fazla

geleneksel toplumlarda görülmektedir. Geniş aile yapısında, aile üyeleri arasında dayanışma, güçlü akrabalık bağı ve birlik oluşturabilen toplumsal yapı şeklinde aklı gelmektedir (Canatan ve Yıldırım, 2013: 71).

2.2.2.Çekirdek Aile

Çekirdek aile, anne baba ve çocuklardan meydana gelen aile yapısıdır. Endüstrinin gelişmesinden sonra toplumlarda görülmeye başlamıştır. Çekirdek aile ile geniş ailenin farkına bakıldığında çekirdek aile yapısının daha kırılğan olduğu ayrıca sosyal değişme süreci ile birlikte boşanma olayları daha çok görülmektedir (Arslantürk ve Amman: 2008:395). Sanayileşme ile birlikte toplumsal ve demografik hareketlilik sonucu geniş aile yapılarının yerine çekirdek aile yapılarının yer aldığı görülmektedir. Modern aile olarak tanımlanan anne, baba ve çocuktan oluşan aile yapısı çekirdek ailedir (Bahar, 2009: 152). Çekirdek aile yapısına bakıldığında sanayileşme ile sosyal-ekonomik yapıda değişimlerin meydana gelmesiyle ortaya çıkan aile biçimidir. Bu aile tipi de anne, baba ve çocuklardan oluşmakta ve sanayileşmiş toplumlarda egemen olan aile biçimidir (Karataş, 2001: 94). Sanayi devrimi ile yaşanan gelişmeler sonucunda ortaya çıkan çekirdek aile, bireyin aile üyelerinden bağımsız yaşaması ve kendine özgü bir dünya oluşturmasıdır. Modern zamana ait olan çekirdek aile bireylerin bireyselleşmesine ve burada biz duygusu yerine ben duygusu oluşması, bireyselliğin beraberinde birtakım sorunlar getirmiştir (Çapcıoğlu, 2018: 25). Çekirdek aile yapısı, daha çok sanayinin geliştiği toplumlar da görülen aile biçimidir. Bu aile yapısında üye sayısı az kişiden oluşmaktadır. Anne-baba ve çocuklardan oluşmaktadır. Sanayi toplumlarının getirmiş olduğu tüketici toplum yapısına sahip olduğunu belirtilmiştir (Canatan ve Yıldırım, 2013: 74).

2.2.3.Tek Ebevenyli Aile

Tek ebevenyli aile biçiminde kadın ve erkeğin boşanması durumunda çocukların anne ya da babayla birlikte yaşama durumu şeklinde ifade edilir. Evlilik dışı doğumlarda tek ebevenyli aile sayısını etkilemektedir. Ebeveynlerden birinin ölümü tek ebevenyli aile biçimini oluşturmaya etki etmekte yani baba ölümünde evin reisi anne, anne ölümünde evin reisi baba olan aile biçimidir. Günümüzde bakıldığında evin reisi anne sayısının da artış olduğu görülmektedir (Kasapoğlu ve Karkıner, 2011: 38). Tek ebevenyli ailelerde anne eşiyile yaşayan annelere göre daha güçlü olması ve çocuğu için mücadele vermesi gerektiğini düşünmekte bunun yanı sıra babalar ise çocuk için güven ve gücün simgesi ve

aile üyelerini bir arada tutma sorumluluğu olan kişidir. Tek ebeveynli ailelerde çocuklar kendilerini mutsuz hisseder bunun sebebi ise aile bireyleri ile herhangi bir aktivite yapmamalarıdır. Özellikle arkadaş gruplarında çocuklarda eksiklik duygusu yaratmaktadır (Feyzioğlu ve Kuşçuoğlu, 2011: 98-100). Tek ebeveynli aile yapısı boşanma oranlarının yüksek olduğu batı toplumunda ortaya çıkmıştır. Bunun yanı sıra evlilik kurumunun getirmiş olduğu görev ve sorumluluklardan uzaklaşmaya çalışılması tek ebeveynli aileyi meydana getirdiği söylenebilir (Canatan ve Yıldırım, 2013: 78).

2.3.Aile Sistemleri Kuramında Aile Kavramı

Bertalanffy (1976) evrendeki tüm yaşayan canlı sistemini anlamak için genel sistemler teorisini ortaya atmıştır. İnsan sistemleri içinde en önemli durum insanların etkileşim içinde bulunmasıdır. Bu da insanlar arasındaki iletişimin tahmin edilebilir olduğunu ve aile sistemleri normları tarafından yönetildiğini belirtmiştir (Conoley ve Conoley, 2017: 3). Sistem yaklaşımı, birçok farklı alanlarda yer almanın yanı sıra sosyal bilimler alanında yer almış ve 21. yüzyıl sonlarından genel sistemler kuramından ayrılarak aile sistemi kuramı çerçevesinden ailelere yönelik farklı çalışmalar da ele alınmıştır (İçli, 1997: 63; Gökler, 2008: 4; Özburun, 2018: 182). “Sistemler” kuramı işlevsel bir bütünlük çerçevesinde bütünleşme yapabilmeleri için gereken toplulukları bir araya getiren yapı biçiminde karşımıza çıkmaktadır. Sistemler kuramında ruhsal hastalıklar dinamik bozukluklar olarak kabul edilmektedir (Ersevim-Bowen, 2008: 278).

Aile sistemi kuramında, aile birbiriyle ilişkili insan toplulukları ve “*bu insan topluluklarının birbirleri ile nasıl işlev gördükleri*” şeklinde ifade edilmiştir. Aile sisteminde aile üyeleri birbirine yardım etmesi sistemin en önemli parçası ve sistemde bireyler arasındaki ilişkiye odaklanırlar. Bu bağlamda aile sisteminde aile üyeleri birbirine bağlıdır ve sistemin bir parçası diğer parçayı da etkileyecektir (Murdock, 2012: 407). Sistemin oluşmasında yardımcı olan etkileşimler sistem teorisinin aile terapisine katkı sağlamış olur ve sistemindeki bir bireye sistem tarafından destek de olabilir ya da bu bireye zarar da verebilir. Aile sistemi bireyin yaşamındaki en önemli yapıdır ve bu sistemdeki bireylerin birbirine yardımcı olması gerektiğini belirtmişlerdir (Conoley ve Conoley, 2017: 3).

Toplumsal bir kurum olan aile kavramı geçmişten günümüze doğru birçok değişimlere uğrasa da 21.yüzyıl da önemini koruyarak biyoloji, psikoloji ve sosyoloji gibi bir çok alana konu olmuştur (Hallaç ve Öz, 2014: 142). Genel sistem kuramında inşa edilen sistemin

nasıl sürdürüldüğünü ifade eder. İnsanların bir araya gelmesi sonucu topluluklar oluşur, ve bu topluluk arasındaki ilişkilerde bir düzen aşama meydana geldiği söylenebilir (Özburun, 2018: 174). İnsanoğlu varlığı gereği yalnız olmadığı gerçeğine dayanmakta ve bunun sonucunda sosyal grupların bir üyesi olarak bu grupları etkilemekte ve etkilenmektedir. Aileler toplumun alt sistemini oluşturmakta bunun yanı sıra aile üyeleri kendi içinde bir alt sisteme ayrılmakta ve alt sistemlerin aile içerisindeki görevleri yerine getirme ve birbirine yardımcı olma durumu vardır. Her birey birden fazla alt sisteme üye olabilir ancak sınırlar hangi bireylerin alt sisteme alınacağını belirler, bununla beraber sınırlar alt sistemin kendi içinde entegre olmasını sağlamaktadır (Minuchin, 1974; akt., Murdock, 2012: 421-424).

Aile, sistemlerinin bütünleştiği bir sistemdir ve bu sistemin üyeleri, toplum içinde var olmayı amaçlamaktadır. Bu sistemde terapide bireyler arasında etkileşim örüntüleri mevcuttur ve aile üyelerinin birbirleri ile etkileşimi aile de gözlemlenen tekrarlayıcı, örüntülenmiş ve tahmin edilebilen fonksiyonel bir ögedir. Yapısal aile de sınırlar aile yapısı içinde görülebilir ve aile üyelerinin birbirlerine yönelik sergilemiş oldukları özel kurallar, durumlara göre kendilerini belli ederler (Ersevimi-Minuchin, 2008: 321).

Aile sistemleri süreçleri, aileyi “sistem” olarak görmektedir ve iki temele dayandırmaktadır;

1. Aileyi bir “sistem” olarak görmektedir.

2. Aile sistemi, bütün sistemler gibi aynı kurallara dayandırmaktadır (Canatan ve Yıldırım, 2013: 47). Buna bağlı olarak aile, üyeler içinde ve toplumla etkileşime dayalı bir işlev geliştirmek ve devamlılığı sağlamak zorunda olan bir sistemdir. Aile sistemler teorisi sadece bireyi değil bireyin eylemlerinin sebeplerini, bireylerin grup içindeki etkileşimini de ele almaktadır. Aile sistemler yaklaşımına göre aile, kişisel, kültürel ve ideolojik özellikleri barındıran bir yapı aynı zamanda sınırlarını koruyan ve değişim olgusuna tepki veren bir yapı olarak karşımıza çıkmaktadır (Özabacı ve Erkan, 2017: 5).

2.3. Aile İklimi

Aile; bireylerin duygusal bağ kurduğu bir güç kaynağıdır. Aile üyelerinin oluşturduğu duygusal bağ ailenin büyümesine ve gelişmesine katkı sağlar (Chandran ve Nair, 2015: 167). İklim; bireylerin buldukları ortamı karakterize eden, tutum, duygu ve davranışların tümünü kabul etmektedir. Yine bireyler arasındaki güven, bağlılık ve motivasyon kaynağı

olduğu söylenebilir (Ekvall, 1996: 105). Uyumlu aile ikliminde ailenin bütünlüğü, aile içindeki duygusal bağ ve aile üyelerinin birlikte karar vermesi şeklinde ifade edilir (Roest, Dubas ve Gerris, 2009: 147). Aile üyelerinin birbirleri ile olan ilişkilerinin niteliği, ailenin kültürel değerlerinin kuşaklararası aktarımı, aile üyelerinin etkileşimi ve ailenin birliği gibi kavramların aile iklimini oluşturduğunu ifade etmişlerdir (Van Steijn vd., 2015: 2021).

Ailenin içinde yaşadığı psikolojik atmosfere aile iklimi denilmektedir. Aile iklimi; aile üyelerinin kendi aralarında etkileşimden kaynaklanan olumlu ve olumsuz durumu olarak tanımlanır (Cantero ve Alonso, 2017:262). Olumlu aile ikliminde aile üyeleri arasında saygı, güven, yardım etme ve duygusal bağ gelişmesi gibi davranışların ailenin gelişmesine ve sosyalleşmesine katkı sağlarken bunun aksine olumsuz aile iklimi aile üyeleri arasında risk faktörünü oluşturmaktadır. Olumsuz aile ikliminde; benmerkezcilik, hoşgörüsüzlük ve şiddet aile içinde yıkıcı davranışlara yol açabilir. Bu bağlamda olumlu aile ikliminin oluşmasında davranışsal problemlere karşı koruyucu faktörlerin sağlanması amaçlanmaktadır (Cantero ve Alonso, 2017:263). Kaplan (2019: 7) göre aile iklimi aile üyelerinin karşılaştıkları olumlu veya olumsuz durumlar karşısında gösterdikleri tutum ve davranışların zamanla şekillenmesinde etkili olacaktır. Aile iklimi ailenin mekanizması ve niteliğini ortaya koymaktadır. Aile sistemler kuramı; Ailenin Uyumlu, Aile Süreçleri, Kuşaklararası İlişkiler biçimde üç kategori olarak ele alınmıştır (Björnberg ve Nicholson, 2007: 231).

2.3.1.Duygusal Uyum

Duygusal uyum, aile bireylerinin birbirlerine karşı hissettiği sevgi, saygı, hasret ve sıcaklık ve duygusal bağ kurma dayanağı olarak görme şeklinde ifade edilebilir. Aile üyeleri arasındaki duygusal destek birey için düşük duygusal uyum işlevsel olabilir (Gönül vd., 2018 : 169). Björnberg ve Nicholson (2007: 234), uyum kavramını aile uyumun duygusal bağı şeklinde tanımlamaktadır. Aile üyelerinin arasında duygusal uyumun oluşmaması aile üyeleri arasında düzensizliğe sebep olacağını belirtmişlerdir. Aile işlevinin önemli yanı aile üyeleri arasında oluşan duygusal bağlılık ve duygusal iklimdir, aile üyelerinin duygusal yakınlık kurmaları bireylerin düşünce ve davranışlarına olumlu yönde etki edeceği belirtilmiştir (Björnberg ve Nicholson, 2007: 232).

2.3.2.Bilişsel Uyum

Bilişsel uyum, aile üyelerinin birbirine ait değerleri, bakış açılarının, tutum ve inançlarının birbiriyle kesişmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Aile üyeleri arasında bilişsel uyumun gerçekleşmesi ideal bir durumu gösterir ancak bu durum her daim için şart değildir. Aile üyeleri için yüksek bilişsel uyumun daha işlevsel olduğu belirtilmiştir (Gönül vd., 2018: 169). Aile üyelerine aktarılan norm ve değerlerin aile bireyleri arasında bütünlüğün sağlanmasında etkili olduğunu belirtmiştir. Aile üyeleri arasında oluşan fedakarlık, aile bağlılığı ve aile değerleri üyelerin daha güçlü kalmasını sağlar (Björnberg ve Nicholson, 2007: 234).

2.3.3.Kuşaklararası ilgi

Aile sistemlerinden alt kuram olan kuşaklararası ilgi, aile içinde yaşı büyük olan bireyin daha genç bireylere yönelik ilgi alanları, ihtiyaç ve hedeflerine ne düzeyde önem verdiği ve bu bireylere ne düzeyde yardımcı olduğunu belirler. Bunun yanı sıra kuşaklararasındaki etkileşimin çift yönlü olduğu, ancak genel olarak bakıldığında yaşı büyük olan bireyin tecrübelerinin genç nesillere aktarımı daha fazla olduğunu belirtmişlerdir (Björnberg ve Nicholson, 2007: 234). Kuşaklararası ilgi, aile içinde bulunan bireylerin farklı nesillerdeki bireylerin birbirlerinin deneyimlerinden destek alması ve bu deneyimleri göz önünde bulundurduğunu belirtmiştir (Bulgur, 2023: 7).

2.3.4.Açık İletişim

İletişim kavramı karşımıza çıkan önemli kavramlardan biri olduğu ve insanları birbiriyle etkileşimin önemli unsurlardan biridir. İletişim, sosyal alanda yer alan sözel veya sözel olmayan davranışların bütününe denir. İletişim iki şekilde karşımıza çıkmakta, açık ve kapalı iletişim şeklindedir. Bireyler arasında gerçekleşen ve gerçek olan iletişim biçimine açık iletişim denir. Kapalı iletişim biçimi ise bireylerin oluşturduğu sistemin varoluş ve devamlılığını sağlamak için o sistem de yer alan bireylere bağlı oluşturduğu iletişim biçimidir (Özabacı ve Erkan, 2017: 83). İletişim bireyler arasında gerçekleşen haber ve bilgi alışverişi şeklinde ifade edilir. İletişimin amacı anlamın yayımı ve anlamın kabul edilmesidir. İletişim bilgi üretme, aktarma ve bilgiyi anlamlandırma sürecidir. Kişilerarası iletişim de bireyler arasında bilgi ya da sembol oluşturarak bunları birbirine aktararak yada yorumlanarak iletişim oluşturulur ve sürdürülür (Ersevim, 2008: 32-34).

Aile üyeleri arasındaki iletişim, ebeveynler arasında, anne ve babanın çocukları ile çocukların anne ve babasıyla, kardeşlerin birbirleri ile kurduğu iletişim olarak ifade edilebilir. Aile üyeleri arasında kurulan iletişim de anne-baba tutumu etkilidir. Demokratik ebeveyn tutumunda çocuk tüm yönleri ile kabul edilir, ebeveynler yol gösterici ve rehberdir, üyeler alacağı kararlar konusunda özgür bırakılır. Aile üyeleri arasında sağlıklı iletişim oluşmasında bireylerin birbirini anlamaları sağlanır. Bunun sonucunda çocuklar arasında doğru iletişim oluşur. Aile üyeleri arasında sağlıklı iletişimin oluşması, ailenin diğer üyeleri arasındaki ilişkilerinde olumlu olmasını etkiler (Şahin ve Neriman, 2012: 62; Tezel, 2011: 2).

2.4.Aile İklimin Birleşenleri

Aile iklimi ve aile iklimini ele alan mekanizmalara bakıldığında aile içi ilişkiler, kuşaklararası otorite, aile uyumu gibi aile ikliminin birleşenleri karşımıza çıkmaktadır.

2.4.1.Aile İçi İlişkiler

Kuşaklararası ilişkiler ve aile uyum kategorilerini destekleyen bir diğer unsur aile süreçleri kavramıdır (Björnberg ve Nicholson, 2007: 235). Aile içi ilişkilerde aile üyelerinin birbirleri ile olan ilişkilerinde kendilerini özgürce belirtebileceği açık iletişim boyutu olması gerektiğini ifade etmiştir (Gönül vd., 2018: 169). Aile içi ilişkilerde aile üyelerinin birbirine destek olması, aile içi ilişkilerde oluşan güven ve saygı bunun yanı sıra aile üyeleri arasında oluşan sevgi ve duygusal bağı kapsamaktadır (Akpınar, 2021:16).

Aile içi ilişkilerde, aile üyelerinin çeşitli rolleri vardır. Bunlar erkek-kadın, karı-koca, anne-baba gibi birçok role sahiptir ancak aile içinde daha sağlıklı bir ilişkinin oluşmasında aile üyelerinin daha sağlıklı bir ilişki yürütmeleri ve giydikleri rollere daha uygun davranmaları ve sınırlarını aşmamasının önemini belirtmiştir (Ersevimi, 2008: 69).

2.4.2.Kuşaklararası Otorite

Aile ikliminin birleşenleri arasında yer alan kuşaklararası ilişkiler, ailenin psikolojik atmosferini vurgulamıştır. Bireyleri olaylar karşısında göstermiş oldukları davranışlar, kendilerinin oluşturduğu tarz, arzuları, amaçları ve motivasyonları kuşakları oluşturmada ve kuşaklar arasında farklılık göstermektedir (Başgöze ve Bayar, 2015: 122). Björnberg ve Nicholson, (2007: 231) kuşaklararası ilişkileri iki kategoride ele almışlardır. Bunlar

kuşaklararası ilgi ve kuşaklararası otoritedir. Bunun yanı sıra kuşaklararası ilişkinin hem yaşlıların hem de gençlerin etkilendiği bir süreç olduğu, ebeveyn-çocuk ilişkilerinin tek belirleyici olmadığı çevre faktörünün etkisinin bulunduğunu belirtmiştir. Kuşaklararası otoritede aile içinde alınan kararlar ve kuralların kim tarafından verileceği üzerinde durulur. Nesiller arası otorite de iletişimin açık ve uyumlu olması beklenir (Björnberg ve Nicholson, 2007: 240).

2.4.3.Aile Uyumu

Ailedeki sistemin bir bütün olarak kalabilmesini sağlayan şart ailenin uyumudur (Björnberg ve Nicholson, 2007: 231). Gönül ve diğerleri (2018) aile uyumunu, duygusal ve bilişsel uyum olarak iki şekilde ele almışlardır. Duygusal uyum, aile üyeleri arasında oluşan duygusal bağıdır. Bunun yanı sıra bilişsel uyum ise aile üyelerinin birbirine yönelik oluşturduğu değer ve inançlardır. Bu bağlamda duygusal ve bilişsel uyum aile üyeleri için ideal bir durum olduğu söylenebilir. Duygusal ve bilişsel uyumdaki sıkıntılar ailenin bütünlüğüne yönelik tehlike yaratabilir (Björnberg ve Nicholson, 2007: 235). Aile üyeleri arasındaki ilişkinin şekillenmesinde toplumsal çevre, kültürel değerler ve inançların önemli olduğu ve kültürel geçmişe sahip çocukların ebeveynleriyle aynı derecede uyum içinde olduğu belirtilmiştir (Fuligni, 1998: 783).

2.5.Aile İklimi ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Kurdek ve Fine (1993: 288) Aile yapısı ile genç ergenlerin aile iklimi ve ebeveynlik davranışlarına ilişkin değerlendirmelerine yönelik yaptığı çalışmada ebeveynlik sayısı ile ergenlerin aile iklimi arasındaki ilişki ele alındığında sıcak aile iklimi, hoşgörülü ebeveynlik tarzı ve bir veya birden fazla ebeveyn deneyimleyen ergenlerin olumlu sonuçları olduğu görülmektedir. Aile iklimi ile üvey anne veya baba sahip ergenlerin daha fazla çatışma yaşandığını tespit etmiştir.

Kaplan (2019: 39-40) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile iklimi, kuşaklararası ilişkiler ve aile uyumu değerlendirmesinde 485 kadın, 287 erkek olmak üzere toplamda 772 üniversite öğrencisi üzerinden ele almıştır. Bu çalışmada kuşaklararası ilişkiler anne-baba tutumu değişkeni üzerinden ele alınmış ebeveyn hoşgörülü, demokratik olan bireylerin otoriter bireylere göre daha anlamlı bulunmuştur. Aile uyumu ile aile iklimi değişkenleri değerlendirildiğinde aile uyumu iyi olanların aile uyumu kötü olanlara göre daha anlamlı bulunmuştur. Bu çalışmada aile yapısı parçalanmış bireyleri aile ikliminde

olumsuz etkilendikleri ve aile içi ilişkilerinin daha kötü olduğunu, aile içinde uyum olmadığı tespit edilmiştir.

Turgut (2019: 102), üniversite öğrencilerinde aile iklimi ile iyi oluşa yönelik benlik kurgularının rolü çalışmasında 371 kadın, 170 erkek olmak üzere toplamda 541 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Aile iklimine yönelik çalışmada cinsiyet değişkenine bakıldığında anlamlı farklılık olduğu, aile içi ilişkiler alt boyutunda kadınların erkek bireylerden aile iklimi puanları daha yüksek olduğu, aile içi ilişkilere ise kadın bireylerin daha fazla önem verdiği söylenebilir. Aile iklimi ile ebeveyn tutumu değişkenlerine bakıldığında aile içi ilişki alt boyutunda anne babası demokratik olan öğrencilerin puanları daha yüksek bulunmuştur. Aile iklimi ile aile tipi değişkeni göre anlamlı farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Akpınar (2021: 61) genç yetişkin bireylerin aile iklimi ile duygu durumlarının sahte benlik algısına yönelik rolü çalışmasında 18-35 genç yetişkinler üzerinde çalışmış, 392 kadın, 88 erkek toplamda 480 yetişkinlerden oluşmaktadır. Aile iklimi ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye bakıldığında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Aile iklimi ile aile içi ilişkisel ve bilişsel uyum alt boyutları ile yaş değişkeni ile anlamlı farklılık olduğu tespit etmiştir. 21 yaş ve daha küçük bireylerin aile iklimi puanları düşük olduğu görülmüştür. Aile iklimi alt boyut olan aile içi ilişkisellik ile pozitif duygu duruma dayalı elde edilen analizlere göre pozitif yönde anlamlı ilişki olduğunu tespit etmiştir. Aile içi ilişkisellikte iletişime rol düşmektedir. Aile iklimi alt boyutu olan bilişsel uyum alt boyut ile duygu durum arasında olumsuz yönde bir ilişki olduğu söylenebilir.

Daldaban (2021: 81) üniversite öğrencilerinin romantizm ve eş seçimi tutumları ile aile iklimi ilişkisi çalışmasında 395 kadın, 73 erkek toplamda 468 üniversite öğrencisinden veri elde etmiştir. Bu çalışma analiz verilerine göre aile iklimi ölçeği alt boyutu olan aile içi ilişkisellik alt boyut, kuşaklararası otorite alt boyut ve bilişsel uyum alt boyut düzeyleri ile romantizm ve eş seçimi ve alt boyutları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Aile ikliminin alt boyutları romantizm ve eş seçim tutumunu anlamlı olarak etkilediğini tespit etmiştir. Aile iklimi cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında kadın ve erkek arasında anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiştir. Bu çalışmada aile iklimi ile sosyo-ekonomik değişkeni arasında anlamlı ilişki olduğunu belirtmiş ve aile desteği görmeyen iletişim kuramayan ve etkileşimi olumlu olmayan gençlerin yalnız yaşadığını tespit etmiştir.

Yiğit (2022: 53) yaptığı çalışmada yetişkinlerin ilişki rol beklentilerinin yordamasın da aile iklimi ve romantik ilişkideki bağlanma stiline rolünü ele almış ve 256 kadın 103 erkek

toplamda 359 birey üzerinde bu çalışmayı yürütmüştür. Aile iklimi alt boyutları ile rol beklentisi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuş, kuşaklararası otorite alt boyutu ile negatif yönde zayıf ilişki bulunmuş, aile iklimi alt boyutu ile bağlanma stili arasında ilişki bulunmuş ve kuşaklararası otorite ve bağlanma stili pozitif ilişki bulunmuştur. Bu çalışmada ilişki rol beklentilerinin, aile iklimi ve bağlanma stillerine yönelik yapılan analiz sonuçlarına göre bu değişkenler arasında negatif yönde zayıf düzeyde bir sonuç bulunmuştur.

Aile iklimiyle ilgili yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde genel olarak yetişken bireylere ve evli ve çocuklu ailelere yönelik çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Yapılan bu çalışmalar da aile iklimi ebeveyn tutumuna göre farklılaşma olduğu görülmektedir. Aile iklimi cinsiyet değişkenine bakıldığında genellikle belirleyici olduğuna dair bir sonuç bulunamamıştır.

2.2. Mutluluk

Mutluluk kavramı pozitif psikolojinin konusu olup asıl amacı bireyin davranışının nihai iyi ve yüksek motivasyonu sağlamak bunun yanı sıra mutluluk, bilişsel yargılar ile duyuşsal tepkilerin değerlendirmesi ve bireyin yaşamına olumlu deneyimleri kazandırılması şeklinde ifade edilmiştir (Diener, 2000: 542). Mutluluk kavramı tarih boyunca birçok araştırmacı tarafından sevgi ve bilgelik gibi varoluşsal temellere dayandırılmıştır. Mutluluk, haz duygusunun yoğun olduğu ve olumsuz duyguların olmadığı iyi bir yaşam biçimi olarak tanımlanmıştır (Diener, Oishi ve Lucas, 2009: 187).

Mutluluk duygusunu arttırmak için ilk önce olumsuz olan duygulara (kaygı, depresyon, stres vb.) yönelik müdahaleler olması gerektiği ve bu olumsuz duygulara yönelik cesur adımlar atılarak mutluluk duygusunu artırma olduğunu vurgulamışlar ve ayrıca bireyler de içsel motivasyon artırılarak olumlu yaşam deneyimlerinin oluşması ve olumsuz çevre koşullarını en aza indirgenmesi asıl hedefleri arasında yer alıyor (Lyubomirsky vd., 2005: 113). Diener (2000: 41) bireyin uzun süreli mutluluğa ulaşmak için çalışma ve sosyal çevre ile ilişkilere katılma gibi yaşam aktiviteleri sonucu elde edilebileceğini vurgulamıştır. Myers (2000: 65) yaptığı çalışma da yaş, cinsiyet ve gelir bireyin mutluluğu hakkında çok fazla bilgi sahibi olunamayacağını ancak bireyin kişilik özellikleri, sahip olduğu iş, boş zamanlarını iyi değerlendirmesi ve arkadaşları ile kurduğu ilişki sonucunda mutluluk ile ilgili bilgiye ulaşılabileceğini vurgulamıştır. Mutluluk, bireyden bireye farklı

anlamlar ifade etmekte bu sebeple bilim insanları mutluluğu “öznel iyi olma durumu” şeklinde tanımlamışlardır. Mutluluk, doğası gereği olumlu duyguların yaşanması bireyde oluşan haz hissi şeklinde belirtilmiştir (Achor, 2012: 60).

Pozitif psikoloji, olumlu duyguları ifade eden bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Pozitif psikoloji de amaç olumsuz duygular yerine mutluluk gibi olumlu duyguları arttırmaktır. Pozitif psikoloji temel amacı insani erdemdir, bunlar; bilgelik, cesaret, insancılık, adalet, ölçülülük ve aşkınlık şeklinde belirtilmişlerdir (Seligman vd., 2005: 411). Mutluluğu etkileyen değişkenlere bakıldığında evlilik ve kişilik özelliklerin pozitif bir yaklaşımı olduğu, evli bireylerin hiç evlenmemiş ve boşanmış bireylere göre mutluluk düzeylerinin daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir (Schultz ve Schultz, 2020: 685). Felsefeciler ve sosyal bilimciler mutluluk kavramını farklı biçimde ifade etmektedir. Mutluluk, haz duygusuna sahip olan, erdemli ve kendine sadık birey şeklinde tanımlanmakta yine mutluluk hoş duygulara sahip olmak, kendini gerçekleştirme şeklinde ifade edilir (Fisher, 2010: 385).

Mutlu bireylerin özelliklerine bakıldığında daha dışadönük, benlik saygısı olan ve duygularını kontrol edebilen kişilik özelliklerini taşımaktadır. Mutlu insanlar, zeki, daha az önyargılı, başkalarıyla iyi anlaşabilen ve sağlıklı ortamlarda bulunan kişiler bunun yanı sıra mutlu bireylerin otokontrolü sağlayan, kendini çaresiz değil gücü hisseden, stresle baş edebilen bireyler olarak karşımıza çıkmaktadır (Myers ve Diener, 1995: 14). Myers ve Diener (1995: 11) mutluluğu üç boyutla ele almış ve ilk olarak mutluluğun yaşama yönelik elde ettiği doyum, ikincisi bireyin mutluluk ve sakinlik gibi olumlu duyguları yansıtması ve son olarak bireyi olumsuz etkileyen depresyon ve anksiyete gibi duyguların yaşama sıklığı ile ilişkilendirilebilir. Fisher (2010: 384) mutlu olmanın insanlar için önemli olduğunu ve toplumda değerli bir amaç olduğunu belirtmiştir. Pozitif psikolojinin önem kazanması ile olumsuz duygular olan depresyon anksiyete, stres gibi deneyimlerden çok mutluluk, neşe ve sevinç gibi olumlu duyguların önem kazandığını ifade etmiştir.

2.2.1. Pozitif Psikolojide Mutluluk

Pozitif psikoloji kavramı ilk kez 1954’te Abraham Maslow tarafında kullanılmıştır. Psikoloji biliminde ilk yıllar da mutluluk gibi olumlu duygulardan çok olumsuz olan depresyon, kaygı, stres gibi duygulara daha fazla yer verilmekteydi. Amerikan Psikoloji Derneği başkanı Martin Seligman 1998’de düzenlemiş olduğu sempozyumda olumsuz ve

istenmeyen duygular, acı olaylara yönelik gelişimlerin olduğu ancak motivasyon ve olayların iç yüzünü aydınlatmaya, olumlu duygulara yönelik çalışmaların yer almadığını ifade etmiş ve bunun sonucunda pozitif psikolojinin konusu olan mutluluk, iyimserlik, yaşam doyumu, duygusal yaratıcılık ve iyilik hali gibi birçok konu ile ilgili çalışmalar dikkat çekmiştir (Snyder vd., 2020: 3; Schultz ve Schultz, 2020: 685). Pozitif psikolojisi asıl hedefi hayatın olumsuz yönlerini yadsımak değil bu olumsuz duyguları kabul ederek olumlu olan duygulara yönelmek olduğunu yine pozitif psikoloji de insanların neşe, fedakârlık, hoş duygularına yönelik vurgu yapılması gerektiğini belirtmişlerdir (Gable ve Haidt, 2005: 104-105).

Pozitif psikolojinin amacı, bireylerin olumlu duyguları, yaşam doyumu ve mutluluğu yine bireyin kendini gerçekleştirme, yaşamın amacına hizmet etmek ve bireyin iç huzurunu arttırmaya yönelik bir tutum olduğunu ifade etmişlerdir. Bireyin yaşamından zevk alması, içsel motivasyonunu iyileştirme, hayatın sorumluluğunu üstlenme, sosyal destek sağlanması gibi kavramlar pozitif psikolojinin konusunu oluşturmaktadır (Csikszentmihalyi, 2009: 205; Sin ve Lyubomirsky, 2009: 468). Wilson (1967: 294) pozitif psikoloji kavramı olan mutluluğu, tanımlarken bireyin, genç, iyi eğitim almış, dışadönük, sağlıklı, iyimser, öz saygısı yüksek ve entelektüel olarak belirtmiştir. Yine mutluluğun kültüre özgü olabileceğini kadın ve erkeklerin eşit düzeyde mutlu olmayacağını da ifade etmiştir.

Mutluluk ahlaki açıdan tarafsızlık, yaşama yönelik memnuniyet ve arzu edilen duygular şeklinde ifade edilmiştir. Bununla birlikte bireyin erdemini geliştirme mutluluğu da geliştireceğini vurgulamış yine mutluluk olumlu duyguları olan huzur, memnuniyet, kendini gerçekleştirme, kendini seven, kabul eden bireylerin mutluluk düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmiştir (Martin, 2007: 91-92). Pozitif psikoloji de bireylerin güçsüz yönlerinden çok bireylerin olumlu yönlerine odaklı bir alandır. Bu alanda amaç, bireylerin yaşam refahlarını arttırmak yine problemlerden çok problemin çözümü üzerinde odaklanarak rehberlik etmeyi amaçlamaktadır (Demir ve Türk, 2020: 110).

Mutluluk amaç ve ihtiyaçların doyurulmasına yönelik bir süreç şeklinde ifade edilmektedir. Bunun yanı sıra ihtiyaç ve amaç doyurmada asıl hedef bireyin gerginliğini azaltmak ve psikolojik, biyolojik ihtiyaçlarını gidererek bireyin mutluluk düzeyini arttırmaktır. Bunun Freud'un haz ilkesi ile Maslow'un ihtiyaç hiyerarşisine yönelik bir yaklaşım olduğunu vurgulamıştır. Mutluluğun bir aktivite ya da bir süreç olarak ele alınması ve bunun sonucunda bireyin mutluluğu oluşturması varsayılmıştır. Yine mutluluğun bireyin genetik faktöründen kaynaklı olduğunu belirtmiştir. Bazı bireylerin

mutlu bazı bireylerin mutsuz olma eğilimine sahip olduğunu ifade etmiştir. Mutluluk üç varsayıma dayandırılmaktadır. Bunun ilki bireye özgü ve bireyin bu süreci içselleştirmesi, ikincisi mutluluk sadece olumsuz duyguların yokluğu ile gerçekleşen bir yaşantı değil, ancak olumlu duyguların varlığı ile ortaya çıkabilmektedir. Son olarak mutluluğun bireyin tüm yaşamının bir fonksiyonu olduğunu belirtmiştir (Akın ve Akın, 2015: 4; Diener, 1984: 543).

2.2.3. Öznel İyi Oluş (Mutluluk) Kuramları

Yapılan alan yazın çalışmaları (Eryılmaz, 2009: 976; Gencer, 2018: 2625), incelendiğinde öznel iyi oluş kuramları şu şekilde sıralanabilir; uyum kuramı, sabit nokta (set point) kuramı, ryff'nin psikolojik iyi oluş kuramı, akış kuramı olarak karşımıza çıkmaktadır.

2.2.3.1. Uyum Kuramı

Bireyler yaşantılarında karşılaştıkları bazı durumlar sonucunda iyi ya da kötü duygular yaşayabilmektedir. Bu durumda uyum kuramı ile yaşanan bu duruma alışma her zaman aynı sonuçları veremeyebilir ve bireyler bu duruma alışamayabilirler. Uyum sağlama karmaşık bir süreç ve öznel iyi oluşa etkisi olduğunu belirtmiştir (Diener ve Diener, 1995: 592). Uyum kuramı, bireylerin yeni olaylar karşısında vermiş oldukları tepkilere zaman içinde alışması ve başlangıç noktasına dönmeleri şeklinde ifade edilmiştir. Bireylerin sosyal çevrede meydana gelen olayların zaman için değişmesi ve bu olaylara uyum sağlaması şeklinde tanımlanmıştır. Bu yaşanan olaylar olumlu veya olumsuz olma ya da bireyin mutlu ya da mutsuz olma durumunda içermektedir. Bireylerin olumlu duruma uyum sağladıkları ancak olumsuz ve mutsuz durumuna uyum sağlamakta zorlandığı görülmektedir (Heady ve Wearing, 1989: 731; Lucas vd., 2003: 536). Tuzgöl-Dost (2004: 37) uyum kuramını bireylerin yaşamda karşılaştıkları olay ve durumlara uyum sağlama süreci olarak ifade etmiştir. İnsanlar yaşadıkları olumsuz ve acı olaylar karşısında uzun süre mutsuz kalmadıkları gibi yaşamış oldukları mutlu olaylarının da devamlı olmadığını belirtmiştir. İnsanların yaşamış oldukları olumlu ve olumsuz olayları dengede tutabileceğini ifade etmiştir. Uyum kuramının da bireylerin yaşamış oldukları olaylar karşısında olumlu ya da olumsuz duygular yaşattığı fakat süreç içerisinde bu duygu yoğunluğunun azaldığı bunun sonucunda bireyin olumlu veya olumsuz duyguları devamlı yaşamadıklarını ifade etmiştir (İşleroğlu, 2012: 27).

2.2.3.2. Sabit Nokta (Set Point) Kuramı

İnsanlar yaşamış oldukları olumlu veya olumsuz duyguları belli çizgilerden uzaklaşıp yine aynı düzeye geleceğini belirten kurama sabit nokta kuramı olarak tanımlanır. Sabit nokta kuramı mizaç ve sosyalleşmeye bağlı olarak pozitif etki ettiği söylenebilir. Sabit nokta kuramında insanlar arasında kişilik farklılıkları ve bireylerin yaş düzeylerinde farklılık olması bu kuram dahilinde olduğunu belirtmiştir. Bunun yanı sıra biyolojik ve mizaç özelliklerine bağlı mutluluk düzeyi sabit olmasında genetik unsurların etkisi olduğunu ifade etmiştir (Diener ve Diener, 1996: 185; Eryılmaz ve Ercan, 2011: 147; Diener, Oishi ve Tay, 2018: 255).

Lykken ve Tellegen (1996: 186) çalışmasında bireylerin mutluluk düzeyleri kişiden kişiye farklılık gösterdiğini belirtmiştir. İnsanlar hem iyi hem kötü olaylara farklı tepkiler verirler ancak zaman içinde sabit noktaya ulaşırlar. Bu çalışmada sabit nokta ile ilgili üç sonuca ulaşılmıştır. Bunlar;

1. Bireylerin mutluluk seviyeleri zaman içerisinde belli noktaya ulaştığı görülmüştür.
2. Mutluluk düzeyleri genetik faktörün belli düzeyde etkisi olduğu görülmektedir.
3. Mutluluk düzeyleri kişilik özelliklerine bakıldığında dengesizlik ve dışadönüklük duyguları etkilediğini belirtmiştir.

2.2.3.3. Ryff'nin Psikolojik İyi Oluş Kuramı

Ryff psikolojik iyi oluş kuramı ile bireyin iyilik halini amaçlamaktadır. Bireyde oluşan olumlu ve olumsuz duyguların farkını psikolojik iyi oluşla gerçekleştirebileceğini belirtmiştir. Bunun yanı sıra bireyin sosyal hayatındaki değişmelerde psikolojik iyi oluşun etkisi olduğunu ifade etmiştir. Mutluluk kavramının kişilik özelliklerine olan etkisi dikkate alındığında olumlu ilişkilerde dışadönük, vicdanlılık ve nevroitik kişilik özelliklerinde çevresel ustalık, yaşamdaki amaç ile ilişkili olduğunu ifade etmiştir. Psikolojik iyi oluş kuramının altı alt boyut olduğunu ve bu alt boyutların olumlu bir işleve sahip olduğunu belirtmiştir (Ryff, 1989: 1069; Ryff, 2013: 13). Ryff psikolojik iyi oluş odaklı teorileri aşağıda belirtmiştir: (Ryff ve Singer 2008: 18-23; Ryff, 2013: 12).

1. *Özerklik:* Psikolojik iyi oluş kuramının alt boyutu olan özerlik de birey kendi kararlarını kendi veren bağımsız bir kişi olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu kişilerde düşünme hareket etme toplumsal baskıya direnebilmektedir. Davranışlarında içsel düzenleme yapabilmektedirler bu bireyler aldıkları kararları kendi başkalarına alır ve karşısındaki bireylere de güvenirler. Burada amaç bireyin kendi geleceğini oluşturma, bağımsızlık ve öz düzenlemeyi sağlamak ayrıca bireyin kendini gerçekleştirme, özerk olması ve kültüre karşı dirençli olmasını vurgulamıştır.
2. *Çevresel ustalık:* Bu bireyler çevreyi yönetme konusunda ustalık ve yeterlilik duygusuna sahiptirler. Karmaşık olayları düzene sokup kontrolü sağlayabilen bireylerdir. Kişisel ihtiyaç ve değerlere uygun durumları seçebilmektedirler. Burada amaç bireyin kendi psikolojisine yönelik olumlu bir ortam yaratabilmeyi sağlamaktır. Bireyin çevreye aktif katılımı ve çevre ile olumlu bir yaklaşım sağlamayı amaçlamaktadır.
3. *Kişisel gelişim:* Bireyler sürekli olarak bir gelişim duygusuna sahiptirler. Kendilerini büyüyen ve gelişen bir birey olarak görür bunun dışında bireyler yeni ve farklı deneyimlere de açıktır. Kendi potansiyellerinin farkına varan ve zaman içinde davranışlarında iyileşme, kendini daha fazla tanıma imkânı sağlamaktadır. Burada amaç bireyin kendini gerçekleştirme ve kişinin potansiyelini sürekli geliştirmesini amaçlamaktadır.
4. *Başkaları ile olumlu ilişki:* Birey başkaları ile sıcak, samimi, tahmin edici ve güvene dayalı ilişkilere sahiptir. Bu bireyler başkaları ile güçlü güçlü ilişkiler kurabilen ve başkalarının mutluluğu ile ilgilenen empati, şefkat ve yakınlık gibi ilişkiler kurabilen bireylerdir.
5. *Hayattaki amaç (hedef):* Bireyin hayatta amaçları, yön duygusu var ve bu yön duygusu yaşamına bir anlam katmaktadır. Birey yaşamında sahip olduğu bu amaçları gerçekleştirme duygusuna sahiptir. Birey mutluluğunun büyük bir kısmını varoluşsal temellere dayandırmaktadır. Bireyin hayatındaki olumlu veya olumsuz olayların bir anlam ve amacı olduğunu ve bunları bulursa yaşamına yön vermiş olduğunu belirtmiştir.

6. *Kendini kabul etme*: Birey kendin duygularına yönelik olumlu bir tutum izler. Bu bireylerde ruh hali ve kötü durum hariç birey kendini birçok alanda tanıma ihtiyacı duyar ve birey kendini kabul eder. Geçmiş yaşantılarından pişmanlık değil, onlar hakkında olumlu duygular hissetmektedir. Burada birey duygularını, davranışlarını ve motivasyonunu doğru bir şekilde anlamaya çalışmaktadır. Birey yaşamını ve geçmişini anlama ve kabul etmesinin önemini vurgulamıştır. Mutluluk ile ilgili çalışmalarda bireyin insan olmanın anlam taşıması, kendini gerçekleştirme ve çaba göstermesi şeklinde ifade edilmiştir.

2.2.3.4. Akış Kuramı

Akış kuramı Csikszentmihalyi (1990: 1-2) tarafından ortaya atılmış bir kavramdır. Akış kuramı bireyin olumlu deneyimlerin, zevk aldığı durumlar veya tatmin edici duyguların zaman içerisinde uyum sağlaması ve onlara odaklanması şeklinde tanımlanır. Akış kuramı kendimizi zor durumlar içerisinde ne kadar kontrol edebileceğimize ve bu durumu şansa bırakamayacağımızı ifade etmiştir. Mutluluk dış durumlara değil onu nasıl anlamlandırdığımız önemli ve mutluluk hayatımızda olması gereken bir duygudur. İçsel kontrolü sağlayan bireylerin hayat kaliteleri olacağından mutlu olmaya daha yakın olduklarını belirtmiştir. Bu sebeple mutluluk içsel uyuma bağlı olduğunu ifade etmiştir. İçsel uyumu olan bireylerin daha güçlü bir yaşam sürerler ve dış deneyimlere de açıktırlar. Bireyin günlük hayattaki deneyimler kendi içsel motivasyonunu oluşturması akış kuramı ile bağdaşmaktadır. Bireyin içsel motivasyonu önemli bir boyut ve olumlu bir etkisi var, bununla birlikte birey ihtiyaç, arzu ve kapasitesi bu durumla örtüştüğünü ifade etmiştir (Hektner ve Csikszentmihalyi, 1996: 5).

Nakamura ve Csikszentmihalyi (2002: 89) akış kavramını bireyin karşılaştığı istenmedik bir durumda güçlü olması ve bu duruma uyum sağlarken bireyin duydu değişiklik olarak ifade edilir. Akış kuramında birey otokontrolü sağlayan çevresel etkilerden uzak kalabilen kendi yaşam arzusu içindedir. Burada tüm kontrol bireyin kendin de ve zaman kavramını kaybettikleri, duygu durumları zamanla daha güçlü olduğunu ifade etmişler. Bireyin akış içinde olması bazı hedeflerin üstesinde gelmek ve sürekli olarak bireyin ilerlemesi şeklinde belirtilmiştir. Bireyin yaşamındaki olumlu deneyimler veya insanların kendi yetenekleri doğrultusunda kendilerini en iyi hissettikleri, doğası gereği ödüllendirici deneyimler sonucu ortaya çıkan kuram akış kuramı olarak tanımlanır (Hektner ve Csikszentmihalyi, 1996: 2).

2.2.4. Mutluluğu Etkileyen Faktörler

Mutluluk bireyin iyi oluş yada iyilik hali şeklinde tanımlanmaktadır. Bireylerin mutluluk düzeylerine ile kişilik özellikleri arasında bir bağlantı olduğu ve mutluluğu etki eden faktörlerin neler olduğu ve mutluluğun duyuşsal ve bilişsel iyi olma üzerindeki etkisine bakılmış, mutluluk cinsiyet, yaş, medeni durum, gelir düzeyi ve kişilik özellikleri gibi birçok faktöre etkisi ele alınmıştır. Mutluluğun cinsiyet üzerinde etkisi olmadığı her iki cinsiyetten bireylerin de mutluluk düzeyleri aynı olduğu söylenebilir ve yapılan çalışmalarla destekler niteliktedir. Bunun yanı sıra erkeklerin kadınlara göre zevkli deneyimlerde daha fazla mutlu olduğu, kadınlar erkeklerde ise kişisel olarak hayatı anlamaya yönelik daha fazla mutlu ve yaşam doyumu elde ettiği görülmektedir (Keser, 2018: 51; Çetin ve Polat, 2019: 165; Brakus, Chen, Schmitt ve Zarantonello, 2022: 1656).

Mutluluk ile yaş arasındaki ilişki ele alındığında bazı araştırmacıların yaşlıların gençlerden daha mutsuz oldukları başka çalışmalarda ise gençlerin yaşlılardan daha mutsuz oldukları belirtilmiştir. Yaşlı insanların gelir düzeyleri sabit olması ve yaşamlarında düzen olduğu için daha mutlu oldukları ifade edilmiştir. Mutluluk ile ilgili U-indeksi ters olarak düşülmektedir. U-indeksi ne kadar yüksekse mutsuzlukta ona göre artmaktadır. U-indeksi genç yaş grubu ile yaşlı grup mutluluk düzeyleri yüksek orta yaş grubunun mutluluk düzeyleri daha düşüktür. Mutsuzluk yaşa bağlı olarak azalıyor bunun dışında evli bireylerde düşük, dul bireylerde ise yüksek mutluluk düzeyleri görülmektedir (Blanchflower ve Oswald, 2004: 1359; Conceição ve Bandura, 2008: 24; Blanchflower, 2009: 166).

Mutluluğun medeni durum faktörüne göre ele alındığında evli olanlar, hiç evlenmemiş olanlar oluşmaktadır. Mutluluk pozitif yönde bir eğilim göstermektedir. Evli bireylerde mutluluk düzeyi evli olmayan bireylere göre daha fazla düşüş olduğu söylenebilir, sebep olarak da evliliğe yönelik oluşan toplumsal algı olarak görülmektedir (Blanchflower ve Oswald, 2004: 1367). Çelebi ve Çelebi (2020: 185) yaptıkları çalışmada evli bireyler ile bekar bireylerin mutluluk düzeylerine de evli bireylerin bekar bireylere göre daha mutlu oldukları görülmüş ve bunun nedeni olarak insanların sosyal bir varlık olması ve aidiyet duygusundan kaynaklandığı ifade etmişlerdir.

Bireylerin mutluluk düzeyleri gelir seviyesine göre ele alındığında Blanchflower ve Oswald (2004: 1376) yaptığı çalışmada yüksek gelirli ailelerin mutluluk düzeyleri dar gelirli ailelerden daha yüksek bulmuştur. Bireyin temel ihtiyaçlarının karşılanması

özellikle beslenme, barınma ve sağlık gibi ihtiyaçların giderilmesi kendini daha güvende hissetmesini sağlamaktadır. (Çelebi ve Çelebi, 2020: 185).

Mutluluk yani iyi oluş bireyin kişilik özellikleri arasındaki bağlantıya önem verdiğini vurgulamıştır. Mutluluğun nevrotik ile dışadönük kişilik özellikleri ile ilgisi olduğunu ve Mutluluğun nevrotik ile dışadönük kişilik özelliği üzerindeki etkisini ele alan birçok çalışma yer almaktadır. Diener ve Seligmn (2002: 81) yaptıkları çalışmada bireyin kişilik özelliklerinin mutluluğu etkileyebileceği, dışa dönük kişilik özelliklerine sahip bireylerin daha az nevrotik kişilik özellikleri gösterdiğini ve bu kişilik özelliklerine sahip bireylerin daha mutlu oldukları çevrelerindeki yaşam olaylarına daha çok uygun biçimde tepki veren ve bu tepkilere bağlı uygun duygu sistemi bilincine sahip olduklarını vurgulamıştır.

Bireyin nevrotik kişilik özelliğine sahip olması daha depresif, kaygı, olumsuz duyguları barındırdığı için nevrotik kişilik özelliği ile mutluluk arasında negatif yönde ilişki olduğunu belirtmiştir. Mutluluk ile dışadönük kişilik özelliği bakıldığında dışadönük bireylerin daha mutlu olduğu görülmektedir. Bunun sebebi ise birey daha sosyal olması, arkadaş ortamında sık bulunması ayrıca kişilerarası ilişkilerde daha olumlu olduğu için mutluluk ile dışadönük kişilik özelliği arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Birçok farklı çalışmada kişilik özellikleri ile mutluluk yer almış ancak mutluluk ile nevrotik ve dışadönük kişilik özellikleri arasında daha fazla ilişki tespit edilmiştir (Burger, 2006 399; Doğan, 2012: 61; Diener vd., 1999: 279).

2.2.5. Mutluluk Korkusu

Pozitif psikolojinin konusu olan mutluluk, insanın olumlu pozitif duygularına odaklanmaktadır. İnsanın iyi yaşamın asıl unsuru olarak kabul edilen mutluluk, bireyde haz, yaşam doyumu, pozitif duygular, anlamlı bir yaşam, yüksek motivasyon olduğunu ayrıca mutluluk kişinin yaşamında var olan değil, yaşam şartlarına vermiş olduğu tepki şeklinde belirtmiştir (Deiner, Napa ve Lucas, 2009: 68). Pozitif psikoloji de mutluluk kavramı gibi olumlu duygulara yönelik çalışmalar yer almaktadır. Bunun yanı sıra son dönemlerde bireylerin mutluluk korkusu yaşadığı görülmektedir. Lambrou (2014) göre mutluluk korkusu, bireyin mutlu hissettiği bir olayın hemen ardından olumsuz bir olay olacağını düşünmesidir. Mutluluk korkusu olan bireyde mutluluk duyguları yaratacak neşe, sevinç, eğlence gibi sosyal ortamlardan geri çekilmesine sebep olur. Birey mutluluk, neşe, sevgi gibi olumlu duygular deneyimlemektedir. Bunun yanı sıra bazı insanlar olumlu duygulardan, mutluluktan korktuğunu ifade eder (Gilbert vd., 2014: 229). Gilbert ve diğerleri (2014: 230) olumsuz aile ikliminde yetişen çocukların suçluluk duygusu

yaşayabildiklerini belirtmiştir. Bu çocuklarda mutlu olmayı hak etmeme hissi oluştuğu ve bu bireylerde mutluluğun bastırıldığını ifade etmiştir.

Mutluluk korkusu, olumlu duyguların arkasından üzüntü getireceği inancın hâkim olmasıdır. Mutluluk korkusu, mutluluğun olumsuz sonuçları getirdiğini ve bu durumlardan uzak durulması gerektiği belirtmiştir. Mutluluk korkusu, bireyin istenmedik sonuçları önlemek amacıyla mutluluk, neşe, heyecan gibi olumlu duyguları bastırması ve bu davranışlarında kaçınması şeklinde tanımlanabilir (Joshano, 2013: 648; Joshano ve Weijers, 2014: 717). Sarı ve Çakır (2016: 222) göre mutluluk korkusu, mutluluk sonrasında oluşacak kötü olaylar şeklinde tanımlamaktadırlar. Gilbert ve arkadaşları (2014: 229) göre mutluluk kalıcı bir duygu olmadığını ve mutlu hissettiğinden sonra kötü bir şeyler olacağını ve bundan dolayı mutluluktan kaçınması gerektiğini ifade etmişlerdir. Bazı kültürlerde bireylerin mutluluk ve olumlu duygulara yönelik olumsuz düşüncelere sahip, bu bireyler mutluluk ve olumlu duygulara korkuyla yaklaşmaktadırlar. Mutluluk korkusu, mutluluğun olumsuz sonuçlara neden olacağı inancıdır. Japon kültüründe mutluluğun acı sonuçları olacağına bundan dolayı mutluluğu tehlikeli olarak değerlendirmektedirler. (Joshano vd., 2014: 247). Kolektivist kültürel toplumda mutluluk algısına ilişkin fark olduğunu ve bu toplumdaki bireyler mutluluğa ulaşmak gibi amaçları olmadığını belirtmiştir (Muhtar, 2016: 17).

2.2.6. Mutluluk Korkusu ve Kültür

Kültür insanların birbirleriyle olan etkileşimlerinin sonucunda ortaya çıkan ürün olarak ifade edilebilir. Kültür, toplumun etkileşim yoluyla nesilden nesile aktarılan maddi manevi ortak bilgi ve değerlerin bütünüdür (Bekman ve Aksu-Koç, 2013: 114). Bunun yanı sıra kültür toplumun oluşmasında bir süreç ve bu süreç nedeniyle oluşmuş fonksiyonel bir bütünlük olarak tanımlanmaktadır (Hogg ve Vaughan, 2011: 654; Arslantürk ve Amman: 2008: 277). Aileler kültürel bakımdan sosyal sistemin içinde yer almakta ayrıca biyolojik olarak akrabalıkla bağlı bir sistemdir (Hallaç ve Öz, 2014: 47). Kültür, maddi ve manevi olan tüm varlıklar ve onları etkilemek amacıyla elde edilen ürün şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Bununla birlikte kültür insan ile çevre etkileşimi sonucunda insanların ortaya attığı maddi manevi değerlerin bütününi kuşaktan kuşağa aktararak bireyde oluşan duygu, düşünce ve davranış şemalarının tümünü ifade etmektedir. Kültür, bireylerin inancalarını nesilden nesile aktarılması şeklinde ifade edilir. Bireylerin eylemlerini düşüncelerine ve davranışlarının etkiler. Mutluluk kültürel farklılıklar olduğu görülmektedir (Arslantürk ve

Amman: 2008: 277; Muhtar, 2016: 4). Batı kültürü ve psikolojisi mutluluğu bireylerin hayatlarına yön veren önemli bir değer olarak kabul edilir. Batı kültürü ve mutluluğu kişisel bir kavram olarak kabul eder ayrıca mutluluk başkalarının başarısından, sağlığından ve psikolojik iyiliğinden oluşmadığını kabul edilir (Joshano ve Weijers, 2014: 718).

2.2.7. Mutluluk Korkusu İlgili Yapılan Araştırmalar

Joshano (2013: 650) İranlı üniversiteli öğrencilerini mutluluk korkusunun inançların yaşam doyumu ölçeğine etkisini ele almıştır. Mutluluk korkusu bireylerin yaşamına yönelik memnuniyetine verdiği cevaplardan etkilendiğini belirtmiştir. Bu çalışmada mutluluk korkusunun, mutluluk düzeyini düşürdüğünü belirtmiştir. Mutluluk korkusu yaşam doyumu arasındaki ilişkilerinin bireyin mutluluk düzeyleri üzerindeki etkilerden kaynaklanıyor. Mutluluk korkusu inancının oluşmasında birçok sebep olduğunu belirtmiş ve mutluluğun yaşamı bazı kötü sonuçlar yol açabileceğine belirtmiştir.

Özen (2019) üniversite öğrencileri üzerinde obsesif inançların mutluluk korkusu ile ilişkisini ele almış ve mutluluk korkusunun cinsiyet değişkenin göre anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiş. Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu yaşa değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu 25-30 yaş aralığındaki bireylerin mutluluk korkusu puanları anlamlı düzeyde yüksek bulunduğunu tespit etmiştir. Üniversite öğrencilerin mutluluk korkusu ile aile ile yaşama değişkenine göre ele almış ve ailesiyle birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin puanları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Mutluluk korkusu anne-baba tutumu değişkenine göre ele alındığında anlamlı farklılık olduğu ve aşırı koruyucu anne-baba tutumuna sahip üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu olduğunu tespit etmiştir.

Lambert ve arkadaşları (2021: 547-549) mutluluk kavramını, korku ve kırılganlığı ile zihinsel ve fiziksel sağlık arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Bu çalışmada kırılgan yapıya sahip bireylerin daha zayıf olduğu ve mutluluk korkusu yaşadıkları ve bununla birlikte bu bireylerde iyimserlik duygusu hâkim olduğunu belirtmişlerdir. Mutluluk korkusu arzu edilen bir durum olarak görülmez ve mutluluk korkusu toplumdan toplumda değişiklik göstermektedir. Mutluluk korkusu kültürel bir şekilde ele alındığında Arap kültüründe mutluluk puanları yüksek bulunmuştur. Çin kültüründe kişisel değerler puanları düşük, yaşam memnuniyeti puanları yüksek ve olumsuz duygular puanları düşük bulunmuştur.

Batı kültüründe ise sosyal değerler puanları düşük ama olumlu duygular yüksek bulunmuştur.

Yılmaz (2022: 57) Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu ve yaşam stillerini yönelik ele aldığı çalışmasında mutluluk korkusu ile anne-baba tutumu arasında düşük de olsa bir ilişki görülmüştür. Bu çalışmada yaşam stilleri ile mutluluk korkusu arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Mutluluk korkusu ile doğum sırası, çocukluğun geçtiği yer, sosyo-ekonomik durum, ilişki durumu ve cinsiyet değişkenleri ile bir ilişki elde edilmemiştir.

Şibka (2022: 64-68) yetişkin bireylerde mutluluk korkusunun aleksitimi, depresyon ve kişilik özellikleri ile ilgili yaptığı çalışmada 21-55 yaş aralığındaki 385 birey üzerinde incelemiştir. Bu çalışma da mutluluk korkusunun aleksitimi ve depresyonla pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu ancak kişilik özellikleri ile negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Mutluluk korkusu cinsiyet değişkeni ile ele alındığında erkek bireylerin mutluluk korkuları kadın bireylerin mutluluk korkularında daha yüksek bulunmuştur. Mutluluk korkusu ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Mutluluk korkusu baba eğitim ile ilişki bulunamamış ancak anne eğitim durumu ile anlamlı bir ilişki rastlanmıştır. Mutluluk korkusu ile sosyo-ekonomik durum arasında anlamlı ilişki bulunmuş ve yüksek gelirli ailelerde mutluluk korkusu olduğu tespit edilmiştir. Mutluluk korkusu ile medeni durum değişkeni arasında olumlu bir ilişki olmadığını tespit etmiştir.

Deniz (2023: 73-74) yapmış olduğu çalışmada 13-18 yaş ergenlerin anne-baba yetiştirme tutumları, mutluluk korkusu ve özgüvenli ile ilgili çalışmasında anne-baba çocuk yetiştirme tutumları ile mutluluk korkusu arasındaki ilişkide özgüven rolü olduğunu belirtmiştir. Çocuk yetiştirme tutumu ile mutluluk korkusu arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Ergen bireylerin anne çocuk yetiştirme tutumlarına ilişkin puanlar arttıkça mutluluk korkusunun azalttığı görülmektedir. Özgüven ile mutluluk korkusu arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu ve anne-baba çocuk yetiştirme tutumunun özgüveni, özgüven ise mutluluk korkusunu etkilediğini belirtmiştir. Bu çalışmada mutluluk korkusu cinsiyete göre farklılaşma olmadığı görülmektedir.

Kamalı (2023: 83-84) yaptığı çalışmada genç yetişkinlerde olumlu olayların tadını çıkarma stratejilerinin bağlanma stilleri ve mutluluk korkusu bağlamında ele almış ve bu çalışmada mutluluk korkusunun güvenli ve kaygılı- karasız bağlanma stilleri ile olumlu olayların tadını çıkarma stratejilerinden biri olan azaltıcı stratejiler arasında bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte mutluluk korkusu arttıkça azaltıcı stratejileri kullanma

eğilimi artmaktadır. Genç yetişkin bireylerde güvenli bağlanma arttıkça mutluluk korkusu ve olumlu olayların tadını çıkarmada azaltıcı stratejileri kullanma eğilimleri de azaldığı görülmektedir. Genç yetişkin bireylerde kaygılı-kararsız bağlanma arttıkça mutluluk korkusu artmakta ve bunun sonucunda olumlu olayların tadını çıkarmada azaltıcı strateji kullanma eğilimi arttığı görülmektedir. Mutluluk korkusu, bireylerin mutluluğu tecrübe ederken yaşamış oldukları belirsizlikten kaynaklandığını vurgulamıştır.

Mutluluk korkusu ilgili yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde genel olarak üniversite öğrencileri ve cinsiyetle ilgili çalışmalar yapıldığı görülmektedir. Yapılan bu çalışmalar da mutluluk korkusunun aleksitimi ve depresyonla pozitif yönde anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir. Mutluluk korkusunun kültürden kültüre farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve mutluluk korkusu, batı kültürünün de sosyal değerler puanları düşük ama olumlu duygular yüksek bulunmuştur.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Araştırmanın bu bölümünde genel olarak araştırmanın yöntem ve bazı demografik bilgileri ele alınmaktadır. Bu çalışmada çalışmanın modeli, katılımcıları, veri toplama araçları, çalışmada yer alan ölçek ve bu ölçeklerin verileri çözümlenmesine yönelik bilgi ve verilerin tümü bu bölümde ele alınmaktadır.

3.1.Araştırmanın Modeli

Bu çalışmanın konusu, yetişkinlerde aile ikliminin ile mutluluk korkusunu incelemeyi amaçlamaktadır. Bu çalışmada yapılan verilerin analizleri nicel araştırma türü olan, ilişkisel tarama yöntemi ile ele alınmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin ilişkisel tarama modeli ile ele alınıp, iki ve ya ikiden fazla değişkenin birlikte farklı değişim derecesini elde etmeyi amaçlanmıştır (Kararsar, 2008).

3.2.Katılımcılar

Bu çalışmadaki katılımcılar İstanbul ilinde ikamet eden gönüllü yetişkinler tarafından oluşmaktadır. Katılımcıların 260'ı kadın (% 55.3), 210'u (% 44.7) erkek olmak üzere toplam da 470 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Katılımcılara çevrim içi yollarla İstanbul İlinde ikamet eden 18 yaş üstü yetişkin bireylere uygulanmıştır. Bu çalışmada kolay örneklem yöntemi ile katılımcılar seçilmiş ve ölçekler uygulanıp bu bireyler çalışmaya dahil edilmiştir.

Tablo 4.1: Bireylerin Demografik Özellikleri

Demografik değişkenler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	260	55.3
	Erkek	210	44.7
Yaş	18-22	146	31.1
	23-27	50	10.6
	28-31	67	14.3
	32-35	207	44.0
Büyüdüğünüz yer	Köy-kırsal	77	16.4
	ilçe	91	19.4
	il	302	64.3
Algılanan maddi durum	Düşük	81	17.2
	Orta	280	59.6
	Yüksek	109	23.2
Eğitim durumunuz	İlkokul-ortaokul	60	12.8
	Lise	62	13.2
	Lisans ve lisansüstü	348	74.0
Kardeş sayısı	Tek çocuk	65	13.8
	1-2 kardeş	224	47.7
	3 ve üstü	181	38.5
Medeni durumu	Bekar	256	54.5
	Evli	214	45.5
Aile tipi	Geniş aile	185	39.4
	Çekirdek aile	285	60.6
Aile içi iletişim	İyi	225	47.9
	Orta	186	39.6
	İyi değil	59	12.6
Ebeveyn birliktelik	Evli ve beraber	321	68.3
	Boşanmış	46	9.8
	Evli ama ayrı ev	43	9.1
	Biri vefat etmiş	60	12.8

Psikiyatrik destek	Evet	157	33.4
	Hayır	313	66.6
Ailede Psikiyatrik destek	Evet	153	32.6
	Hayır	317	67.4

Katılımcı bireylerin demografik özellikleri ve frekans yüzdeleri 260 (%55.3) kadın 210 (%44.7) erkek olmak üzere toplam da 470 yetişkin bireye ulaşılmıştır. Araştırmada bireylerin 146 (%31.1) 18-22 yaş, 50 (%10.6) 23-27 yaş, 67 (%14.4) 28-31 yaş, 207 (%44.0) 32-35 yaş aralığındaki bireylerden oluşmaktadır. Bu bireylerin 77 (%16.4) köy-kırsal, 91 (%19.4) ilçe, 302 (%64.3) il den elde edilmiştir. Algılanan maddi durum 81 (%17.2) düşük, 280 (%59.6) orta, 109 (%23.2) yüksek düzeyleri bireylerden oluşmaktadır. Bireylerin eğitim durumu 60 (%12.8) ilköğretim-ortaokul, 62 (%13.2) Lise, 348 (%74.0) Lisans ve lisansüstü oluşturmaktadır. Bireylerin kardeş sayısı 65 (%13.8) Tek çocuk, 224 (%47.7) 1-2 kardeş, 181 (%38.5) 3 ve üstü bireyden elde edilmiştir. Bireylerin medeni durumu 256 (%54.5) Bekar, 214 (%45.5) Evli; aile tipi 185 (%39.4) Geniş aile, 285 (%60.6) Çekirdek aile; aile içi iletişim 225 (%47.9) İyi, 186 (%39.6) Orta, 59 (%12.6) iyi bireylerinde oluşmaktadır. Ebeveyn birliktelik verileri 321 (%68.3) Evli ve beraber, 46 (%9.8) boşanmış, 43 (%9.1) Evli ama ayrı ev, 60 (%12.8) Biri vefat etmiş şeklinde belirtmiştir. Psikolojik destek 157 (%33.4) evet, 313 (%66.6) hayır; ailede psikolojik destek 153 (%32.6) evet, 317 (%67.4) hayır şeklinde belirtmiştir.

3.2. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada Demirci ve diğerleri (2016) tarafından oluşturulan Mutluluk Korkusu Ölçeği ve Gönül ve diğerleri (2018) Aile İklimi Ölçeği bu çalışmada kullanılacaktır. Ayrıca katılımcıların demografik bilgilerini belirlemek adına araştırmacı tarafından bir "Kişisel Bilgi Formu" hazırlanacak ve katılımcılara uygulanmıştır.

3.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Bu araştırmaya katılım gösteren bireylerin demografik özellikleri ölçmek amacıyla araştırmacının hazırladığı kişisel bilgi formu katılımcılara uygulanmıştır. Kişisel bilgi formu ile bireylerin yaş aralığı, cinsiyet, büyüdüğü yer, gelir düzeyi, eğitim durumu,

kardeş sayısı, medeni durum, büyüdüğü aile tipi, aile içi iletişim, ebeveyn birliktelik durumu, psikiyatrik destek alma durumu, ailede psikiyatrik destek alma durumuna yönelik sorularla bilgi toplanmayı amaçlanmaktadır.

3.2.2. Aile İklimi Ölçeği

Björnberg ve Nicholson (2007) tarafından oluşturulan Aile İklim ölçeği, Gönül ve diğerleri (2018) Türkçeye uyarlanmasını yapmıştır. Aile iklimi ölçeği 34 madde, 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Aile ikliminin bu alt boyutlarına yönelik oluşan madde sayıları; aile içi ilişkisel “21 madde”, kuşaklar arası otoriter “7 madde”, ve bilişsel uyum “6 madde” den oluşmaktadır. Aile iklimi ölçeği puanlama biçimi 5’li likert tipi derecelendirmeye sahiptir. “1” kesinlikle katılmıyorum, “2” katılmıyorum, “3” kararsızım, “4” katılıyorum, “5” kesinlikle katılıyorum şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 34 ve en yüksek puan 170 arasında değişmektedir. Aile iklimi ölçeği cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı hesaplanmış ve 34 madde için .91 şeklinde bulunmuştur. Aile iklimi alt boyutlarının kendi içinde güvenirlik değeri aile içi ilişkisel alt boyut için .94, kuşaklar arası otoriter alt boyut için .87 ve bilişsel uyum alt boyut için .87 olarak hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçeğinin geçerliliği için faktör analizinden test edilmiş ve uyum değerleri anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür. Uyumluluk indeksleri yeniden test edilmiştir, χ^2 (df = 519, N = 447) = 1580.97, $p < .001$, $\chi^2/df = 3.046$, RMSEA = .068, GFI = .913, CFI = .918, NNFI = .942. değerleri anlamlı olarak daha iyi hale getirdiği bulunmuştur, (χ^2 fark (8) = 694.5, $p < .001$). (Gönül ve ark., 2018: 164-200). Bu çalışmada kullanılan ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa değeri yeniden hesaplanmış ve aile iklimi ölçeği değeri .92 olarak tespit edilmiştir. Aile iklimi ölçeği alt boyutları olan aile içi ilişkiler iç tutarlılık cronbach alfa değeri .94 kuşaklararası otorite iç tutarlılık cronbach alfa değeri .71 bilişsel uyum iç tutarlılık cronbach alfa değeri .77 olarak yeniden hesaplanmıştır.

3.2.3. Mutluluk Korkusu Ölçeği

Joshanloo (2013) tarafından geliştirilmiş olan Mutluluk Korkusu Ölçeğini Türkçe ’ye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenirliğini çalışmasını Demirci ve diğerleri (2016) tarafından oluşturulmuştur. Mutluluk korkusu ölçeği 5 madde tek boyuttan oluşmaktadır. Mutluluk korkusu ölçeği yetişkin bireylere uygulanmaktadır. Ölçek 7’li likert tipi puanlama derecelendirme şeklindedir. Mutluluk korkusu ölçeği puanlaması “1” kesinlikle katılmıyorum, “7” ise kesinlikle katılıyorum puanlanmaya sahiptir. Mutluluk korkusu

ölçeğinden alınan maksimum puan “35”, minimum puan ise “5” tir. Mutluluk korkusu ölçeği puanları yükseldikçe mutluluk korkusu da artmaktadır. Mutluluk korkusu ölçeği yönelik yapılan geçerlilik analiz sonuçlarına göre uyumunu belirlemek amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda hesaplanan uyum indeksi değerleri kabul edilebilir düzeyde tespit edilmiştir. Mutluluk korkusu ölçeğindeki maddelerin faktör yükleri değerlerine bakıldığında bu oran .71 ile .92 arasında olduğunu tespit etmiştir. Mutluluk korkusu iç tutarlılık güvenirlik katsayısı değerine bakıldığında .90, test- tekrar test güvenirlik katsayısı ise .78 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi sonucunda hesaplanan uyum indeksi değerleri kabul edilebilir düzeyde bulunmuştur ($\chi^2=8,48$, $sd= 4$, $RMSEA=.063$ ($p= 0.077$), $NFI=0,99$, $NNFI=0,99$, $CFI=1,00$, $IFI=1,00$, $RFI=0,98$, $GFI=0,99$, $AGFI=0,98$, $RMR=0,061$, and $SRMR=0,018$), (Demirci ve ark., 2016: 2058). Bu çalışmada kullanılan ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa değeri yeniden hesaplanmış ve .88 değeri bulunmuştur.

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırma, İstanbul ilinin farklı ilçelerinde ikamet eden 18-35 yaş aralığındaki yetişkilere elde edilmiştir. Bu çalışmada kullanılan aile iklimi ölçeği ile mutluluk korkusu ölçeği oluşturan yazarlardan gerekli izinleri araştırma öncesinden alınmış ve 2024 şubat - nisan ayları içerisinde katılımcılara online şekilde uygulanmıştır. Araştırmanın kapsamını açıklayan kısa bilgi verildikten sonra uygulamaları için 20-25 dakika arasında bir süre verilmiştir.

3.4. Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen verilerin analizi için SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Katılımcılara uygulanan Aile İklimi ölçeği ile Mutluluk Korkusu ölçeğinden elde edilen puanlara normallik testi uygulanmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği görülmektedir. Aile iklimi ölçeği toplam puanları ile alt boyutlardan elde edilen toplam puanların normallik testi yapılmış ve basıklık değeri .568 ile .225 arasında çarpıklık değeri ise -.707 ile .113 arasında bulunmuştur. Aile iklimi alt boyut olan aile içi ilişkileri basıklık değeri .068 ile .225 arasında çarpıklık değeri -.740 ile .113 arasında, kuşaklararsı otorite alt boyut basıklık değeri .033 ile .225 arasında çarpıklık değeri -.258 ile .113 arasında, bilişsel uyum alt boyut basıklık değeri -.098 ile .225 arasında çarpıklık değeri -.379 ile .113 arasında bulunmuştur. Mutluluk Korkusu toplam puanların normallik testi yapılmış basıklık değeri -.090 ile .225 çarpıklık değeri .757 ile .113 arasında bulunmuştur. Bachman (2004) göre

normal bir dağılımda basıklık ve çarpıklık değerleri ± 2 arasında bulunan değerler normalliğe uygun olduğunu ifade etmiştir. Bu çalışmada elde edilen verilere bakıldığında normal dağılım gösterdiği söylenebilir. Bu çalışmada ikili değişkenler için (cinsiyet, medeni durum, psikolojik destek, aile psikolojik destek, aile tipi) “İlişkili t-Testi” uygulanmıştır. Bu çalışma da ikiden fazla değişkenler için (yaş, büyüdüğü yer, maddi durum, aile içi ilişkiler, kardeş sayısı, ebeveyn birliktelik durumu, eğitim durumu) için “ANOVA” test analizi uygulanmıştır. Bu araştırmadaki aile iklimi, aile iklimi alt boyutları ve mutluluk korkusu değişkenlerinin birbirleri ile ilişkilerin incelenmesi için Korelasyon katsayısı analizi kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenler üzerindeki yordama düzeyini ortaya koymak amacıyla regresyon analizi kullanılmıştır.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde amaç kişisel bilgi formu ve araştırma da kullanılan ölçeklerin verileri ve verilerin istatistiksel sonucu doğrultusunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Aile iklimi, aile iklimi alt boyutu ve mutluluk korkusu ölçeklerinden elde edilen puanların istatistiksel veriler tablo 4.2’de belirtilmiştir.

Tablo 4.2: Aile İklimi Ölçeği, Aile İklimi Alt Boyutları ve Mutluluk Korkusu Ölçeğine İlişkin Betimsel İstatistiksel Değerler (N=470)

Ölçek	Minimum	Maksimum	Ortalama	Standart S.
Aile İklimi	50.00	160.00	122.02	20.20
Mutluluk korkusu	5.00	35.00	14.69	7.44
Aile İçi İlişkiler	28.00	105.00	81.08	15.82
Kuşaklararası Otorite	7.00	35.00	22.04	4.87
Bilişsel Uyum	6.00	29.00	18.89	4.59

Tablo 4.2’ e bakıldığında aile iklimi ölçeğinden elde edilen puanların aritmetik ortalaması 122.02, standart sapma değeri ise 20.20, aile iklimi alt boyutları olan aile içi ilişkiler aritmetik ortalaması 81.08, standart sapma değeri 15.82, kuşaklararası otorite alt boyut aritmetik ortalaması 22.04, standart sapma değeri 4.87, bilişsel uyum alt boyut aritmetik ortalaması 18.89, standart sapma değeri 4.59, mutluluk korkusu ölçeği aritmetik ortalaması 14.49, standart sapma değeri 7.44 olarak hesaplanmıştır.

Aile İklimi Ölçeği, Aile İklimi Alt Boyutları ve Mutluluk Korkusu Ölçeğin Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu tablo 4.3’te yer almaktadır.

Tablo 4.3: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğın Puanlarının Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu

Değişkenler	Cinsiyet	N	X±S	Sd	t	p
Aile iklimi	Kadın	260	123.61±20.06	468	-0.5	.581
	Erkek	210	120.06±20.25			
Mutluluk korkusu	Kadın	260	14.52±7.60	468	1.8	.059
	Erkek	210	14.90±7.24			

Bireylerin aile iklimi ölçek puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşma olmadığı görülmektedir [$t(468)=-0.5, p>.05$]. Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşma görülmemektedir [$t(468)=1.8, p>.05$].

Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğın Puanlarının Medeni Durum Göre Farklılaşma Durumu tablo 4.4'te bulunmaktadır.

Tablo 4.4: Aile İklimi Ölçeği, Aile İklimi Alt Boyutları ve Mutluluk Korkusu Ölçeğın Puanlarının Medeni Duruma Göre Farklılaşma Durumu

Değişkenler	Medeni durum	N	X±S	Sd	t	p
Aile iklimi	Bekar	256	118.95±21.07	468	-3.6	.000
	Evli	214	125.70±18.49			
Mutluluk korkusu	Bekar	256	15.22±7.43	468	1.7	.089
	Evli	214	14.05±7.41			

Tablo 4.4'e bakıldığında yetişkin bireylerin aile iklimi ölçek puanları medeni durum değişkenine yönelik anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmüştür [$t(468)=-3.6, p<.05$].

Evli bireylerin aile iklimi ($\bar{x}=125.70$) bekar bireylere göre ($\bar{x}=118.95$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları medeni durum değişkenine göre anlamlı farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir [$t(468)=-0.5, p>.05$].

Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğın Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu tablo 4.5'te yer almıştır.

Tablo 4.5: Aile İklimi Ölçeği, Aile İklimi Alt Boyutları ve Mutluluk Korkusu Ölçeğinin Puanlarının Aile Tipi Göre Farklılaşma Durumu

Değişkenler	Aile Tipi	N	X±S	Sd	t	p
Aile iklimi	Geniş aile	185	120.82±19.61	468	-0.1	.886
	Çekirdek aile	285	122.80±20.57			
Mutluluk korkusu	Geniş aile	185	14.63±7.05	468	-1.0	.300
	Çekirdek aile	285	14.05±7.69			

Yetişkin bireylerin aile iklimi ölçek puanları aile tipi değişkenine yönelik yapılan analiz verilerine göre anlamlı bir farklılaşma bulgusu bulunamamıştır [$t(468)=-0.1$, $p>.05$]. Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları aile tipi değişkenine göre yönelik olumlu farklılaşma görülmemektedir [$t(468)=-1.0$, $p>.05$].

Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğinin Puanlarının Psikolojik Desteğe Göre Farklılaşma Durumu tablo 4.6’de ele alınmıştır.

Tablo 4.6: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğinin Puanlarının Psikolojik Desteğe Göre Farklılaşma Durumu

Değişkenler	Psikolojik Destek	N	X±S	Sd	t	p
Aile iklimi	Evet	157	116.70±19.03	468	3.1	.002
	Hayır	313	124.69±19.03			
Mutluluk korkusu	Evet	157	16.22±8.09	468	-4.1	.000
	Hayır	313	13.92±6.97			

Tablo 4.6’ya bakıldığında yetişkin bireylerin aile iklimi ölçek puanları psikolojik destek değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucu görülmüştür [$t(468)=3.1$, $p<.05$]. Hayır cevabı veren bireylerin ($\bar{x}=124.69$) evet cevabı veren bireylere göre ($\bar{x}=116.70$) anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları psikolojik destek alma değişkenine yönelik anlamlı farklılaşma olduğu bulgularında tespit edilmiştir [$t(468)=-4.1$, $p<.05$]. Evet cevabı veren bireyler ($\bar{x}=16.22$), hayır cevabı verenlere göre ($\bar{x}=13.92$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğinin Puanlarının Aile Psikolojik Desteğe Göre Farklılaşma Durumu tablo 4.7’de ele alınmıştır.

Tablo 4.7: Aile İklimi Ölçeği ve Mutluluk Korkusu Ölçeğinin Puanlarının Aile Psikolojik Desteğe Göre Farklılaşma Durumu

Değişkenler	Aile Psikolojik Destek	N	X±S	Sd	t	p
Aile iklimi	Evet	153	118.79±20.60	468	-2.4	.016
	Hayır	317	123.58±19.85			
Mutluluk korkusu	Evet	153	15.79±7.77	468	2.2	.025
	Hayır	317	14.16±7.22			

Tablo 4.7’e bakıldığında yetişkin bireylerin aile iklimi ölçek puanları aile psikolojik destek değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı [$t(468)=-2.4, p<.05$], hayır cevabı veren bireylerin ($\bar{x} =123.58$) evet cevabı veren bireylere göre ($\bar{x} =118.79$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu verilerle elde edilmiştir. Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları aile psikolojik destek alma değişkenine göre anlamlı farklılık görülmüştür [$t(468)=2.2, p<.05$]. Mutluluk korkusu puanlarına göre evet cevabı veren bireyler ($\bar{x} =15.79$), hayır cevabı verenlere göre ($\bar{x} =14.16$) anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Yetişkin Bireylerin Aile İklimi Ölçeğinden Aldığı Puanların Bazı Değişkenlere Göre Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları Tablo 4.8’de verilmiştir.

4.8: Yetişkin Bireylerin Aile İklimi Ölçeğinden Aldığı Puanların Bazı Değişkenlere Göre Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Aile iklimi ölçeği									
D	N	X±S	VK	KT	Sd.	KO	F	p	
Yaş	18-22	146	117.14±20.80	GA	6795.753	3	22.652	5.7	.001
	23-27	50	119.26±20.47	Gİ	184654.888	466	39.625		
	28-31	67	123.34±18.46	T	191450.640	469			
	32-35	207	125.71±20.20						
Büyüdüğü yer	Köy-kırsal	77	110.88±18.03	GA	11460.353	2	5730.177	14.86	.000
	İlçe	91	123.76±18.95	Gİ	179990.287	467	385.418		
	İl	302	124.34±20.21	T	191450.640	469			
Gelir durumu	Düşük	81	108.77±19.05	GA	18057.986	2	9028.993	21.34	.000
	Orta	280	123.85±19.32	Gİ	173392.654	467	371.290		
	Yüksek	109	127.19±19.27	T	191450.640	469			
Eğitim durumu	İlkokul-ortaokul	60	105.51±16.09	GA	18771.801	2	9385.900	25.38	.000
	Lise	62	123.90±17.69	Gİ	172678.839	467	369.762		
	Lisans ve lisansüstü	348	124.54±19.96	T	191450.640	469			
Kardeş	Tek çocuk	65	109.63±15.65	GA	11892.032	2	2	15.46	.000
	1-2 kardeş	224	124.79±20.45	Gİ	179558.608	467	467		
	3 ve üstü	181	123.06±19.80	T	191450.640	469			
Aile iletişim	İyi	225	134.37±13.98	GA	76977.198	2	38488.599	15.7	.000
	Orta	186	114.48±17.00	Gİ	114473.442	467	245.125		
	İyi değil	59	98.71±17.20	T	191450.640	469			
Ebeveyn birliktelik	Evli ve beraber	321	124.05±20.00	GA	11824.512	3	3941.504	10.2	.000
	boşanmış	46	116.13±18.41	Gİ	179626.129	466	385.464		
	Evli ama ayrı ev	43	108.25±15.42	T	191450.640	469			
	Biri vefat etmiş	60	125.55±21.13						

Tablo 4.8'e bakıldığında yetişkin bireylerin aile iklimi ölçeği ortalamaları yaş değişkenine göre olumlu bir biçimde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır [$f(3-469)=5.7, p<.05$]. Yetişkin bireylerin 18-22 yaş aralığındaki bireyler ($\bar{x}=117.14$), 23-27 yaş aralığındaki bireyler ($\bar{x}=199.26$), 28-31 yaş aralığındaki bireyler ($\bar{x}=123.34$), 32-35 yaş aralığındaki bireyler ($\bar{x}=125.71$) ortalamaları hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre 32-35 yaş aralığındaki bireylerin 18-22 yaş aralığı, 23-27 yaş aralığı ve 28-31 yaş aralığı bireyelerine göre aile iklimi puanları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Yetişkin bireylerin aile iklimi ölçeği ortalamaları büyüdüğü yer değişkenine yönelik anlamlı bir biçimde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır [$f(2-469)=14.86, p<.05$]. Bireylerin köy-kırsal ortalamaları ($\bar{x}=110.88$), ilçe ortalamaları ($\bar{x}=123.76$) ve il ortalamaları ($\bar{x}=124.34$) hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre il de bulunan bireyelerin ortalamaları köy-kırsal ve ilçe puan ortalamaları ele alındığında anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

Aile iklimi ölçeği ortalamaları bireyin gelir durumu değişkenine yönelik anlamlı bir biçimde farklılık olduğu bulunmuştur [$f(2-469)=21.34, p<.05$]. Bireyelerin gelir durumu düşük ortalamaya sahip ($\bar{x}=108.77$), orta gelir düzey ortalamaya sahip ($\bar{x}=123.85$) ve yüksek gelir düzey ortalamaya sahip bireyelerin ($\bar{x}=124.34$) puanları hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre yüksek gelir düzeye sahip bireyelerin düşük ve orta gelire göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur.

Bireyelerin aile iklimi ölçek puanları eğitim durumu değişkenine yönelik anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu bulgularında göstermektedir [$f(2-469)=25.38, p<.05$]. İlkokul-ortaokul düzeyindeki bireyelerin ortalaması ($\bar{x}=105.51$), lise düzeyindeki bireyelerin ortalaması ($\bar{x}=123.90$) ve lisans ve lisansüstü bireyelerin ortalaması ($\bar{x}=124.54$) şeklinde hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre lisans ve lisansüstü bireyelerin puan ortalamaları bireyelerin ilkokul-ortaokul ve lise puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu verilerine ulaşılmıştır.

Bireyelerin aile iklimi ölçek puanları kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu görmektedir [$f(2-469)=15.46, p<.05$]. Tek çocuk olan bireyelerin ortalamaları ($\bar{x}=109.63$), 1-2 kardeş olan bireyeler ($\bar{x}=124.79$), 3 ve üstü olan bireyeler

($\bar{x}=123.06$) şeklinde hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre 1-2 kardeşe sahip bireylerin tek çocuk ile 3 ve üstü kardeşe sahip bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Bireylerin aile iklimi ölçek puanları aile iletişim değişkenine yönelik olumlu düzeyde farklılaşma olduğu görülmektedir [$f(2-469)=15.7$, $p<.05$]. Aile iletişimi iyi olan bireyler ($\bar{x}=134.37$), orta olan bireyler ($\bar{x}=114.48$), aile iletişimi iyi değil puanları ($\bar{x}=98.71$), şeklinde hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre aile iletişimi iyi olan bireylerin ortalamaları orta ve iyi değil göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Bireylerin aile iklimi ölçek puanları ebeveyn birliktelik değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir [$f(3-469)=10.2$, $p<.05$]. Ebeveyn evli ve birlikte yaşayan bireylerin ortalaması ($\bar{x}=124.05$), boşanmış bireylerin ortalaması ($\bar{x}=116.13$), evli ama ayrı evde yaşayan bireylerin ortalaması ($\bar{x}=108.25$), ebeveyn biri vefat etmiş bireylerin ortalaması ($\bar{x}=125.55$), şeklinde hesaplanmıştır. Aile iklimi ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre ebeveyni vefat etmiş bireylerin ortalamaları, evli ve birlikte olan, boşanmış olan, evli ama ayrı evde yaşamış bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu veriler sonucunda ulaşılmıştır.

Yetişkin Bireylerin Mutluluk Korkusu Ölçeğinden Aldığı Puanların Bazı Değişkenlere Göre Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları Tablo 4.9'da ele alınmıştır.

Tablo 4.9: Yetişkin Bireylerin Mutluluk Korkusu Ölçeğinden Aldığı Puanların Bazı Değişkenlere Göre Tek Yönlü Varyans Analiz Sonuçları

Mutluluk Korkusu Ölçeği									
D		N	X±S	VK	KT	Sd.	KO	F	p
Yaş	18-22	146	16.93±7.57	GA	1268.138	3	422.713	7.9	.000
	23-27	50	13.04±7.15	Gİ	24693.743	466	52.991		
	28-31	67	15.23±7.6	T	25961.881	469			
	32-35	207	14.69±7.44						
Büyüdüğü yer	Köy-kırsal	77	17.10±6.5	GA	596.990	2	298.495	5.4	.004
	İlçe	91	14.95±7.21	Gİ	25364.891	467	54.315		
	İl	302	14.00±7.44	T	25961.881	469			
Gelir durumu	Düşük	81	17.74±7.22	GA	937.510	2	468.755	8.7	.000
	Orta	280	13.88±7.05	Gİ	25024.371	467	53.585		
	Yüksek	109	14.49±8.02	T	25961.881	469			
Eğitim durumu	İlkokul-ortaokul	60	19.00±6.1	GA	1393.920	2	696.960	13.24	.000
	Lise	62	12.7±6.2	Gİ	24567.961	467	52.608		
	Lisans ve lisans üstü	348	14.29±7.58	T	25961.881	469			
Kardeş sayısı	Tek çocuk	65	19.04±6.6	GA	1468.810	2	734.405	14.0	.000
	1-2 çocuk	224	14.27±7.6	Gİ	24493.071	467	52.448		
	3 ve üstü	181	13.64±6.9	T	25961.881	469			
Aile iletişimi	İyi	225	12.48±6.5	GA	2842.618	2	1421.309	28.71	.000
	Orta	186	15.73±7.5	Gİ	23119.263	467	49.506		
	İyi değil	59	19.81±7.1	T	25961.881	469			
Ebeveyn birliktelik	Evli ve beraber	321	14.14±7.46	GA	643.716	3	214.572	3.9	.008
	boşanmış	46	15.82±6.6	Gİ	25318.165	466	54.331		
	Evli ama ayrı ev	43	18.04±7.9	T	25961.881	469			
	Biri vefat etmiş	60	14.23±6.9						

Tablo 4.9'a bakıldığında yetişkin bireylerin mutluluk korkusu ölçek puan ortalamaları yaş değişkenine göre ele alındığında anlamlı bir biçimde farklılaşma sonucu elde edilmiştir [f(3-469)=7.9, p<.05]. Yetişkin bireylerin 18-22 yaş aralığındaki bireyler (\bar{x} =16.93), 23-27 yaş aralığındaki bireyler (\bar{x} =13.04), 28-31 yaş aralığındaki bireyler (\bar{x} =15.23), 32-35 yaş aralığındaki bireyler (\bar{x} =14.69) ortalamaları hesaplanmıştır. Mutluluk korkusu ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre 18-22 yaş aralığındaki bireylerin puan ortalamaları 23-27 yaş aralığı, 28-31 yaş aralığı ve 32-35 yaş aralığındaki bireylere göre mutluluk korkusu puanları anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yetişkin bireylerin mutluluk korkusu ölçek puan ortalaması büyüdüğü yer değişkenine göre anlamlı bir biçimde farklılaşma sonucu tespit edilmiştir [f(2-469)=5.4, p<.05]. Bireylerin köy-kırsal puan ortalamaları (\bar{x} =17.10), ilçe puan ortalamaları (\bar{x} =14.95) ve il puan ortalamaları (\bar{x} =14.00) şeklinde hesaplanmıştır. Mutluluk korkusu ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına köy- kırsal puan ortalamaları ilçe ve il puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Mutluluk korkusu ölçek puan ortalamaları bireyin gelir durumu değişkenine yönelik olumlu bir biçimde farklılaşma sonucu bulunmuştur [f(2-469)=8.7, p<.05]. Bireylerin gelir durumu düşük ortalamaya sahip (\bar{x} =17.74), orta gelir düzey ortalamaya sahip (\bar{x} =13.88) ve yüksek gelir düzey ortalamaya sahip bireylerin (\bar{x} =14.49) puanları hesaplanmıştır. Mutluluk korkusu ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre düşük gelir düzeyine sahip bireylerin orta ve yüksek gelire göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşma sonucu tespit edilmiştir [f(2-469)=13.24, p<.05]. İlkokul-ortaokul düzeyindeki bireylerin ortalaması (\bar{x} =19.00), lise düzeyindeki bireylerin ortalaması (\bar{x} =12.7) ve lisans ve lisansüstü bireylerin ortalaması (\bar{x} =14.29) şeklinde hesaplanmıştır. Mutluluk korkusu ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlarına göre ilkokul-ortaokul düzeyindeki bireylerin ortalamaları, lise ve lisans- lisans üstü bireylerin ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu görülmektedir [f(2-469)=14.0, p<.05]. Tek çocuk olan bireylerin ortalamaları (\bar{x} =19.04), 1-2 kardeş olan bireyler (\bar{x} =14.27), 3 ve üstü olan bireyler (\bar{x} =13.64) şeklinde hesaplanmıştır. Mutluluk korkusu ölçek puanlarının grup içerisindeki

farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlara göre tek çocuk ortalamaya sahip bireylerin 1-2 kardeş ile 3 ve üstü kardeşi olan bireylere göre olumlu düzeyde yüksek yüksek olduğu verilerle tespit edilmiştir.

Bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanları aile iletişim değişkenine yönelik anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu tespit edilmiştir [$f(2-469)=28.71, p<.05$]. Aile iletişimi iyi olan bireyler ($\bar{x}=12.48$), aile iletişimi orta olan bireyler ($\bar{x}=15.73$), aile iletişimi iyi değil puanları ($\bar{x}=19.81$), şeklinde hesaplanmıştır. Mutluluk korkusu ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlara göre aile iletişimi iyi değil puan ortalamaları iyi ve orta puanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

Mutluluk korkusu ölçek puanlarının ebeveyn birliktelik değişkenine göre olumlu düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır [$f(3-469)=3.9, p<.05$]. Ebeveyn evli ve birlikte yaşayan bireylerin ortalaması ($\bar{x}=14.14$), boşanmış bireylerin ortalaması ($\bar{x}=15.82$), evli ama ayrı evde yaşam bireylerin ortalaması ($\bar{x}=18.04$), ebeveyn biri vefat etmiş bireylerin ortalaması ($\bar{x}=14.23$), şeklinde hesaplanmıştır. Mutluluk korkusu ölçek puanlarının grup içerisindeki farklılığı belirlemek amacıyla Scheffe testi sonuçlara göre ebeveyn evli ama ayrı yaşama puan ortalamaları evli ve birlikte olan, boşanmış olan ve ebeveyni vefat etmiş bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

Aile iklimi ölçeği, aile iklimi alt boyutları ve mutluluk korkusu ölçeği arasındaki ilişki sonuçları Tablo 4.10'da ele alınmıştır.

Tablo 4.10: Aile İklimi Ölçeği, Aile İklimi Alt Boyutları ve Mutluluk Korkusu Ölçeğindeki Puanların Ortalamaları Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1.	2.	3.	4.	5.
<i>Aile İçi İlişkiler</i>	-				
<i>Kuşaklararası Otorite</i>	.155**	-			
<i>Bilişsel Uyum</i>	.574**	.126**	-		
<i>Aile İklimi</i>	.951**	.391**	.707**	-	
<i>Mutluluk korkusu</i>	-.357**	-.186**	-.172**	-.363**	-

**p<.01

Tablo 4.10'a bakıldığında aile iklimi, aile iklimi alt boyutları ve mutluluk korkusu ölçek puan ilişkilerini ortaya koymak üzere yapılan korelasyon analiz sonucunda negatif yönde olumlu bir ilişkinin var olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($r=-.363$, $p<.01$). Yetişkin bireylerin aile iklimi ölçek puanları arttıkça mutluluk korkusu ölçek puanları azalmaktadır. Aile içi ilişkiler alt boyutu, kuşaklararası otorite ($r=.155$, $p<.01$), bilişsel uyum ($r=-.574$, $p<.01$) ve aile iklimi ($r=.951$, $p<.01$) ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki var olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Mutluluk korkusu, aile içi ilişkiler alt boyutu ($r=-.357$, $p<.01$), kuşaklararası otorite ($r=-.186$, $p<.01$), bilişsel uyum ($r=-.172$, $p<.01$) ile negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Yetişkin Bireylerin Aile İkliminin Mutluluk Korkusu Üzerindeki Etkisinin Yordanmasına Dönük Çoklu Regresyon Bulguların Analizi Sonuçları Tablo 4.11'de yer almıştır.

Tablo 4.11: Mutluluk Korkusunun Aile İklimi Üzerindeki Etkisinin Yordanmasına Dönük Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	S.H	β	t	P	İkili r	Kısmi r
Sabit	136.519	1.926		70.888	.000		
Mutluluk korkusu	-.986	.117	-.363	-8.432	.000	-.363	-.363

R= .13 R²= .36

F(1-469)=71.104 P=.000

Aile iklimi ölçeği mutluluk korkusu düzeyini anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($R=0.13$ $R^2= 0.36$ $P<0.001$). Mutluluk korkusu değişkeninin aile iklim ölçek varyansının %36'sını ifade etmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenin aile iklimi ölçeği üzerindeki önemi belirtilmiştir. Regresyon katsayısının anlamlılığına yönelik t testi sonuçları ele alındığında aile iklimi değişkenin mutluluk korkusu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Yetişkin Bireylerin Mutluluk Korkusunun Aile İkliminin Alt Boyutları Üzerindeki Etkisinin Yordanmasına Dönük Çoklu Regresyon Bulguların Analizi Sonuçları Tablo 4.12’de belirtilmiştir.

Tablo 4.12: Yetişkin Bireylerin Aile İkliminin Alt Boyutlarının Mutluluk Korkusu Üzerindeki Etkisinin Yordanmasına Dönük Çoklu Regresyon Bulguların Analizi Sonuçları

Değişken	B	S.H	β	t	P	İkili r	Kısmi r
Sabit	31.577	2.090		15.106	.000		
Aile İçi İlişkiler	-.173	.025	-.368	-7.010	.000	-.357	-.309
Kuşaklararası Otorite	-.208	.066	-.136	-3.145	.002	-.186	-.144
Bilişsel Uyum	.092	.085	.057	1.089	.277	-.172	.050

R= .14 R²= .38
F(3-469)=26.746 P=.000

Tablo 4.12’ye bakıldığında aile iklimi ölçeği alt boyutları olan aile içi ilişkiler ve kuşaklararası otorite mutluluk korkusunu anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($R=0.14$ $R^2=0.13$ $R^2=0.38$, $p<0.001$). Aile içi ilişkiler alt boyutu ile kuşaklararası otorite alt boyutu bu iki değişken birlikte mutluluk korkusu ölçek varyansını %38’ni belirtmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayına (β) göre yordayıcı değişkenlerin mutluluk korkusu üzerindeki öneme bakıldığında; kuşaklararası otorite, aile içi ilişki alt boyutları şeklinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçlarına göre aile iklimi her iki alt boyut değişkenin mutluluk korkusu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu bulgularda tespit edilmiştir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

Bu bölümünde araştırmadaki ulaşılan bulgulara yönelik tartışılmış, yorumlanmış ve öneride bulunulmuştur.

5.1. Genel Değerlendirme ve Tartışma

5.1.1. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Cinsiyete Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu araştırmanın bulgularında elde edilen ilk verilere bakıldığında bireylerin aile iklimi özelliklerinin cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına yönelik yapılan analizlerin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılaşma olmadığı görülmüştür. İlgili alan yazın gözden geçirildiğinde bu araştırma sonucunun destekleyen çalışmalar olduğu görülmektedir. Aile iklimi ile cinsiyet arasında bir farklılaşma olmadığını belirten çalışmalar olduğu tespit edilmiştir. Margalit ve Eysenck (1990: 521), yaptığı çalışmada aile iklimi ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını tespit etmiştir. Akpınar (2021: 42), Daldaban (2021:55), Kaplan (2019: 33), Güneş (2023: 42) Aile ikliminin cinsiyet değişkenine dair yapılan analiz verilerine göre kadın ve erkek bireylerin aile iklimine dair tutumlarının benzer şekilde olduğu ifade edilebilir.

Aile iklimi cinsiyete göre farklılaştığı çalışmalarda mevcuttur. Bulgur (2023:36) bireyin içinde doğduğu ev iklimi ile benlik gelişimine yönelik yaptığı çalışmada kadınları erkek bireylere göre aile iklimi daha anlam olduğu tespit edilmiştir. Yine Turgut (2019: 102), Yılmaz (2020: 92), Yiğit (2019: 45), yaptıkları çalışmalarda aile iklimi cinsiyete göre farklılaşma olduğunu tespit etmiştir. Cinsiyet bakımında aile iklimi puanlarında farklılaşma olmasın da kadın bireylerin erkeklere göre daha sorumluluk sahibi olması ve aile içindeki denge durumunu sağlamasından kaynaklanabilir.

Mutluluk korkusu ile cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına yönelik yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında mutluluk korkusu cinsiyete göre anlamlı farklılaşma olmadığı görülmektedir. Şar ve arkadaşlarının (2019: 389) mutluluk korkusu ile ilgili yaptıkları çalışmada mutluluk korkusu ile cinsiyet arasında bir farklılaşma olmadığını tespit etmiştir. Yine Özen (2019: 58), Tekke ve Özer (2019: 5), Tunç, (2020: 62), Togo ve Caz (2019: 95), Payat ve Öksüz (2022: 633), Özkan (2020: 44) ve Ekşi,

İkiz, ve Başman, (2020: 825) mutluluk korkusu ile ilgili yaptıkları çalışmalarda mutluluk korkusu ve cinsiyet ile ilgili alan yazın gözden geçirildiğinde bu araştırmanın sonucunu destekleyen çalışmaların çoğunlukta olduğu görülmektedir. Bu çalışmada mutluluk korkusunun cinsiyete bağlı bir farklılaşma olmadığı ancak bireyin yaşamış olduğu travma ve korkuların bireyde mutluluk korkusuna neden olduğu söylenebilir. Bu çalışmalar doğrultusunda kadın ve erkek bireylerin mutluluk korkusu algılarını benzer olduğu ve bireyin cinsiyete bağlı değişiklik göstermediği, bireyin yaşamış olduğu deneyimden kaynaklı olabileceği söylenebilir. İlgili alan yazın gözden geçirildiğinde bu çalışmanın sonuçlarını desteklemeyen çalışmalarda mevcuttur. Şibka ve Duman, (2022: 27) mutluluk korkusu ile ilgili yaptığı çalışmada erkeklerin mutluluk korkusu düzey puanların kadınlarındakinden daha yüksek bulunmuştur. Burada mutluluk korkusu cinsiyete göre farklılık göstermekte ki sebep erkeklerin mutluluklarını daha gizli yaşamak istemelerinden kaynaklanabilir.

5.1.2.Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Medeni Duruma Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bireylerin aile iklimi ile medeni durum değişkenine dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi düzeyleri medeni duruma göre farklılaşma olduğu görülmektedir. Bu çalışmada evli bireylerin aile iklimi puanları bekarlar bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Evlilik, birey de sorumluluk bilincini oluşturması, aile içinde iletişim ve uyumu sağlamasından dolayı aile iklimi evli olan bireylerin puanları daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bulğur (2023:38) bireyin içinde doğduğu aile iklimi ile benlik gelişimi ile ilgili yaptığı çalışma sonucunda aile iklimi ile medeni durum arasında anlamlı farklılaşma olduğunu tespit etmiştir. Evli bireylerin aile iklim puanları bekarlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yine Kabasakal ve Aktaş (2021: 152) yaptığı çalışmada aile iklimi ile medeni durumu arasında farklılaşma olduğu tespit etmiştir. Evli bireylerin aile desteği almada, aile içi ilişkiler de bilişsel uyum puanları bekarlara göre daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlar bakıldığında bu çalışmada elde edilen verileri destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Bireylerin mutluluk korkusu ile medeni durum değişkenine dair yapılan analiz veri sonuçlarına göre anlamlı farklılaşma olmadığı görülmektedir. Şibka (2022: 35)

yetişkinlerin mutluluk korkusu ile medeni durum değişkenine dair analiz verilerine göre katılımcıların mutluluk korkusu ile medeni durum değişkeni arasında farklılaşma olmadığı tespit etmiştir. Yine Kulbaş (2022: 1514) özel gereksinimli çocukların olan annelerin mutluluk korkusuna yönelik yapılan çalışmada mutluluk korkusu ile medeni durum değişkenine dair analiz verilerine göre mutluluk korkusu düzeyleri ile medeni durum arasında bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular bu çalışmayı destekler niteliktedir.

5.1.3. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Aile Tipi Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bireylerin aile iklimi ile aile tipi değişkeni dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi ile aile tipi durumuna göre farklılaşmadığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinde yönelik yapılan çalışmada aile iklimi ve iyi oluşa yönelik benlik kurguların rolü çalışmasında aile iklimi ve alt boyutları ile aile tipi değişkenine dair yapılan analiz verilerinde aile iklimi ile aile tipi arasında bir ilişki bulunmamıştır (Turgut, 2019: 57). Aile iklimi aile tipi değişkenine göre farklılaştığı çalışmalarda mevcuttur. Bulgur (2023: 53) bireyin içinde doğduğu aile iklimi ile benlik gelişimine yönelik yaptığı çalışmada aile iklimi ile aile tipi değişkeni arasında bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Geniş aile tipi ile çekirdek aile tipi değişkenlerin puanları tek ebeveynli aile tipi puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Kaplan (2019: 35) yaptığı çalışmada aile ikliminin aile yapısına göre anlamlı bir farklılaşma olduğunu tespit etmiştir.

Yetişkin bireylerin mutluluk korkusu ile aile tipi değişkenine dair yapılan analiz verilerine göre mutluluk korkusu ile aile tipi değişkeni durumuna göre anlamlı farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Koyuncu ve Bülbül (2022: 378) gebelerde mutluluk korkusunun prenatal bağlanma dair yapılan analiz verilerin sonucunda mutluluk korkusu ile aile tipi değişkeni göre farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bireyin yetişmiş olduğu aile biçiminin mutluluk korkusuyla ilişkili olmadığı mutluluk korkusunu bireyin yaşamış olduğu olumsuz deneyimlerden kaynaklı olabileceği söylenebilir.

5.1.4. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Psikolojik Destek Alma Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bireylerin aile iklimi ile psikolojik destek alma değişkenine dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi ile psikolojik destek alma değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir. Buna göre hayır cevabı veren katılımcıların aile iklim düzeyi evet cevabı veren katılımcılara göre olumlu düzeyde yüksek olduğu sonucuna verilerle ulaşılmıştır. Psikolojik destek almayan aile üyelerinin bireysel ve çevresel koşulları olumlu olmasında kaynaklı olduğu düşünülebilir. Kaplan (2019:38) üniversite öğrencilerin algıladıkları aile iklimi ile kuşaklararası ilişkiler ve aile uyumuna yönelik çalışmada psikolojik rahatsızlık ortalamaları ile aile iklimi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu çalışmaya bakıldığında psikolojik rahatsızlık ortamları arttıkça aile ortamının da olumsuz bir şekilde etkilendiği söylenebilir.

Yetişkin bireylerin mutluluk korkusunun psikoloji destek alma değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların mutluluk korkusunun psikolojik destek alma değişkenine göre anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Buna göre evet cevabı veren katılımcıların mutluluk korkusu düzeyi hayır cevabı veren katılımcılara göre daha anlamlı düzeyde yüksek olduğu veriler sonucunda elde edilmiştir. Bu çalışma verilerine göre mutluluk korkusu yaşayan bireylerin psikolojik destek alma ihtiyacı olduğu söylenebilir. Gilbert, McEwan, Catarino, Baiao ve Palmeira (2014:228) yaptıkları çalışma da şefkat korkusu ve mutluluk korkusunun, aleksitimi ve depresyon ile ilişkisini ele almıştır. Bu çalışma da mutluluk korkusunun depresyon, anksiyete ve stresle ilişkili bulunmuştur. Bu çalışmaya göre mutluluk korkusunun psikolojik rahatsızlıkları beraberinde getirdiği ve bireyin psikolojik destek almaya yönlendirdiği söylenebilir.

5.1.5. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Ailede Psikolojik Destek Alma Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bireylerin aile iklimi ile aile psikolojik destek alma değişkenine dair analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi ile aile psikolojik destek alma değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşma bulunmuştur. Buna göre hayır cevabı veren katılımcıların aile iklimi düzeyi evet cevabı veren katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

İlgili alan yazın incelendiğinde aile ikliminin ailede psikoloji destek alma değişkenine göre araştırılarak bu çalışmadaki sonuçlara ulaşan çalışmalara denk gelinememiştir. Alan yazında aile ikliminin psikolojik rahatsızlık ile ilgili çalışmaya yer verilecektir. Kaplan (2019: 42) üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile ikliminin kuşaklararası ilişkiler ve aile uyumuna yönelik araştırmasında psikolojik rahatsızlığı olduğunu ifade eden öğrencilerin aile içi ilişkileri ve bilişsel uyum ilişkisi bulunmuş ve psikolojik rahatsızlığı olduğunu ifade eden bireylerin olumsuz bir aile iklimi algıladıkları belirtmiştir. Bu çalışmalara istinaden olumsuz aile iklimine sahip olmayan bireylerin psikolojik destek almayan ihtiyacı duymayabilir.

Bireylerin mutluluk korkusunun aile psikolojik destek alma değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre bireylerin mutluluk korkusu ölçek puanında aile psikolojik destek alma değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma olduğu söylenebilir. Buna göre evet cevabı veren katılımcıların mutluluk korkusu düzeyi hayır cevabı veren katılımcılara göre anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Bireylerin psikolojik destek almaları onların mutluluk korkusundan kaynaklandığı söylenebilir. İlgili alan yazın ele alındığında Özen (2019: 34), Payat (2021: 67) mutluluk korkusunun aile de psikolojik destek alma değişkeni ile ilgili çalışmalara denk gelinememiştir. İlgili alan yazın gözden geçirildiğinde farklı verilere ulaşan araştırmaların da olduğu görülmüştür. Şibka (2022) yaptığı çalışmada mutluluk korkusunun ailede psikolojik rahatsızlık değişkenine ile göre anlamlı farklılaşma olmadığını tespit etmiştir.

5.1.6. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Yaş Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin aile iklimi ile yaş değişkeni göre değişip değişmediği dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların aile iklim özellikleri yaşa göre farklılık göstermektedir. Buna göre 32-35 yaş üstü katılımcıların 18-22 yaş, 23-27 yaş ve 28-31 yaş aralığı katılımcılara göre aile iklim düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Bu araştırma analizleri sonucunda yaş arttıkça bireylerin aile iklimi düzeylerinde de artış olduğu görülmektedir. Bireyin aile içi iklimi ve uyumu sağlamasından, yaşa bağlı yaşam deneyimlerine sahip olmasından kaynaklı olabilir. Akpınar (2021: 43) genç yetişkinlerde aile iklimi ile duygu durumlarına yönelik yaptığı çalışmada aile ikliminin yaş değişkenine göre değişip değişmediğine dair analiz verilerine göre aile iklimi yaş değişkenine göre farklılaştığını tespit etmiştir. Buna göre 21 ve daha küçük yaş katılımcıların diğer yaş aralığına göre aile iklimi puanları

düşüktür. Bu verilerin sonuçları bu çalışmayı destekler niteliktedir. Aile iklimi yaş değişkenine göre farklılaştığı çalışmalarda mevcuttur. Kaplan (2019: 33), Daldaban (2020: 56) çalışmalarında aile iklimi ile yaş değişkeni arasında bir farklılaşma bulunmamıştır.

Bireylerin mutluluk korkusu ile yaş değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların mutluluk korkusu ile yaş değişkeninin anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Buna göre 18-22 yaş aralığındaki katılımcıların 23-27 yaş, 18-31 yaş ve 32- 35 yaş aralığındaki katılımcılar göre anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu ile mutluluk korkusu düzeyine dair yapılan çalışmada mutluluk korkusu yaş değişkenine göre değişip değişmediğine dair analiz verilerine göre farklılaştığı görülmektedir. 18-25 yaş aralığındaki katılımcıların 26 yaş ve üstü katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Tunç, 2020: 62). Bu çalışmalar doğrultusunda genç yetişkinlerin mutluluk korkusu yüksek bulunmuştur. Bu yaş grubunda mutluluk korkusunun yüksek olması onlarda ergenliğe bağlı oluşan olumsuz duygular ve gelecek beklentisi içinde olmalarında kaynaklı olduğu söylenebilir.

5.1.7. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Büyüdüğü Yer Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bireylerin aile iklimi ile büyüdüğü yer değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi ile büyüdüğü yer değişkenine göre farklılaşma olduğu görülmektedir. Buna göre il de yaşayan katılımcıların köy-kırsal ve ilçe de yaşayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Tuğba (2019) üniversite öğrencilere yönelik aile iklimi ve iyi oluşun benlik aracı rolüne dair çalışmasında aile iklimi alt boyutları ile yetiştiği yer değişkenine yönelik analiz verilerin sonucunda aile iklimi alt boyutu olan kuşaklararası otorite ve aile içi ilişkiler anlamlı bir ilişki olmadığı ancak bilişsel uyum alt boyutu ile yetiştiği yer değişkenine göre anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Geniş aile yapısına sahip bireylerin aile iklimi daha yüksek olduğu görülmüştür. Kaplan (2019:33) üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile iklimi, kuşaklararası ilişkiler ve aile uyumuna yönelik yapılan analiz verilerine göre aile iklimi ve büyüdüğü yer değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşma bulunamamıştır.

Bireylerin mutluluk korkusu ile büyüdüğü yer değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre mutluluk korkusu ile büyüdüğü yer değişkenine göre anlamlı

düzeyde farklılık bulunmuştur. Köy-kırsal yerde büyüyen katılımcıların il ve ilçeye göre mutluluk korkusu daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmanın bulguları sonucunda küçük yerlerde yetişen bireylerin mutluluk korkusu daha fazla olduğu söylenebilir. İlgili alan yazın taraması yapıldığında bu araştırmada ulaşılan bilgilerle aynı sonucu elde etmiş çalışmalara denk gelinememiştir. Şibka (2022: 25) mutluluk korkusuyla bireyin yetiştiği yer değişkenine göre bir sonuca ulaşamamıştır. Yine Yılmaz (2022: 50) yaptığı çalışmada yaşadığı yer değişkeninin mutluluk korkusuyla bir ilişki bulamamıştır.

5.1.8. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Gelir Durumu Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bireylerin aile iklimi ile gelir düzeyi değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına dair yapılan analiz verilerine göre aile iklimi ve gelir düzeyi anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Buna göre gelir düzeyi yüksek olanların orta ve düşük düzeye sahip olanlara göre daha yüksek tespit edilmiştir. Arslan (2021: 55) eğitim düzeyi okul öncesi ve ilkököl olanlara uyguladığı değer odaklı aile eğitim programının anne babalık becerilerine, aile iklimine ve değer odaklı yaşama dair yaptığı çalışmada aile iklimi ve gelir düzeyi değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını yapılan analiz verilerine göre aile iklimi ile gelir düzeyi arasında olumlu bir ilişki olduğu veriler sonucunda ulaşılmıştır.

Bireylerin mutluluk korkusu ile gelir düzeyi değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına dair yapılan analiz verilerine göre mutluluk korkusu ve gelir düzeyi ile farklılaştığını olduğu tespit edilmiştir. Buna göre düşük düzey katılımcıların mutluluk korkusu orta ve yüksek düzeye göre daha yüksek bulunmuştur. Kulbaş (2022: 1520) özel gereksinimli çocuğu olan annelerin mutluluk korkusuna yönelik çalışmada mutluluk korkusu ile gelir düzeyine dair anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Yine Eker (2021: 92) kişilik özellikleri, mutluluk korkusu ve yalnızlık değişkenlerine dair yapılan çalışmada mutluluk korkusu ile gelir düzeyi değişkenlerine göre anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Üniversite öğrencilerin düşük gelire sahip bireylerin yüksek gelire göre mutluluk korkusu daha fazla olduğu görülmektedir.

5.1.9. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Eğitim Durumu Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin aile iklimi ile eğitim durumu değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığına dair yapılan analiz verilerine göre aile iklimi ve eğitim durumu değişkeni göre farklılaştığı sonucu veriler doğrultusunda bulunmuştur. Buna göre eğitimi lisans ve lisansüstü olan katılımcıların ilkökul-ortaokul ve lise düzeyine göre daha yüksek bulunmuştur. Akpınar (2021:59) genç yetişkinlere yönelik yaptığı çalışmada aile ikliminin duygu duruma yönelik sahte benlik algısına dair yapılan analiz verilerine göre aile iklimi ile eğitim seviyelerine göre anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Lise mezunu katılımcıların ortalamaları diğer katılımcılara göre daha düşük olduğu veriler sonucunda ulaşılmıştır.

Bireylerin mutluluk korkusu ile eğitim düzeyi değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre mutluluk korkusu ile eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu analizler sonucunda ulaşılmıştır. Buna göre ilkökul-ortaokul düzeyindeki katılımcıların lise ve lisans-lisansüstü katılımcılara göre olumlu düzeyde farklılaşma sonucuna ulaşılmıştır. Erkoç, Lotfi ve Danış (2021:179) aile uyumu, mutluluk korkusu ve psikolojik iyi oluşa dair yapılan analiz verilerine mutluluk korkusu ile eğitim durumu değişkenine göre anlamlı farklılaşma olduğunu tespit etmiştir. Lisansüstü katılımcıların diğer katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Kulbaş (2022: 1514) özel gereksinimli çocuğu olan annelerin mutluluk korkusu ve şükran düzeylerine yönelik yapılan analiz verilerine göre mutluluk korkusu ile eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşma olduğunu belirtmiştir. Buna göre ortaokul öğrenimine sahip katılımcıların ortalamaları lise ve üniversite düzeyine göre düşük bulunmuştur.

5.1.10. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin bireylerin aile iklimi ile kardeş sayısı değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi ve kardeş sayısı değişkeni göre farklılaştığını söylemek mümkündür. Buna göre kardeş sayısı 1-2 kardeş olan katılımcıların tek çocuk ile 3 ve üstü kardeşe sahip katılımcılara göre anlamlı düzeyde

yüksek olduğu veriler sonucunda tespit edildiği söylenebilir. Kaplan (2019:35) üniversite öğrencilerin algıladıkları aile iklimi kuşaklararası ilişkiler ve aile uyumuna dair çalışmasında aile iklimi ile kardeş sayısı arasında bir ilişki olduğu ve tek çocuk olan katılımcıların göre aile iklimi anlamlı düzeyde negatif algılanmaktadır.

Yetişkin bireylerin mutluluk korkusu ve kardeş sayısı değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların mutluluk korkusu ve kardeş sayısı değişkeni göre farklılaştığını söylenebilir. Buna göre kardeş sayısı tek çocuk olan katılımcıların 1-2 kardeş ile 3 ve üstü kardeşe sahip katılımcılara göre daha olumlu olduğu verilerle elde edilmiştir. Erkoç, Lotfi ve Danış (2021:179) aile uyumu, mutluluk korkusu ve psikolojik iyi oluşa dair yapılan analiz verilerine göre mutluluk korkusu ile çocuk sayısına göre anlamlı farklılaşma olduğu tespit etmiştir. 4 ve üstü katılımcıların diğer gruplara göre anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Mutluluk korkusu kardeş sayısı değişkenine göre farklılaşmanın olmadığı çalışmalarda mevcuttur. Tunç (2020: 63) yaşam doyumu ile mutluluk korkusu değişkenlerine dair yaptığı çalışmada mutluluk korkusu ile kardeş sayısı arasında bir ilişki olmadığını tespit etmiştir.

5.1.11. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Aile İçi İletişim Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yetişkin Bireylerin aile iklimi ile aile iletişim değişkenine dair analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi ile aile iletişim değişkenine yönelik anlamlı biçimde farklılaşma sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre aile iletişimi iyi olan katılımcıların orta ve iyi değil düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaştığı görülmektedir. Kaplan (2019:38) aile içi ilişkilerde anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu ve olumsuz ilişki daha yüksek tespit etmiştir. Akpınar (2021:62) aile iklimi ile duygu durumları arasında sahte benlik algısını rolü çalışmasında aile iklimi alt boyutu olan aile içi ilişkisellik de iletişimin rolünün önemli olduğu olumlu aile içi iletişimin ailedeki rolleri ve ailenin işlevine olumlu biçimde yansımalarının olacağını belirtmiştir. Kalyencioğlu (2007:48) aile ilişkileri ve iletişime dair bulguların sonucuna bakıldığında aile içinde anne, baba ve kardeşler arasında sağlıklı ilişkinin olması ailede etkili iletişim devamının sağlanacağını belirtmiştir.

Bireylerin mutluluk korkusu ile aile iletişim değişkenine dair analiz verileri sonuçlarına göre mutluluk korkusu ile aile iletişim değişkenine farklılaşp farklılaşmadığını dair analiz

verilerine göre anlamlı bir biçimde farklılaştığı söylemek mümkündür. Buna göre aile iletişimi iyi değil cevabını veren katılımcıların iyi ve orta cevaplara göre daha yüksek bulunduğu söylenebilir. Elmas (2022: 149) yaşam doyumu, ilişkiler ile ilgili bilişsel çarpıtmalar ve psikolojik kırılganlığın mutluluk korkusuna yönelik çalışmada mutluluk korkusunu etkileyen faktörlere bakıldığında bireyin bilişsel çarpıtmaları ve psikolojik kırılganlık düzeylerinin belirlenmesi bireyler arasında etkili iletişimin kurulması ve olumlu ilişkilerin oluşturulması gerektiğini belirtmiştir.

5.1.12. Yetişkinlerin Aile İklimi ve Mutluluk Korkularının Ebeveyn Birliktelik Değişkenine Göre Farklaşıp Farklaşmadığına Dair Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bireylerin aile iklimi ile ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığına dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların aile iklimi ile ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre farklılaştığı söylenebilir. Buna göre ebeveynleri vefat etmiş katılımcıların evli ve birlikte olan, boşanmış, evli ama ayrı evde yaşamış katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aile iklimi ve ebeveyn birliktelik değişkenine göre farklılaşmadığı çalışmalarda mevcuttur. Yılmaz (2020:98) e-spor oyuncularının algıladıkları sosyal destek, aile iklimi ve yetişkin bağlanma stillerinin oyun bağılısı üzerinde yapılan analiz verilerine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Bireylerin mutluluk korkusu ile ebeveyn birliktelik durumu değişkenine göre değişip değişmediğine dair yapılan analiz verilerine göre katılımcıların mutluluk korkusu ile ebeveyn birliktelik durumu değişkeninin farklılaştığını tespit etmiştir. Buna göre ebeveynlerin evli ama ayrı yaşayan katılımcıların, ebeveyn vefat etmiş, evli birlikte olan ve boşanmış bireylere göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

5.1.13. Yetişkinlerin Aile İklimi, Aile İklimi Alt Boyutlarıyla Mutluluk Korkusu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu aile iklimi puanları ile mutluluk korkusu puanları arasında negatif yönde olumlu ilişki olduğu görülmektedir. Aile iklimi puanları arttıkça mutluluk korkusu puanları düşük olduğu görülmektedir. Aile iklimi puanları ile aile iklimi alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucu verilerle ulaşılmıştır. Aile iklimi alt boyutu ile mutluluk korkusu puanları arasında negatif yönde ilişki olduğu

tespit edilmiştir. Mutluluk depresif, kaygı gibi olumsuz duygularla negatif ilişki olduğu belirtilmiş, nevrotik kişilik özelliğine sahip bireylerin mutluluk düzeyleri ile negatif ilişki olduğu tespit edilmiştir (Diener vd., 1999: 279). Bu verilerin sonuçları dikkate alındığında olumlu ve sağlıklı aile ikliminde yetişen bireylerin mutluluk korkularının daha az olduğu söylenebilir.

Payat (2021: 77) yaptığı çalışmada bireyin mutluluk korkusunun farkındalık, empati depresyon, özeleştirici anksiyete gibi duygularla etkilendiği sonucuna vardığını ve bireylerin mutluluk korkusunun evlilik kaygısı ile stres ve anksiyete ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Özkan (2020: 44) yaptığı çalışmada mutluluk korkusu, aile ilişkisi ve sosyal uyum ve antisosyal kişilik özellik ile ilişkiyi ele aldığı ve mutluluk korkusu ile olumsuz yönde orta düzeyde anlamlı bir ilişki sonucuna veriler doğrultusunda ulaşılmıştır. Erkoç ve diğerlerin (2021: 177), aile uyumu ile mutluluk korkusuna yönelik yaptığı çalışmada aile uyumu ile mutluluk korkusu arasında negatif yönde düşük bir ilişki olduğu veriler sonucunda tespit etmiştir. Bu veriler sonucunda bireylerin uyumlu bir aile ortamına sahip olması ve birey üzerindeki olumsuz etkilerin yok edilmesi, bireyin mutluluk korkusunu azaltmaya yönelik bir olumlu bir etki oluşturacağı söylenebilir.

5.1.14. Aile İkliminin Mutluluk Korkusu Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışmada Aile iklimi ölçeği mutluluk korkusu düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu görülmektedir. Mutluluk korkusu değişkeninin aile iklim ölçek varyansının %36'sını ifade etmektedir. Aile iklimi değişkeninin mutluluk korkusu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Yiğit (2023: 40) aile uyumu ile mutluluk korkusu ölçeğinin yapılan analiz sonuçlarına göre aile uyumu ile mutluluk korkusuna yönelik yordayıcı olmadığını belirtmiştir. Aile uyumu, mutluluk korkusunu yordamadığını ifade etmiştir. Mutluluk ve mutluluk korkusu bireyin içinde bulunduğu aile ortamından etkilendiğini ifade etmiştir.

5.1.15. Mutluluk Korkusunun Aile İklimi Alt Boyutları Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin Tartışılması ve Yorumlanması

Aile iklimi ölçeği alt boyutları olan aile içi ilişkiler ve kuşaklararası otorite mutluluk korkusunu anlamlı bir şekilde etkilediği görülmektedir. Adı geçen iki değişken birlikte

mutluluk korkusu ölçek varyansını %38'ni açıklamaktadır. Mutluluk korkusu üzerindeki önem sırası; kuşaklararası otorite, aile içi ilişki alt boyutları şeklindedir. Aile iklimi her iki alt boyut değişkenin mutluluk korkusu üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Mutluluk korkusunun bireyler üzerinde olumsuz etkilerin yok edilmesi, uyumlu aile yapıları ve bireylerin psikolojik iyilikler ve ayrıca aile ve toplum üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Yapılan analiz verilerin sonuçlarına göre aile uyumu ve mutluluk korkusunun anlamlı yordayıcıları olduğunu belirtmektedir (Erkoç, Lotfi ve Danış, 2021:180).



ALTINCI BÖLÜM

SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1.Sonuçlar

Bu bölümde araştırmanın sonucunda elde edilen bulgulara yönelik genel sonuçlar yer almaktadır.

1. Bu çalışmada cinsiyet değişkeni bakımından ele aldığımızda kadın ve erkek bireylerin aile iklimi ve mutluluk korkusu göre farklılık bulunmamıştır.
2. Aile iklimi ve mutluluk korkusu arasında negatif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir
3. Bu çalışmada medeni duruma bakımından ele aldığımızda evli bireylerin aile iklimi bekar bireylere göre daha fazla bulunmuştur.
4. Bu çalışmada medeni duruma bakımından ele aldığımızda evli bireylerin mutluluk korkusu bekar bireylere göre bir fark bulunmamıştır.
5. Bu çalışmada aile tipi bakımından aile iklimi ve mutluluk korkusu değişkeninde bir fark bulunmamıştır.
6. Bu çalışmada psikolojik destek bakımından ele aldığımızda hayır cevabı veren bireylerin aile iklimi evet cevabı veren bireylere göre daha fazla bulunmuştur.
7. Bu çalışmada psikolojik destek bakımından ele aldığımızda evet cevabı veren bireylerin mutluluk korkusu hayır cevabı veren bireylere göre daha fazla bulunmuştur.
8. Bu çalışmada aile psikolojik destek bakımından ele aldığımızda hayır cevabı veren bireylerin aile iklimi hayır cevabı veren bireylere göre daha fazla bulunmuştur.
9. Bu çalışmada aile psikolojik destek bakımından ele aldığımızda evet cevabı veren bireylerin mutluluk korkusu hayır cevabı veren bireylere göre daha fazla bulunmuştur.
10. Yaşı 32-35 olan bireylerin diğer yaş aralıklarına kıyasla daha fazla aile iklimi düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.
11. Yaşı 18-22 olan bireylerin diğer yaş aralıklarına kıyasla daha fazla mutluluk korkusu düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir.
12. Bu çalışmada büyüdüğü yer değişkenine göre il de yaşayanların aile iklimi daha yüksek bulunmuştur.
13. Bu çalışmada büyüdüğü yer değişkenine göre köy-kırsal de yaşayanların mutluluk korkusu daha yüksek bulunmuştur.

14. Bu çalışmada gelir durumu değişkenine göre yüksek düzeyli olanların aile iklimi daha yüksek bulunmuştur.
15. Bu çalışmada gelir durumu değişkenine göre düşük düzeyli olanların mutluluk korkusu daha yüksek bulunmuştur.
16. Bu çalışmada bireyin eğitim durumu değişkenine göre lisans ve lisans üstü olanların aile iklimi daha yüksek bulunmuştur.
17. Bu çalışmada bireyin eğitim durumu değişkenine göre ilkokul-ortaokul olanların mutluluk korkusu daha yüksek bulunmuştur.
18. Bu çalışmada bireylerin kardeş sayısı değişkenine göre 1-2 kardeş olanların aile iklimi daha yüksek bulunmuştur.
19. Bu çalışmada bireylerin kardeş sayısı değişkenine göre tek çocuk olanların mutluluk korkusu daha yüksek bulunmuştur.
20. Bu çalışmada bireylerin aile içi iletişim değişkenine göre iyi cevabı veren katılımcıların aile iklimi daha yüksek bulunmuştur.
21. Bu çalışmada bireylerin aile içi iletişim değişkenine göre iyi değil cevabı veren katılımcıların mutluluk korkusu daha yüksek bulunmuştur.
22. Bu çalışmada bireylerin ebeveyn birliktelik değişkenine göre biri vefat etmiş veren katılımcıların aile iklimi daha yüksek bulunmuştur.
23. Bu çalışmada bireylerin ebeveyn birliktelik değişkenine göre evli ama ayrı ev cevabı veren katılımcıların mutluluk korkusu daha yüksek bulunmuştur.
24. Bu çalışmada aile iklimi değişkenin, mutluluk korkusu puanı üzerinde anlamlı bir ilişki olduğu görülmekte ve mutluluk korkusu aile iklimi değişkenini % 36 olduğu tespit edilmiştir.
25. Bu çalışmada aile iklimi alt boyut olan aile ilişkileri, kuşaklararası otorite değişkenin, mutluluk korkusu puanı üzerinde anlamlı bir ilişki olduğu görülmekte ve aile iklimi alt boyutu değişkenlerin mutluluk korkusunu %38 olduğu tespit edilmiştir.

6.2.Öneriler

Araştırma sonucunda aile alanında araştırma yapacak bireylere, yetişkinlerle çalışan danışmanlara ve aile yönelik toplumsal kurumlara yönelik önerilerde bulunmuştur.

6.2.1. Araştırmacılara yönelik öneriler

- ❖ Bu araştırma İstanbul ilinde yaşayan 470 yetişkin birey üzerinde uygulanmıştır. Bu araştırmanın Türkiye'nin farklı bölgelerine ve farklı sosyo-ekonomik düzeyde bireylere uygulanabileceği önerilir.
- ❖ Aile iklimi ölçeği, evli bireylere yönelik kullanıldığı araştırmalara ağırlık verilebilir.

6.2.2. Uygulayıcılara yönelik öneriler

- ❖ Bu çalışmada mutluluk korkusu olumsuz sonuçları için bireylere yönelik psiko-eğitim programı uygulamalı ve duyguları olumlu yönde etki etmesi sağlanmalıdır.
- ❖ Aile içi ilişkiler, aile uyumu ve aile içi ilişkilerde düzenin az olduğu olumlu bir aile iklimi oluşturmak ve ayrıca aile kurumunun sürekliliğini sağlanması açısından olumlu bir psiko-eğitim süreci ile bireyin aile iklimi, kuşaklararası ilişkileri ve aile uyumunun önemi vurgulanabilir.
- ❖ Yetişkin bireylerde mutluluk korkusunda kaynaklı olumsuz duygu, depresyon, stres ve anksiyete ortaya çıkması ve bunları önlemeye yönelik eğitim programları, sakin ve huzurlu olmaya dayalı terapi ve psiko-eğitim programları uygulanabilir.

6.2.3. Politika yapıcılara yönelik öneriler

- ❖ Aile kurumunun iyileşmesi toplumsal ve kültürel bir etki olacağı ve rehabilite edici bir hizmet sunulması amaçlanabilir.
- ❖ Aile danışmanların, ailelerin ihtiyaçlarını belirlemek ve bu ihtiyaçları doğrultusunda uygulamalı toplumsal eğitim programları hazırlanması buna yönelik aile kurumuna hizmet sunulması amaçlanabilir.

KAYNAKÇA

- Achor, S. (2020). *Mutluluk avantajı: pozitif düşünme yöntemiyle başarıyı yakalama*. (1.basım). İstanbul: Maltepe Üniversitesi Kitapları.
- Akın, A., ve Akın, Ü. (2015). Psikolojide güncel kavramlar I-Pozitif psikoloji. İçinde A. Akın (ed.) *Öznel İyi Olma* (Ss. 1-10). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Akpınar, Ş. N. (2021). *Genç yetişkinlerde aile iklimi ile duygu durumları arasında sahte benlik algısının aracı rolü* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Arslan, A. (2021). *Okul öncesi ve ilkokullarda uygulanan değer odaklı aile eğitim programının anne babalık becerilerine, aile iklimine ve değer odaklı yaşama etkisi*. (Doktora tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Arslantürk, Z., ve Amman, M. T. (2008). *Sosyoloji, Kavramlar, Süreçler, Kurumlar, Teoriler*. (8.baskı). İstanbul: Çamlıca Yay.
- Atak, H., ve Çok, F. (2010). İnsan yaşamında yeni bir dönem: Beliren yetişkinlik. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 17(1), 39-50.
- Bachman, L. F. (2004). *Statistical analyses for language assessment book*. (2. Baskı). Cambridge University Press.
- Bahar, H. İ. (2009). *Sosyoloji* (Vol. 31). (3.baskı). Ankara: Uşak yayınları.
- Başgöze, P., ve Bayar, N. (2015). Eko otellerden hizmet satın alımında kuşaklar arası farklılaşmalar üzerine bir çalışma. *Sosyoekonomi*, 23(24), 118-130.
- Bekman, S. ve A. Aksu-Koç, (2013). *İnsan Gelişimi, Aile ve Kültür: Farklı Bakış Açıları* (Doktora tezi, ed.) İstanbul, Koç Üniversitesi Yayınları.
- Belen, H., & Barmanpek, U. (2020). Fear of happiness & subjective well-being: Mediating role of gratitude. *Turk. Stud*, 15(3), 1561-1571.
- Bernard, C., & Shea, J. (Eds.). (2014). *Family: Heart of Humanity*. Cambridge Scholars Publishing.

- Björnberg, Å., & Nicholson, N. (2007). The family climate scales—Development of a new measure for use in family business research. *Family Business Review*, 20(3), 229-246.
- Blanchflower, D. G. (2009). International evidence on well-being. In *Measuring the subjective well-being of nations: National accounts of time use and well-being* (pp. 155-226). University of Chicago Press.
- Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2004). Well-being over time in Britain and the USA. *Journal of public economics*, 88(7-8), 1359-1386.
- Brakus, J. J., Chen, W., Schmitt, B., & Zarantonello, L. (2022). Experiences and happiness: The role of gender. *Psychology & Marketing*, 39(8), 1646-1659.
- Bronfenbrenner, U. (1986). *Ecology of the family as a context for human development: Research perspectives*. *Developmental Psychology*, 22(6), 723–742
- Bryant, F. B., & Veroff, J. (2017). *Savoring: A new model of positive experience*. Psychology Press.
- Bulgur, S. (2023). *Bireyin içine doğduğu aile iklimi ile benlik gelişimi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Demiroğlu Bilim Üniversitesi, İstanbul.
- Burger, M.J. (2006). *Kişilik* (Çev.: İ.D.E. Sarıoğlu). (1.Baskı). İstanbul. Kaknüs Yayınları.
- Canatan, K., ve Yıldırım, E. (2013). *Aile Sosyolojisi*, (4. Baskı). İstanbul: Açılım Kitap.
- Cantero-García, M., & Alonso-Tapia, J. (2017). Evaluation of the family climate created by the management of behavioral problems, from the perspective of the children. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(2), 259-280.
- Chandran, A., & Nair, B. P. (2015). Family climate as a predictor of emotional intelligence in adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 41(1), 167-173.
- Conceição, P., & Bandura, R. (2008). Measuring subjective wellbeing: A summary review of the literature.
- Conoley, C. W., & Conoley, J. C. (2017). Pozitif psikoloji ve aile terapisi (1. Baskı). *T. Sarı, TS Çolak, E. Tunç, Ü. Kaynak, FT Aydın, Çev.*, Anı Yayıncılık (Orijinal eserin basım tarihi 2009).

- Csikszentmihalyi, M. (2009). The promise of positive psychology. *Psihologijske teme*, 18(2), 203-211.
- Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience* (Vol. 1990, p. 1). New York: Harper & Row.
- Çapcıoğlu, İ. (2018). Sekülerleşen Toplumda bireyselleşen aile. *Turkish Studies*, 13(2), 19-34.
- Çelebi, G. Y., ve Çelebi, B. (2020). Bireylerin Mutluluk Düzeylerinin Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Academic Review of Humanities and Social Sciences*, 3(1), 179-189.
- Çetin, S., ve Polat, S. (2021). Ortaokul Öğretmenlerinin Örgütsel Adalet Algı Düzeyleri İle Örgütsel Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(1), 171-182. <https://doi.org/10.33206/mjss.800081>
- Daldaban, E. (2021). *Üniversite öğrencilerinin romantizm ve eş seçimi tutumları ile aile iklimi arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Demir, R., ve Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.
- Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D. ve Kardaş, S. (2016). Mutluluk Korkusu Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirliği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(4), 2057-2072.
- Deniz, M. D. (2023). *Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutumları İle Mutluluk Korkusu Arasındaki İlişkide Özgüvenin Aracılık Rolünün İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34-43
- Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of personality and social psychology*, 68(4), 653-663.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological science*, 7(3), 181-185.

- Diener, E., Napa Scollon, C., & Lucas, R. E. (2009). The Evolving Concept of Subjective Well-Being: The Multifaceted Nature of Happiness. *Social Indicators Research Series*, 67–100. . https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_4
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2009). *Subjective Well-Being: The Science of Happiness and Life Satisfaction. The Oxford Handbook of Positive Psychology*, 186–194.
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature human behaviour*, 2(4), 253-260.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276-302.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Eğrioğlu F. (2019). Psikolojinin mutluluğa bakışı. Gülbeniz A. ve Gülnaz K. (Ed.), *Adı Mutluluk: Farklı Disiplinlerde Mutluluk Kavramına Bakış* (Ss. 35-37) içinde Çınaraltı Yayınları.
- Eid, M. & Diener, E. (2001). Norms for experiencing emotions in different cultures: Inter- and international differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(5), 869–885.
- Eker, M. (2021). *Kişilik özellikleri, mutluluk korkusu ve yalnızlık arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Düzce Üniversitesi, Düzce.
- Ekşi, H. İkiz, K. ve Başman, M. (2020) Üniversite Öğrencilerinin Mutluluk Korkusu ve Duygularını İfade Etme Becerileri Arasındaki İlişkide Öz Duyarlılığın Aracı Rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 28(2), 820-829.
- Ekvall, G. (1996). Organizational climate for creativity and innovation. *European journal of work and organizational psychology*, 5(1), 105-123.
- Elmas, İ. (2022). Yaşam doyumu, ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ve psikolojik kırılganlığın öğretmenlerin mutluluk korkusu ile ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(1), 147-156.

- Erkoç, B., Lotfi, S., ve Danış, M. Z. (2021). Aile uyumu, mutluluk korkusu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin tespit edilmesine yönelik bir araştırma. *Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Arşivleri*, 8(3), 175-181.
- Ersevım, İ. (2008). Aile Tedavisi, Örnekleriyle Türleri, Felsefesi ve Terapisi. (1.basım). İstanbul: Özgür Yayınları
- Eryılmaz, A. (2009). Ergen öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(4), 975-989.
- Eryılmaz, A., ve Ercan, L. (2011). Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(36), 139-151.
- Feyzioğlu, S., ve Kuşçuoğlu, C. (2011). Tek ebeveynli aileler. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 26(26), 97-110.
- Fisher, C. D. (2010). Happiness at work. *International journal of management reviews*, 12(4), 384-412.
- Fuligni, A. J. (1998). Authority, autonomy, and parent–adolescent conflict and cohesion: A study of adolescents from Mexican, Chinese, Filipino, and European backgrounds. *Developmental psychology*, 34(4), 782.
- Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology?. *Review of general psychology*, 9(2), 103-110.
- Gencer, N. (2018). Öznel İyi Oluş: Genel Bir Bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 2621-2638.
- Gilbert, P., McEwan, K., Catarino, F., Baião, R., & Palmeira, L. (2014). Fears of happiness and compassion in relationship with depression, alexithymia, and attachment security in a depressed sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 53(2), 228-244.
- Goldberg, I., & Goldberg, H. (2008). *Family therapy: An overview*.
- Gökler, I. (2008). *Sistem yaklaşımı ve sosyal-ekolojik yaklaşım çerçevesinde oluşturulan kavramsal model temelinde kronik hastalığı olan çocuklar ve ailelerinde psikolojik uyumun yordanması*. (Doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Gönül, B., Işık-Baş, H. ve Şahin-Acar, B. (2018). Aile İklimi Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması ve psikometrik açıdan incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 8(50), 165-200.
- Güler, D., ve Ulutak, N. (1993). Aile Kavramının Tarihsel Gelişimi ve Türk Toplum: Yaşantısında Aile. *Kurgu*, 11(1), 50-75.
- Güneş, A. (2023). *Üniversite öğrencilerinin aile iklimi alguları ile manevi iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Hallaç, S., ve Öz, F. (2014). Aile kavramına kuramsal bir bakış. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(2), 142-153.
- Headey, B., & Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social psychology*, 57(4), 731-739.
- Hektner, J. M., & Csikszentmihalyi, M. (1996). A longitudinal exploration of flow and intrinsic motivation in adolescents.
- Hogg, M. A., ve Vaughan, G. M. (2011). Sosyal Psikoloji (2. Baskı), Çeviri: Yıldız İ, Gelmez A. *Ütopya Yayınevi, Ankara*.
- <https://sozluk.gov.tr/> (2024).
- İçli, G. (1997). Aile Araştırmalarında Yöntem ve Yaklaşım. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 59-68.
- İşleroğlu, S. (2012). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluşun benlik saygısı, sosyal yetkinlik beklentisi ve duyguları ifade etme eğilimine göre yordanması*. (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Joshanloo, M. (2013). The influence of fear of happiness beliefs on responses to the satisfaction with life scale. *Personality and Individual Differences*, 54(5), 647-651.
- Joshanloo, M., & Weijers, D. (2014). Aversion to happiness across cultures: A review of where and why people are averse to happiness. *Journal of happiness studies*, 15(3), 717-735.

- Joshanloo, M., Lepshokova, Z. K., Panyusheva, T., Natalia, A., Poon, W. C., Yeung, V. W. L., ... & Jiang, D. Y. (2014). Cross-cultural validation of fear of happiness scale across 14 national groups. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 45(2), 246-264.
- Kabasakal, Z., ve Aktaş, A. (2021). Covid-19 pandemi sürecinde bireylerin sosyal destek ve aile iklimi algılarının incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12(1), 145-157.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2019). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikolojide kuram ve uygulamalar*. İstanbul: Koç Üniversitesi.
- Kalyencioğlu, H. D. (2007). Uyum düzeyi düşük olan ve olmayan lise öğrencilerinin aile işlevi algıları. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kamalı, R. (2023). *Genç yetişkinlerde olumlu olayların tadını çıkarma stratejilerinin bağlanma stilleri ve mutluluk korkusu bağlamında incelenmesi*. (Doktora tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kaplan, M. (2019). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları aile iklimi, kuşaklararası ilişkiler ve aile uyumunun değerlendirilmesi. (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi (24. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karataş, K. (2001). Toplumsal değişme ve aile. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 12(2), 89-98.
- Kasapoğlu, A., ve Karkıner, N. (2011). Aile sosyolojisi. *TC Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını*, 111. (1.baskı)
- Keser, A. (2018). İşte Mutluluk Araştırması. *Paradoks Ekonomi Sosyoloji ve Politika Dergisi*, 14(1), 43-57.
- Koyuncu, S. B., ve Bülbül, M. (2022). Gebelerde Mutluluk Korkusunun Prenatal Bağlanma ve Bazı Sosyo-Demografik Faktörler İle İlişkisi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 31(3), 378-382.
- Kulbaş, E. (2022). Özel Gereksinimli Çocuğu Olan Annelerin Mutluluk Korkusu ve Şükran Düzeylerinin İncelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(3), 1501-1527.

- Kurdek, L. A., & Fine, M. A. (1993). The relation between family structure and young adolescents' appraisals of family climate and parenting behavior. *Journal of Family Issues, 14*(2), 279-290.
- Lambert, L., Draper, Z. A., Warren, M. A., Joshanloo, M., Chiao, E. L., Schwam, A., & Arora, T. (2021). Conceptions of happiness matter: Relationships between fear and fragility of happiness and mental and physical wellbeing. *Journal of Happiness Studies, 1-26*.
- Lambrou, P. (2014). Is fear of happiness real. *Psychology Today*, <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/codesjoy/201405/is-fear-happiness-real>. (Accessed 24.6. 2019).
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2003). Reexamining adaptation and the set point model of happiness: reactions to changes in marital status. *Journal of personality and social psychology, 84*(3), 527-539.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological science, 7*(3), 186-189.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?. *Psychological bulletin, 131*(6), 803-855
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of general psychology, 9*(2), 111-131.
- Margalit, M., & Eysenck, S. (1990). Prediction of coherence in adolescence: Gender differences in social skills, personality, and family climate. *Journal of Research in Personality, 24*(4), 510-521.
- Martin, M. W. (2007). Happiness and virtue in positive psychology. *Journal for the theory of social behaviour, 37*(1), 89-103.
- Minuchin, S., & Fishman, H. C. (1981). *Family therapy techniques*. Harvard University Press.
- Muhtar, H. (2016). Fear of Happiness-Exploring Happiness in Collectivistic and Individualistic Cultures.(Master's thesis). Wesleyan University, ABD.
- Murdock, N. L. (2012). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları. (Çev. F. Akkoyun). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American psychologist*, 55(1), 56-67.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science*, 6(1), 10-19.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2002). The concept of flow. *Handbook of positive psychology*, 89, 105.
- Özabacı, N., ve Erkan, Z. (2013). Aile danışmanlığı, kuram ve uygulamalara genel bir bakış. (3.baskı). *Ankara PegemA Yayıncılık*.
- Özburun, N. (2018). Derleme: Genel sistem teorisinden etkilenen aile terapisi modellerinin karşılaştırılması. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(2), 172-188.
- Özen, F. (2019). *Üniversite öğrencilerinde obsesif inançların mutluluk korkusunu yordayıcılığının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi, Mersin
- Özkan, E. (2020). *Üniversite öğrencilerinde mutluluk korkusu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Payat, Ş., ve Öksüz, Y. (2022). Genç Yetişkinlik Çağındaki Bireylerin Evlilik Kaygısı İle Mutluluk Korkusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(2), 621-642.
- Roest, A., Dubas, J. S., & Gerris, J. R. (2009). Value transmissions between fathers, mothers, and adolescent and emerging adult children: the role of the family climate. *Journal of Family Psychology*, 23(2), 146-155.
- Ryff, C. D. (1989). 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. (2013). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of happiness studies*, 9(1), 13-39.
- Sanders, M. R., Kirby, J. N., Tellegen, C. L., ve Day, J. J. (2014). The Triple P-Positive Parenting Program: A systematic review and meta-analysis of a multi-level system of parenting support. *Clinical psychology review*, 34(4), 337-357.

- Sarı, T. ve Çakır, S. G. (2016). Mutluluk korkusu ile öznel ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4), 222-229.
- Schultz D. P. & Schultz S. E. (2020). Modern psikoloji tarihi (Aslay, Y., ve Önsöz, Ç. Çev.). İstanbul: Kaknüs yayınları.
- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American psychologist*, 60(5), 410-421
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of clinical psychology*, 65(5), 467-487.
- Snyder, C. R., Lopez, S. J., Edwards, L. M., & Marques, S. C. (Eds.). (2020). *The Oxford handbook of positive psychology*. Oxford university press.
- Şahin, S., ve Aral, N. (2012). Aile içi iletişim. *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi*, 1(3), 55-66.
- Şar, V., Türk, T., ve Öztürk, E. (2019). Fear of happiness among college students: The role of gender, childhood psychological trauma, and dissociation. *Indian journal of psychiatry*, 61(4), 389-394.
- Şibka, D., (2022). Yetişkinlerde bazı demografik değişkenlerle mutluluk korkusu, aleksitimi, depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gedik Üniversitesi, İstanbul.
- Şibka, D., ve Duman, H. (2022). Yetişkinlerde bazı demografik değişkenlerle mutluluk korkusu, aleksitimi, depresyon ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler. *International Journal of Economics Administrative and Social Sciences*, 5(1), 40-56.
- Tekke, M., ve Özer, B. (2019). Fear of happiness: religious and psychological implications in Turkey. *Mental Health, Religion & Culture*, 22(7), 686-693.
- Tezel, A. (2011). Aile içi iletişim. *Journal of Human Sciences*, 8(1). 2-6.
- Togo, O. T., & Caz, Ç. (2019). The relationship between positivity and fear of happiness in people applying to graduate programs in physical education and sports department. *Asian Journal of Education and Training*, 5(1), 93-96.

- Tunç, A. Ç. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam doyumu ile mutluluk korkusu düzeylerindeki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 57-68.
- Turgut, T. (2019). *Üniversite öğrencilerinde aile iklimi ve iyi oluş arasındaki ilişkide benlik kurgularının aracı rolünün incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Tuzgöl-Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Uchida, Y., & Oishi, S. (2016). The happiness of individuals and the collective. *Japanese Psychological Research*, 58(1), 125-141.
- Van Steijn, D. J., Oerlemans, A. M., van Aken, M. A., Buitelaar, J. K., & Rommelse, N. N. (2015). The influence of parental and offspring autism spectrum disorder (ASD) and attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD) symptoms on family climate. *Journal of Child and Family Studies*, 24(7), 2021-2030.
- Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological bulletin*, 67(4), 294-306.
- Yapıcı, Ş. (2010). Türk toplumunda aile ve eğitim ilişkisi. *Turkish Studies*, 5(4), 1544-1570.
- Yılmaz, B. (2020). *E-spor oyuncularının algıladıkları sosyal destek, aile iklimi ve yetişkin bağlanma stillerinin oyun bağımlılığı üzerine etkisi*. (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Yılmaz, H. (2022). *Üniversite öğrencilerinin mutluluk korkusu ve yaşam stillerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir.
- Yiğit, M.Ç., (2022) Yetişkinlerin ilişki rol beklentilerinin yordamasında aile iklimi ve romantik ilişkideki bağlanma stillerinin rolü. (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Yıldırım, M. (2019). Mediating role of resilience in the relationships between fear of happiness and affect balance, satisfaction with life, and flourishing. *Europe's Journal of Psychology*, 15(2), 183-198.
- Zel, U. (2011). *Kişilik ve liderlik* (3. Baskı). Ankara: Nobel Yayınları.

EKLER

Ek-1 : Kişisel Bilgi Formu

Ek-2: Aile iklimi Ölçeği

Ek-3: Mutluluk korkusu Ölçeği

Ek-4: Aile iklimi Ölçek İzni

Ek-5: Mutluluk Ölçek İzni

Ek-6: Etik Kurul Karar



İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK BİLİM DALI

Değerli Katılımcı,

Bu çalışmanın İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Anabilim Dalı Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilim Dalı Prof. Dr. Mustafa Yüksel Erdoğan danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tez çalışmasıdır. Tez çalışma amacı **“Yetişkinlerin Aile İklimi ile Mutluluk Korkuları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”** amacıyla yapılmaktadır. Doldurulan anket soruları bilimsel çalışmaya katkı amaçlı yapılmakta ve gizlilik çerçevesinde değerlendirilmektedir.

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim

Seda TORTUMLU
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Yüksek Lisans Öğrencisi

Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyet
Kadın () Erkek ()
2. Yaşınız
18-22 () 23-27 () 28-31 () 32-35 ()
3. Büyüdüğünüz Yer
Köy-Kırsal () İlçe () Büyükşehir ()
4. Algılanan maddi durum
Düşük () Orta () İyi ()
5. Eğitim Durumunuz
İlkokul-Ortaokul () Lise () Lisans ve Lisansüstü ()
6. Kardeş Sayısı
Tek Çocuğum () 1-2 kardeşim var () 3 veya daha fazla kardeşim var ()
7. Medeni Durum
Bekar () Evli ()
8. Büyüdüğünüz Aile tipi nasıldır?
Geniş Aile () Çekirdek Aile ()
9. Aile içi iletişiminizi nasıl tanımlarsınız?
İyi () orta () Fena değil ()
10. Ebeveynlerinizin birliktelik durumu;
Evli ve beraber () Boşanmış () Evli ama ayrı yaşıyorlar () Boşanmış ama beraber ()
11. Herhangi bir psikiyatrik destek aldınız mı?
Evet () Hayır ()
12. Ailenizde herhangi bir psikiyatrik destek alan kimse var mı?
Evet () Hayır ()

Ek-2: Aile iklimi Ölçeği

Aile iklimi ölçüğü	Deneyimler;	Kesinlikle katılmıyorum	Oldukça katılmıyorum	kararsızım	Oldukça katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
1.						
2.	Aramızdaki duygusal bağlar çok kuvvetlidir.					
3.	Genelde birlikte olmaktan mutluyuzdur.					
4.	Bir süre ayrı kaldığımızda birbirimizi özleriz.					
5.						
6.	Duygusal olarak yakın değildir.					
7.	Birbirimizi çok severiz.					
8.	Aile üyeleri birbirlerine karşı samimidirler/sıcaktırlar.					
9.						
10.						
11.						
12.	Yaşça büyük olanlar daha genç olanların ihtiyaçlarına karşı çok duyarlıdır					
13.						
14.						
15.	Kişiler birbirlerinin düşüncelerini önemsemezler.					
16.	Birbirimizi dinlemek için birbirimize vakit ayırırız.					
17.						
18.						
19.	Zorluklarla karşılaştığımızda birlikte ve etkin bir biçimde uğraşırız.					
20.	Ciddi sorunları çözmek için gereken güce sahip olduğumuzu biliriz.					
21.						
22.						
23.	Yaşça büyük olanların isteklerine uyulur.					

24.	Yaşı büyük olanların otoritesi sorgulanmaz.					
25.	Kuralları ailenin yaşı büyük olanları koyar.					
26.						
27.	Yaşça büyük olanların sözü emir sayılır.					
28.						
29.	Çoğu konu üzerinde benzer görüşlerimiz/bakış açılarımız vardır.					
30.	Çoğu zaman sosyal konularla ilgili çok farklı görüşlere sahibizdir.					
31.						
32.	Konular üzerinde tamamen farklı bakış açılarına sahibiz.					
33.	Hayata dair değerlerimiz çok benzerdir.					
34.						

Ek-3: Mutluluk korkusu Ölçeği

	MUTLULUK KORKUSU	Kesinlikle katılmıyorum	katılmıyorum	Biraz katılmıyorum	karasızım	Biraz katılıyorum	katılıyorum	K.K.
1								
2								
3	İyi talihin/şansın ardından genellikle felaketler gelir.							
4								
5	Fazla sevincin birtakım olumsuz sonuçları vardır							

Ek-4: Aile iklimi Ölçek izni

Merhabalar,

Elbette ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçeğin maddelerini size ekte gönderiyorum, ters yüklenen maddeler de yanlarında belirtilmiş durumda. Yönerge bizim kullandığımız hali ile böyleydi ama elbette çalışma amaçlarına göre düzenlenebilir. Değerlendirme de 5'li Likert tip üzerinden yapıldı. Bunlar dışında gerekli ayrıntılar makalede mevcut.

İyi çalışmalar

--

Buse Gönül

Assistant Professor
Eskişehir Osmangazi University
Department of Psychology

Ek-5: Mutluluk korkusu Ölçek İzni

Merhaba,

Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçeğe toaddan ulaşabilirsiniz. Linkteki 13. satırdaki word dosyasında açıklamalar bulunuyor. <https://toad.halileksi.net/olcek/mutluluk-korkusu-olcegi>

İyi çalışmalar dilerim

Dr. İbrahim DEMİRCİ
Sinop Üniversitesi
Eğitim Fakültesi
Eğitim Bilimleri Bölümü
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı

ÖZ GEÇMİŞ

ADI: SEDA

SOYADI: TORTUMLU

EĞİTİM

Yüksek lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi ve Eğitim Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında, 2024, İstanbul

Lisans: İnönü Üniversitesi ve Eğitim Fakültesi, Okul Öncesi Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, 2008, Malatya.

MESLEKİ DENEYİM

2008-2012 Balıkesir/Edremit öğretmenlik

2012-2015 İstanbul/Ataşehir öğretmenlik

2015- Halen İstanbul/Üsküdar idarecilik