



## İyimserlik (Yaşam Yönelimi) ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Akademik Başarının Aracılık Rolü

Mustafa Yüksel Erdoğan<sup>1</sup>

### Öz

Bu araştırmanın amacı iyimserlik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide akademik başarının aracı rolüne sahip olup olmadığını incelemektir. Araştırma, ilişkisel tarama modelinde düzenlenmiştir. Araştırma, 215'i kadın, 220'si erkek olmak üzere toplam 435 lise öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Öğrencilerin yaş ortalaması 16.21 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada İyimserlik (Yaşam Yönelimi) Ölçeği ile Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmış, öğrencilerin akademik başarı notları ise bir önceki yıl karne notlarından elde edilmiştir. Araştırmada, Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ile uygulanan modelin aracılık etkisini test etmek için regresyon temelli bootstrapping yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre iyimserlik, akademik başarı ve yaşam doyumu arasında ilişkiler bulunmaktadır. Ayrıca iyimserlik ile yaşam doyumu arasında akademik başarının kısmi aracılık rolünde olduğu görülmektedir. Sonuç olarak öğrencilerim iyimserlik düşünceleri arttıkça akademik başarılarının da yükseldiği bunun sonucu olarak da yaşamdan daha fazla doyum aldıkları görülmektedir. Bulgular genel hatlarıyla tartışılarak yorumlanmış ve önerilerde bulunulmuştur.

### Anahtar Kelimeler

İyimserlik  
Akademik Başarı  
Yaşam Doyumu

### Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 06.09.2019  
Kabul Tarihi: 29.07.2020  
Elektronik Yayın Tarihi: 09.09.2020

DOI: 10.15390/EB.2020.8998

### Giriş

Son yıllarda pozitif psikolojinin gelişmeye başlaması insanda var olan olumlu duygular üzerinde araştırmaların artmasına neden olmuştur. İyimserlikte bunlardan biridir. İyimserlik aslında bir düşünme biçimi olmakla birlikte genel olarak yaşananlara pozitif yönde bakabilmektir. İyimserlik tanımlarına bakıldığında genel olarak hayatta yaşanan olumsuz olaylar, tehdit ve engellemelere rağmen geleceğe umutla bakabilme olarak tanımlanmaktadır (Akçamete ve Kargın, 1998; Goleman, 2005; Harris ve Middleton, 1994). İyimserliği, olumsuz yaşam koşullarını hiç dikkate almadan sadece geleceğe dönük esnek, olumlu ve güvenle bakabilme olarak gören araştırmacılar da bulunmaktadır (Gillham ve Reivich, 2004; Scheier vd., 1999; Scheier ve Carver, 2003; Türküm, 1999).

Daco (1989) geleceğe dönük pozitif beklentileri "iyimserlik eğilimi", mevcut durumda bireyin kendisi için en iyi seçeneğe yönelmesine "iyimserlik durumu" olarak ifade etmektedir. Weinstein (1989) iyimserlik kavramını farklı bir şekilde değerlendirmiş; "bireyin olumlu olayları olumsuz olaylara göre kendi başına gelme ihtimalini daha yüksek görmesi" olarak belirtmiş bu durumu da "gerçekçi olmayan iyimserlik" olarak tanımlamıştır.

<sup>1</sup> İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Ana Bilim Dalı, Türkiye, myerdogdu@gmail.com

İyimserlik duygusuna sahip olmanın insanlara sağladığı olumlu katkılar söz konusudur. İyimser bir düşünce ve davranış biçiminde olmak bireyi depresyondan ve mutsuzluktan uzak tutmaktadır (McGinnis, 1998). İyimser bireyler başarısızlık durumunda bile bu durumu belirli çerçevede açıklayabilirler. Başarısızlıkları kişilik problemi olarak görmezler, doğrudan probleme odaklanmaları nedeniyle bunların başarısızlıkları geçici bir durumdur (Isaacowitz, 2005).

İyimserlik ile ilgili araştırmalara genel olarak bakıldığında farklı değişkenlerin ele alındığı görülmektedir. İyimserlik düzeyi yüksek olan öğrencilerin ruhsal açıdan daha sağlıklı oldukları, aile ve sosyal ilişkilerini daha olumlu algıladıkları (Colligan, Morey ve Offor, 1994; Gençoğlu, 2006; Hart ve Hittner, 1995; Puskar, Sereika, Lamb, Tusaie-Mumford ve McGuinness, 1999; Yalım, 2007), erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyimser eğiliminde oldukları (Açıkgöz, 2006; Parmaksız, 2011; Puskar vd., 1999), iyimserlik ile yaşam doyumu ve öz saygı arasında pozitif yönde ilişkiler olduğu (Eryılmaz, 201; Eryılmaz ve Atak, 2014; Sapmaz ve Doğan, 2012; Yalçın, 2011) yapılan araştırmalarda gözlenmektedir. İyimserlik ile akademik başarı arasındaki ilişkileri konu alan araştırma bulguları farklı sonuçlar vermektedir. Güler ve Emeç (2006) tarafından yapılan çalışmada iyimserlik ile akademik başarı arasında bir ilişki bulunmazken, El-Anzi'nin (2005) yaptığı araştırma iyimserlik ile akademik başarı arasında pozitif yönde ilişki olduğunu ortaya koymuştur.

Bireyin iyimser bir düşünceye sahip olması onların yaşama dönük algılarının daha olumlu olmasını da gerektirmektedir. İyimser olan insanların yaşamdan doyum sağlaması, kendini yaşamın bir parçası olarak görmesi beklenmektedir. Yaşam doyumu bireyin belirlediği çerçevede yaşamı olumlu algılaması, kendi yaşantısından hoşnut olması (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985; Özdevecioğlu ve Aktaş, 2007; Pavot ve Diener, 2008; Ünal ve Şahin, 2013; Telman ve Ünsal, 2004) şeklinde tanımlanmaktadır. Bireyin yaşam doyumunu etkileyen birçok değişken söz konusudur. Yakın ilişkiler, bir çocuğa sahip olma, eğlenceli etkinlikler içinde olmak, öğrenme sürecine aktif olarak katılma bunlardan birkaçıdır (Flanagan, 1978). Yaşam doyumu üzerinde yapılan çalışmalara bakıldığında; yaşam doyumu ile akademik başarı arasında olumlu yönde ilişkiler bulunmaktadır (Chow, 2005; Tuzgöl Dost, 2004; Gilman ve Huebner, 2006). Bununla birlikte yaşam doyumu yüksek olan bireylerin benlik saygılarının yüksek olduğu (Çeçen, 2008; Dilmaç ve Ekşi, 2008; Gilman ve Huebner, 2006; Huebner, 1991; Ullman ve Tatar, 2001), psikolojik olarak kendilerini daha iyi hissettikleri (Eryılmaz, 2012; Oktan, 2008; Turgut, 2016) gözlenmektedir. Genel olarak bakıldığında yaşam doyumuna sahip olan insanların yaşama pozitif bakmaları, yaşamın her anından doyum sağlama, yakın ilişki kurma ve sosyalleşme çabasında içinde olmaları gibi nedenlerle onların daha iyimser bir davranış içinde olmaları beklendik bir durumdur.

Bu iyimserlik, başarı içinde itici bir güç olabilmekte, iç huzura sahip insanlar başarılı olmak ve amaçlarına ulaşmak için daha bilinçli adımlar atabilmektedir. Adler (2000) göre de başarıyı belirleyen temel faktörlerden biri bireyin başarılı olma konusunda sahip olduğu inancı ve özgüvenidir. Başarı; istenilen amacı gerçekleştirme, hedeflere ulaşma, başlanılan bir işi sonuçlandırma isteği (Balci, 2005), hedeflere ulaşmak için ortaya konulan çaba olarak tanımlanmaktadır (McClelland, 1985). Akademik başarıda; bireylerin eğitim hayatı boyunca elde ettiği kazanımlar (Yavuzer, 1993) eğitim faaliyetlerinde yer alma, istenilen bilgi ve becerilerin kazanılması (Kuh, Kinzie, Buckley, Bridges ve Hayek, 2006), okulda öğrenilen ve öğretmenler tarafından yapılan sınavlarla ölçülen bilgi ve beceriler (Sarier, 2016) olarak ifade edilmektedir.

Öğrencilerin akademik başarısını etkileyen birçok değişken söz konusudur. Öğrencilerin kuşkusuz zihinsel becerilerine ek olarak onların psikolojik anlamda kendilerini iyi hissetmeleri de akademik başarılarının gelişimde önemli yer tutmaktadır. Yenidünya'ya (2005) göre öğrencinin başarısında bedensel ve zihinsel anlamda sağlıklı olmak önemlidir. Astin'e (1999) göre öğrencilerin akademik ve sosyal uyumu başarıyı belirleyen faktörlerdendir. Magdol (1994) davranış problemi olan çocukların akademik başarılarının olumsuz etkilendiğini ifade etmektedir. Belli düzeyde motivasyona sahip olma gibi kişisel özellikler, akranla ilişkiler, derse dönük yaklaşımlar, sosyal nedenler akademik başarıyı etkileyen belli başlı faktörlerdendir (Zhang ve Aasheim, 2011).

Yapılan çalışmalarda iyimserliğin akademik başarı ile pozitif yönde ilişkili olduğu (Feldman ve Kubato, 2015; Hoy, Tarter ve Hoy, 2006; Rand, Martin ve Shea, 2011), aynı şekilde yaşam doyumunu ile akademik başarı arasında da pozitif yönde ilişkiler olduğunu (Balkis, 2013; Crede, Wirthwein, McElvany ve Steinmayr, 2015; Diseth, Danielsen ve Samdal, 2012; Suldo, Riley ve Shaffer, 2006), ortaya koyan araştırma bulguları mevcuttur. Bununla birlikte araştırmalarda; başarı güdüsünün ve akademik başarının depresyonu azalttığı (Accordino, Accordino ve Slaney, 2000), akademik başarı ile tükenmişlik arasında negatif yönde koralasyon olduğu (Caballero, Cecilia, Abello ve Palacio, 2007; Garden, 1991; Jacobs ve Dodd, 2003), akademik olarak başarılı bireylerin yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu (Chang, McBride-Chang, Stewart ve Au, 2003), derslere daha çok katıldıkları (Gilman ve Huebner, 2006), iyimser olma çabaları düşük olanların akademik yaşamda başarı olma isteklerinin de az olduğu (Norvilitis, Reid ve Norvilitis, 2002) görülmektedir.

Araştırma bulgularına genel olarak bakıldığında iyimserlik ve yaşam doyumuna sahip bireylerin psikolojik olarak da kendilerini daha iyi hissettikleri, sorumluluklarını yerine getirme ve belirledikleri amaçlara ulaşma konusunda daha istekli oldukları, iyimserlik düzeyi ve yaşam doyumunu yüksek olanların akademik olarak da başarılı oldukları görülmektedir. Buradan hareketle iyimserliğin akademik başarıyı artıracığı, bu durumda yaşam doyumunun yükselmesine katkıda bulunacağı belirtilebilir. Öğrencilerin iyimserlik ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide akademik başarının aracı rolünde olup olmadığını ortaya koymak eğitimciler, psikolojik danışmanlara ve bu alanda çalışan uzmanlara öğrencilerinin psikolojik sağlıklarını artırmada önemli veriler sağlayacağı, bu ve benzeri çalışmaların yapılmasında araştırma bulgularının yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Bu genel amaç çerçevesinde araştırma da şu hipotezlere yer verilmiştir.

1. İyimserlik ölçeği puanları yaşam doyumunu ölçeği puanları arasında pozitif bir ilişki vardır.
2. İyimserlik ölçeği puanları ile akademik başarı puanları arasında pozitif bir ilişki vardır.
3. Yaşam doyumunu ölçeği puanları ile akademik başarı puanları arasında pozitif bir ilişki vardır.
4. İyimserlik ölçeği puanları ile yaşam doyumunu ölçeği puanları arasındaki ilişki de akademik başarı puanlarının aracılık rolü vardır.

## Yöntem

### *Araştırma Modeli*

Araştırmada, üç farklı değişken arasındaki ilişkilerin ortaya konulması amaçladığından araştırma ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Bu model iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin yönünü belirlemeyi amaçlamaktadır (Cohen, Manion ve Morrison, 2000).

### *Katılımcılar*

Araştırmaya 2018-2019 eğitim öğretim yılında İstanbul ili Küçükçekmece ilçesi sınırlarında bir devlet lisesinde lise 1, lise 2, lise 3. sınıfta okuyan 435 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin 136'sı (%31) lise 1, 195'i (%44) lise 2, 104'ü (%24) Lise 3. Sınıf öğrencisidir. Öğrencilerin 215'i (%49) kadın, 220'si (%51) erkektir. Öğrencilerin yaş ortalaması 16,21'dir. Örneklemin tespit edilmesinde, ölçme araçlarını yanıtlamak amacıyla kolaylıkla ulaşabilen bireylerin seçilmesi olarak tanımlanan uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Cohen, 2007).

### *Veri Toplama Araçları*

İyimserlik (Yaşam Yönelimi) Ölçeği: Bireylerin yaşama dönük bakışlarını ölçmek amacıyla Scheier ve Carver (1985) tarafından geliştirilmiş, Aydın ve Tezer tarafından 1991 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır (Aydın ve Tezer, 1991). Ölçek beşli likert tarzında olup 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçek iki faktörden oluşmaktadır. Birinci faktör yaşama dönük olumlu bakış açısını (iyimserlik), diğer faktör ise olumsuz bakış açısını (kötümser) ölçmektedir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği bireylerin

iyimser özelliklere sahip olduğunu göstermektedir. Türkçeye uyarlanan ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .72 , test tekrar test yöntemiyle elde edilen güvenilirlik değeri .77 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin lise öğrencilerinden elde edilen değerler üzerinde yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre faktör yükü .40 altında olan 4 madde çıkarılmış diğer maddelerin uyum indekslerinin kabul edilir düzeyde olduğu gözlenmiştir ( $X^2=2,484$ ,  $sd=2$ ,  $X^2/sd=1.24$ ,  $GFI=.99$ ,  $AGFI=.99$ ,  $RMSEA=.02$ ,  $CFI=.99$ ,  $SRMR=.01$ ,  $TLI=.99$ ). Bu çalışmada da ölçeğin Cronbach alpha değeri yeniden hesaplanmış iç tutarlılık katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Diener ve diğerleri (1985) tarafından geliştirilmiş Köker tarafından 1991 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır (Köker, 1991). Ölçek beş sorudan oluşmakta ve yedili likert tarzında düzenlenmiştir. Ölçekten alınan puanların yüksekliği yaşam doyumunun da yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin test tekrar test yöntemiyle elde edilen güvenilirlik değeri .85 olarak ölçülmüştür. Ölçeğin Bölükbaşı (2017) tarafından doğrulayıcı faktör analizi yapılmış elde edilen uyum değerlerinin ( $X^2=10.054$ ,  $sd=5$ ,  $X^2/sd=2.011$ ,  $GFI=.99$ ,  $AGFI=.98$ ,  $RMSEA=.04$ ,  $CFI=.99$ ,  $SRMR=.02$ ,  $TLI=.98$ ) kabul edilir düzeyde olduğu görülmüştür. Bu çalışmada da ölçeğin Cronbach alpha değeri yeniden hesaplanmış iç tutarlılık katsayısı .78 olarak hesaplanmıştır.

Akademik Başarı: Öğrencilerin akademik başarı puanları bir önceki yıl karne notlarından elde edilmiştir. Öğrencilerin tüm akademik derslerden aldıkları puanlar ders sayısına bölünerek akademik başarı puan ortalamalarına dönüştürülmüştür. Türkiye'de lise öğrencilerinin notlarının hesaplanmasında 100'lük sistem uygulanmaktadır.

#### *Veri Toplama Süreci*

Araştırmaya başlanmadan önce ilgili kurumlardan gerekli etik ve uygulama izinleri alınmıştır. Öğrencilere çalışmanın amacı konusunda bilgi verilmiş ve çalışmaya katılmaya gönüllü 440 öğrenciye ölçme araçları sınıf ortamında, yüz yüze olacak şekilde uygulanmıştır. Ölçme araçlarının puanlanmasında beş öğrencinin ölçme araçlarına gelişigüzel yanıtlar verdiği gözlenmiş bunlar değerlendirmeden çıkarılmıştır. Öğrencilerin ölçme araçlarına yaklaşık 30 dakikada yanıt verdikleri gözlenmiştir. Araştırmanın yapıldığı tarihlerde Türkiye'de üniversiteye giriş sınavı yapılmasından ötürü genel olarak lise 4. Sınıf öğrencileri okullarda bulunmamaktadır. Bu nedenle araştırmaya lise 4. Sınıf öğrencileri alınmamıştır.

#### *Veri Analizi*

Verilerin analizinden önce ölçekten alınan puanların normallik testi yapılmış basıklık ve çarpıklık değerlerine bakıldığında ölçekten alınan puanların normal dağılım gösterdiği gözlenmiştir (İyimserlik Ölçeğinin skewness değeri -.65, kurtosis değeri .63, yaşam doyumunu ölçeğinin skewness değeri -.102, kurtosis değeri .95, akademik başarı puanlarının skewness değeri -.32, kurtosis değeri .55). Bu nedenle ölçekten alınan puanlar arasındaki ilişkilerin ortaya konulmasında pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Araştırmada test edilen modelin aracılık rolünü belirlemede Hayes (2012) tarafından önerilen "sıradan en küçük kareler regresyonu" olarak adlandırılan yaklaşım kullanılmış, regresyon analizi sonuçlarını desteklemek için bootstrap işlemi uygulanmıştır. Bootstrap işlemi TİP 1 hata oranını en aza indirmesi, değişkenler arasındaki ilişkileri etkileme olasılığı olan faktörleri kontrol altında tutma imkanı sağlaması nedeniyle sıklıkla kullanılmaktadır (Preacher ve Hayes, 2008). Bootstrap analizleri, PROCESS Macro aracılığıyla "Model 4" kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Dolaylı etkinin anlamlı olup olmaması güven aralığının alt ve üst sınırları arasında bir sıfır değerinin bulunmaması ile test edilir (Hayes, 2013). Araştırmada yeniden örnekleme imkanı sunan 5.000 bootstrap yöntemi ile aracı değişkenin aracılık rolünün istatistiksel olarak anlamlılığı incelenmiş, güven aralıkları tespit edilmiştir. Araştırmada anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmış, analizler IBM SPSS 25 kullanılarak gerçekleştirilmiştir.

## Bulgular

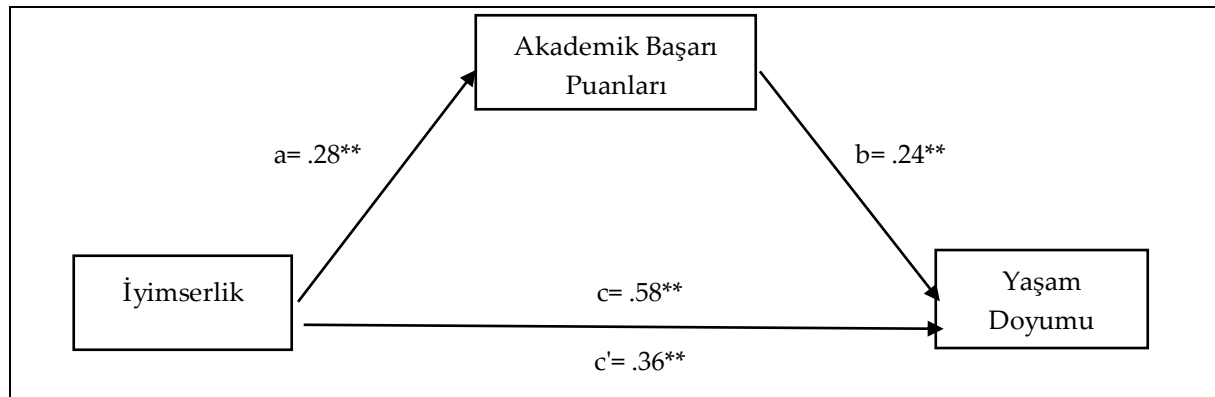
Araştırmada kullanılan ölçme araçlarının betimsel istatistikleri ve elde edilen puanlar arası arasındaki ilişkiler hesaplanmıştır. Elde edilen bulgulara Tablo 1’de yer verilmiştir.

**Tablo 1.** İyimserlik, Yaşam Doymu ve Akademik Başarı Puanlarının Betimsel İstatistikleri ve Korelasyon Katsayısı Değerleri

Değişkenler	Betimsel istatistikler		Korelasyon katsayısı		
	$\bar{X}$	Ss	1	2	3
Yaşam Doymu	11,89	4,08	---		
İyimserlik	23,53	4,87	.65**	---	
Akademik başarı puanları	77,61	8,85	.36**	.22**	---

N=435, \*\* $p < .01$

Tablo 1’de görüldüğü gibi yaşam doymu ölçeğinden alınan puanların  $\bar{X}=11,89$ ,  $Ss=4,08$ , iyimserlik ölçeği puanlarının  $\bar{X}=23,53$ ,  $Ss=4,87$ , akademik başarı puanlarının  $\bar{X}=77,61$ ,  $Ss=8,85$  olarak bulunmuştur. Korelasyon analizleri ele alındığında yaşam doymu ölçeği puanlarının iyimserlik ölçeği puanları ( $r=0.65$ ;  $p < .001$ ) ve akademik başarı notları ( $r=0.36$ ;  $p < .001$ ) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği gözlenmektedir. Bununla birlikte iyimserlik ölçeği puanları ile akademik başarı puanları arasında da ( $r=0.22$ ;  $p < .001$ ) düşük ancak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. İyimserlik ölçeği puanları ile yaşam doymu ölçeği puanları arasındaki ilişkide akademik başarı puanlarının aracılığı ve standardize edilmemiş beta değerlerine Şekil 1’de yer verilmiştir.



**Şekil 1.** İyimserlik ölçeği puanları ile yaşam doymu ölçeği puanları arasındaki ilişkide akademik başarı puanlarının aracılığı ve standardize edilmemiş beta değerleri. \*\* $p < .01$ .

Şekil 1’de görüldüğü gibi öğrencilerin iyimserlik ölçeği puanları ile yaşam doymu ölçeği puanları arasındaki ilişkide akademik başarı puanlarının kısmı aracılık rolünde olduğunu ortaya koymaktadır. Diğer bir ifade ile öğrencilerin iyimserlik düzeyi onların akademik başarılarını artırmakta bunun sonucu olarak da yaşam doymuları yükselmektedir. İyimserlik Yaşam Doymu ve Akademik Başarıya Dönük Modelde Yol Katsayıları ve Etki Sonuçlarına da Tablo 2’de yer verilmiştir.

**Tablo 2.** İyimserlik Yaşam Doyumu ve Akademik Başarıya Dönük Modelde Yol Katsayıları ve Etki Sonuçları

Yol katsayıları	Bootstrap Dolaylı Etki				
	Yaşam Doyumu	Akademik Başarı	Katsayı (SH)	%95 (BCa)	
Alt Limit				Üst Limit	
İyimserlik puanlarından	.58** (.06)	.28** (.04)			
Akademik Başarıdan	.24** (.04)				
İÖ→AB→YD			.18**(.05)	.1226	.5970

N=435 k=5000, Kontrol değişkenleri, gelir, cinsiyet ve yaş. \*\*  $p < .01$ . İÇ=İyimserlik ölçeği, AB= Akademik başarı, YD=Yaşam doyumu, BCa= Yanlılık hatasından arındırılmış ve düzeltilmiş 5000 bootstrap örnekleme

Tablo 2’de görüldüğü gibi iyimserlik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide akademik başarı puanlarının aracılık etkisine yönelik bootstrap sonuçları görülmektedir. Doğrudan etkilere bakıldığında iyimserlik ölçeği puanlarının yaşam doyumunu ( $B_{sh} = 0.58 (04)$ ) ve akademik başarıyı ( $B_{sh} = 0.28(06)$ ), akademik başarı puanlarının da yaşam doyumunu yordadığı gözlenmektedir ( $B_{sh} = 0.24(04)$ ). Dolaylı etki sonuçlarına bakıldığında akademik başarı puanlarının iyimserlik ve yaşam doyumu arasında aracılık rolünde olduğu görülmektedir (bootstrap katsayısı = .18, SH = .05; %95% GA = .1226-.5970). Şekil 1’de de görüldüğü gibi akademik başarı puanlarının aracı olarak girmesiyle iyimserlik ve yaşam doyumu arasında ilişki katsayısı düşmekle birlikte elde edilen korelasyon değerinin anlamlı olduğu görülmektedir ( $c' = .36, p < .01$ ). Ayrıca, tüm modelin anlamlı düzeyde olduğu ( $F(5-322) = 25.33, p < .001$ ) ve tüm değişkenlerin yaşam doyumundaki toplam varyansın %14’ünü açıkladığı görülmektedir.

### Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırma bulguları, öğrencilerin iyimserlik ölçeği puanları ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide akademik başarı puanlarının kısmi aracı rolünde olduğunu ortaya koymaktadır. Araştırma da öncelikle ölçeklerden alınan puanlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen sonuca göre iyimserlik ölçeği puanları ile akademik başarı puanları arasında ilişki bulunmuştur. İyimserlik genel olarak yaşamdaki engellemelere rağmen geleceğe umutla bakabilme becerisidir. Akademik anlamda başarılı olan insanların tehdit ve engellemelere rağmen belirlediği hedeflere ulaşması beklenmektedir. Bu açıdan bakıldığında iyimserlik düşüncesi ile akademik başarı arasında amaç yönünden benzerlikler olmasından dolayı bu iki değişken arasında ilişki çıkması beklenen bir durumdur. Elde edilen bu bulgular benzer araştırma sonuçlarıyla da tutarlıdır. Araştırmalar, öğrencilerin iyimserlik ölçeği puanları ile akademik başarıları arasında pozitif yönde ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Aydın ve Tezer 1991; El-Anzi, 2005; Nonis ve Wright, 2003). Hukuk fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin başarıları üzerinde iyimserlik ölçeği puanlarının önemli bir yordayıcı olduğu görülmüştür (Rand vd., 2011). Öğretmenin güven duygusuna sahip olması, zorluklarla baş etmede kendine güvenmesi ve öğrencilerin akademik başarılarında olumlu yönde değişiklik yapabileceğine dönük inanç olarak tanımlanan akademik iyimserlik (Hoy, Hoy ve Kurz, 2008; Smith ve Hoy, 2007) ile akademik başarı arasında da pozitif yönde ilişkiler bulunmuştur (Chang, 2011; Erdoğan, 2013; Hoy vd., 2006; Karaçam ve Pular, 2016; McGuigan ve Hoy, 2006; Smith ve Hoy, 2007). Başarılı olan insan uyumludur, yaşamdan doyum sağlar, sağlıklı duygu ve düşüncelere sahiptir (Özkan, 2006), psikolojik olarak güçlüdür (Zhang ve Aasheim, 2011), iyimser olan kişilerde psikolojik olarak sağlıklı ve uyumlu (Chang, 1998) davranışlar sergilemektedirler.

Araştırmanın diğer bir sonucu da yaşam doyumu ile akademik başarı arasında bir ilişki bulunmasıdır. Bireylerin akademik olarak başarılı olmaları onların sadece zihinsel becerilerinin yüksek olmasından dolayı değil aynı zamanda iç dünyasında huzurlu, yaşamdan zevk almasıyla da ilişkili

olması beklenmektedir. Yapılan araştırmalar geleceğe dönük kaygı, motivasyon düşüklüğü, yalnızlık hissi gibi psikolojik faktörlerin akademik başarıyı olumsuz etkilediğini (Erbaş, 2005; Topcu ve Uzundumlu, 2012), uyumlu, duygusal ve psikolojik olarak dengeli özelliklere sahip öğrencilerin akademik olarak daha başarılı olduğunu ortaya koymaktadır (Sığı ve Gürbüz, 2011). Pourfeiz ve Behjoo, (2013) tarafından yapılan bir araştırmada öğrencilerin duyguları, yaşam değerleri ile akademik başarıları arasında ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Yaşam doyumu birerin yaşamına değer biçmesi, yaşama yüklenen anlam (Pavot ve Diener, 1993; Schmitter, 2003), yaşamdan aldığı moral ve mutluluk ile iyi olma hali (Vara, 1999) olarak tanımlandığına göre yaşam doyumu ile akademik başarı kavramlarının örtüştüğü noktalar söz konusudur. Yaşam doyumu ile akademik başarı arasındaki ilişkilere bakıldığında aralarında pozitif yönde ilişkiler olduğunu ortaya koymaktadır (Balkis, 2013; Diseth vd., 2012, Diseth ve Samdal, 2014; Heffner ve Antaramian, 2016). Gilman ve Huebner (2006) tarafından yapılan çalışmada yaşam doyumu yüksek olan öğrencilerin hem okula karşı tutumlarının hem de akademik başarılarının yüksek olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırmanın diğer bir sonucu da iyimserlik ile yaşam doyumu arasında pozitif yönde ilişki bulunmasıdır. Literatürde yapılan çalışmalarda mevcut araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada öğrencilerin yaşam doyumu ile iyimserlik düzeyleri arasında doğrusal bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Güler ve Emeç, 2006; Hayes ve Weathington, 2007; Hırlak, Taşlıyan ve Sezer, 2017; Uğurlu, 2013; Yalçın, 2011). Sapmaz ve Doğan tarafından yapılan bir çalışmada (2012) iyimserliğin yaşam doyumundaki varyansın % 60'ını açıkladığını belirtmiştir. Yaşam doyumu bireyin yaşamından duyduğu hoşnutluk (Telman ve Ünsal, 2004), bireylerin amaçlarına ulaşma düzeyi (Bradley ve Crown, 2004) olarak ifade edilmekle birlikte bireyin mutluluğunu ve yaşam kalitesinin de göstergesidir (Piccolo, Judge, Takahashi, Watanabe ve Locke, 2005). İyimserlikte bireylerin yaşamında hep olumlu durumlarla karşılaşacağına dönük bir inanç (Scheier ve Carver, 1985), yaşama uyum sağlayabilme özelliği (Daco, 1989) olarak ifade edildiğine göre yaşam doyumu ile iyimserliğin birçok noktada kesiştiği görülmektedir. İyimser olanlar yaşamda hep olumlu durumlarla karşılaşacaklarına dönük düşünce içinde olmalarından dolayı yaşama daha çok bağlanmaları, yaşamın her anını dolu dolu yaşama isteklerinin bir sonucu olarak da yaşamdan daha fazla doyum sağlamaları beklenir. Yaşam doyumu yüksek olanlar hayata dönük olumlu bir bakış açısına sahiptirler (Karataş, 1988) buna bağlı olarak memnuniyet ve yaşam doyumları daha üst seviyede gözlemlenir (Argyle, Martin ve Crossland, 1989). Sonuç olarak yaşama dönük olumlu bakış açısı yaşam doyumu artırmakta bu nedenle iyimserlik ve yaşam doyumu arasında bir ilişki söz konusu olmaktadır.

Araştırmanın temel amacı iyimserlik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide akademik başarının aracılık rolünü ortaya koymaktır. Yapılan araştırmalar bu üç değişkenin kendi aralarında pozitif yönde bir ilişkiye sahip olduğunu ortaya koymakla birlikte, yaşam doyumunun iyimserlik tarafından yordanmasında akademik başarının bir aracı rolüne sahip olup olmadığına dönük araştırma bulgularına rastlanılmamıştır. Bununla birlikte benzer bir çalışmada, yaşam doyumu ve akademik başarı ilişkisinde rasyonel inançların aracı rolünde olduğunu ortaya koymuştur (Balkis, 2013). Bölükbaşı (2017) yaptığı çalışmada kariyer uyumu ile yaşam doyumu ilişkisinde iyimserlik ve umudun tam aracılık rolüne sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. İyimser olanlar yaşamda olumlu beklentilere sahip olmalarından ötürü sorumluluklarını yerine getirdikleri için başarılı olmakta, bunun sonucu olarak da yaşamlarında daha mutlu olup üst düzeyde yaşamdan doyum sağlamaktadırlar. Tuzgöl Dost, (2004) yaptığı bir çalışmada akademik başarı düzeyi yüksek, geleceğe iyimser bakış açısına sahip öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

İyimserlik ve yaşam doyumu arasında ilişkide akademik başarının aracılığı söz konusu olduğuna göre öğrencilerin iyimserlik düşüncelerini artırmak için okullarda olumlu düşünme eğitim programlarının düzenlenmesi, akademik başarıyı etkileyen faktörlerin iyi ortaya konulması,

başarsızlık nedenlerinin belirlenmesi ve öğrencilerin başarılı olabileceği alanlara yönlendirilmesi konusunda eğitimcilere, ailelere, bu alanda çalışan uzmanlara bilgi verici rehberlik çalışmalarının yapılması gerekmektedir. Akademik anlamda başarsız olan öğrencilerin belirlenmesi, başarılı bir benlik geliştirmeleri konusunda kendilerine bireysel ve grupla psikolojik danışma desteği sağlanmalıdır. Akademik başarıya paralel olarak motivasyon, öz yeterlik, özgüven, benlik saygısı, okula bağlılık gibi değişkenlerin yaşam doyumunu üzerindeki etkilerini test eden araştırmaların yapılması önerilebilir.

Çalışmada iyimserlik, akademik başarı ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin ortaya konulması, yordayıcı ve aracı değişkenin etkilerinin test edilmesi bu çalışmanın güçlü yönlerini ortaya koymaktadır. Bununla birlikte her araştırmanın güçlü yönleri olabileceği gibi sınırlı yönleri de bulunabilmektedir. Bu araştırmanın verilerinin tek bir devlet lisesinden elde edilmesi, değişkenler arasında neden-sonuç ilişkisinin kurulamaması, katılımcıların ölçme araçlarına doğru yanıtlar verdiği ve akademik başarı notlarının yönetmeliklere uygun olarak hesaplandığı varsayımları bu araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır. Bu nedenle araştırma sonuçlarının genellenmesinde araştırmanın sınırlılıkları mutlaka dikkate alınmalıdır. Sonuç olarak öğrencilerin problemleri ile mücadele etmeleri, mutlu olmaları ve iyi oluşları onların yaşamlarından doyum sağlama düzeylerini artırmaktadır. Bu nedenle onların hayata pozitif bakmaları ve akademik olarak da başarılı bir birey olmalarının desteklenmesi oldukça önemli görölmektedir.

### Kaynakça

- Accordino, D. B., Accordino, M. P. ve Slaney, R. B. (2000). An investigation of perfectionism, mental health, achievement, and achievement motivation in adolescents. *Psychology in the Schools*, 37(6), 535-545.
- Açıkgöz, S. (2006). *Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ile özyeterlilik ve iyimserlik ilişkisi: Ankara üniversitesi örneği* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Adler, A. (2000). *Sorunlu okul çocuğu* (K. Şipal, Çev.). İstanbul: Say Yayıncılık.
- Akçamete, G. ve Kargın, T. (1998). Bedensel engelli olan ve olmayan üniversite öğrencilerinin yaşam yönelimi düzeylerinin incelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 13(42), 37-44.
- Argyle, M., Martin, M. ve Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. *Recent Advances in Social Psychology: An International Perspective*, 189-203.
- Astin, A. W. (1999). Student involvement: A developmental theory for higher education. *Journal of College Student Development*, 40(5), 518-529.
- Aydın, G. ve Tezer, E. (1991). İyimserlik, sağlık sorunları ve akademik başarı ilişkisi. *Psikoloji Dergisi*, 7(26), 2-9.
- Balcı, A. (2005). *Açıklamalı eğitim yönetimi terimleri sözlüğü*. Ankara: Tek Ağaç.
- Balkis, M. (2013). Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: The mediation role of rational beliefs about studying. *Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies*, 13(1).
- Bölükbaşı, A. (2017). *Lise öğrencilerinin kariyer uyumu ve yaşam doyumu ilişkisinde iyimserlik ve umudun aracı rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Bradley, R. ve Corwyn, R. (2004). Life satisfaction among european american, African American, Chinese American, Mexican American, and Dominican American adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 28(5), 385-400.
- Caballero, D., Cecilia, C., Abello, L. L. ve Palacio, S. (2007). Relationship between burnout, academic performance, and satisfaction concerning study, in college students. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 25(2), 98-111.
- Chang, E. C. (1998). Dispositional optimism and primary and secondary appraisal of a stressor: Controlling for confounding influences and relations to coping and psychological and physical adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(4), 1109.
- Chang, I. H. (2011). A study of the relationships between distributed leadership, teacher academic optimism and student achievement in Taiwanese elementary schools. *School Leadership & Management*, 31(5), 491-515.
- Chang, L., McBride-Chang, C., Stewart, S. M. ve Au, E. (2003). Life satisfaction, self-concept, and family relations in Chinese adolescents and children. *International Journal of Behavioral Development*, 27(2), 182-189.
- Chow, H. P. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70(2), 139-150.
- Cohen, L. (2007). Experiments, quasi-experiments, single-case research and meta-analysis. L. Cohen, L. Manion ve K. Morrison (Ed.), *Research methods in education* içinde (s. 272-296). Abingdon: Routledge.
- Cohen, L., Manion, L. ve Morrison, K. (2000). *Research methods in education*. London: Routledge Falmer.
- Colligan, R. C., Morey, L. C. ve Offord, K. P. (1994). The MMPI/MMPI-2 personality disorder scales: Contemporary norms for adults and adolescents. *Journal of Clinical Psychology*, 50(2), 168-200.

- Crede, J., Wirthwein, L., McElvany, N. ve Steinmayr, R. (2015). Adolescents' academic achievement and life satisfaction: The role of parents' education. *Frontiers in Psychology*, 6, 52.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19-30.
- Daco, P. (1989). *Çağdaş psikolojinin olağanüstü başarıları* (A. Gürün, Çev.). İstanbul: İnkılap Kitabevi.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Dılmaç, B. ve Ekşi, H. (2008). Investigation of the relationship between life satisfaction and self esteem among vocational schools students. *Selcuk University the Journal of Institute of Social Sciences*, 20, 279-289.
- Diseth, Å. ve Samdal, O. (2014). Autonomy support and achievement goals as predictors of perceived school performance and life satisfaction in the transition between lower and upper secondary school. *Social Psychology of Education*, 17(2), 269-291.
- Diseth, Å., Danielsen, A. G. ve Samdal, O. (2012). A path analysis of basic need support, self-efficacy, achievement goals, life satisfaction and academic achievement level among secondary school students. *Educational Psychology*, 32(3), 335-354.
- El-Anzi, F. O. (2005). Academic achievement and its relationship with anxiety, self-esteem, optimism, and pessimism in Kuwaiti students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 33(1), 95-104.
- Erbaş, K. C. (2005). *Factors affecting scientific literacy of students in Turkey in Programme for International Student Assessment (PISA)* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Erdogan, O. (2013). *İlköğretim öğretmenlerinin öz-yeterlik ve başarı algılarında yordayıcı olarak akademik iyimserlik, umut ve mesleki haz* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2014). Ergen öznel iyi oluşunun, öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(37), 170-181.
- Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumunu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Muğla Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Feldman, D. B. ve Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences*, 37, 210-216.
- Flanagan, J. C. (1978). A research approach to improving our quality of life. *American Psychologist*, 33(2), 138.
- Garden, A. M. (1991). Relationship between burnout and performance. *Psychological Reports*, 68(3), 963-977.
- Gençoğlu, C. (2006). *Üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeyleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Gillham, J. ve Reivich, K. (2004). Cultivating optimism in childhood and adolescence. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 146-163.
- Gilman, R. ve Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 293-301.
- Goleman, D. (2005). *Duygusal zeka* (B. S. Yüksel, Çev.). İstanbul: Varlık Bilim Yayınları.

- Güler, B. K. ve Emeç, H. (2006). Yaşam memnuniyeti ve akademik başarıda iyimserlik etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(2), 129-149.
- Harris, P. ve Middleton, W. (1994). The illusion of control and optimism about health: On being less at risk but no more in control than others. *British Journal of Social Psychology*, 33(4), 369-386.
- Hart, K. E. ve Hittner, J. B. (1995). Optimism and pessimism: Associations to coping and anger-reactivity. *Personality and Individual Differences*, 19(6), 827-839.
- Hayes, A. F. (2012). *PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling*. <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf> adresinden erişildi.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Hayes, C. T. ve Weathington, B. L. (2007). Optimism, stress, life satisfaction, and job burnout in restaurant managers. *The Journal of Psychology*, 141(6), 565-579.
- Heffner, A. L. ve Antaramian, S. P. (2016). The role of life satisfaction in predicting student engagement and achievement. *Journal of Happiness Studies*, 17(4), 1681-1701.
- Hırlak, B., Taşlıyan, M. ve Sezer, B. (2017). İyimserlik ve yaşam doyumu arasındaki ilişki ve demografik özellikler bağlamında algı farklılıkları: Bir alan araştırması. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 7(1), 95-116.
- Hoy, A. W., Hoy, W. K. ve Kurz, N. M. (2008). Teacher's academic optimism: The development and test of a new construct. *Teaching and Teacher Education*, 24, 821-835.
- Hoy, W. K., Tarter, C. J. ve Hoy, A. W. (2006). Academic optimism of schools: A force for student achievement. *American Educational Research Journal*, 43(3), 425-446.
- Huebner, E. S. (1991). Initial development of the student's life satisfaction scale. *School Psychology International*, 12(3), 231-240.
- Isaacowitz, D. M. (2005). The gaze of the optimist. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 407-415.
- Jacobs, S. R. ve Dodd, D. (2003). Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Student Development*, 44(3), 291-303.
- Karaçam, A. ve Pular, A. (2016). Beden eğitimi öğretmenlerinin başarı algılarında yordayıcı olarak akademik iyimserlik, psikolojik iyi oluş ve fiziksel öz saygı. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(1), 209-218.
- Karataş, S. Ç. (1988). *Yaşlılarda yaşam doyumunu etkileyen etmenler* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumunu düzeylerinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kuh, G. D., Kinzie, J. L., Buckley, J. A., Bridges, B. K. ve Hayek, J. C. (2006). *What matters to student success: A review of the literature* (8. bs.). Washington, DC: National Postsecondary Education Cooperative.
- Magdol, L. (1994). *Factors for adolescent academic achievement*. Wisconsin: University of Wisconsin.
- McClelland, D. C. (1985). *Human motivation*. Glenview, IL: Scott, Foresman.
- McGinnis, A. L. (1998). *İyimserliğin gücü* (A. Kayaş, Çev.). İstanbul: Beyaz Yayınları.
- McGuigan, L. ve Hoy, W. K. (2006). Principal leadership: Creating a culture of academic optimism to improve achievement for all students. *Leadership and Policy in Schools*, 5(3), 203-229.
- Nonis, S. A. ve Wright, D. (2003). Moderating effects of achievement striving and situational optimism on the relationship between ability and performance outcomes of college students. *Research in Higher Education*, 44(3), 327-346.

- Norvilitis, J. M., Reid, H. M. ve Norvilitis, B. M. (2002). Success in everyday physics: The role of personality and academic variables. *Journal of Research in Science Teaching: The Official Journal of the National Association for Research in Science Teaching*, 39(5), 394-409.
- Oktan, V. (2008). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Özdevecioğlu, M. ve Aktaş, A. G. A. (2007). Kariyer bağlılığı, mesleki bağlılık ve örgütsel bağlılığın yaşam tatmini üzerindeki etkisi: İş-aile çatışmasının rolü. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, (28), 1-20.
- Özkan, Z. (2006). *Mutluluk ve başarı yolları*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Parmaksız, İ. (2011). *Öğretmen adaylarının benlik saygısı düzeylerine göre iyimserlik ve stresle başa çıkma tutumlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Pavot W. ve Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20.
- Pavot, W. ve Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137-152.
- Piccolo, R. F., Judge, T. A., Takahashi, K., Watanabe, N. ve Locke, E. A. (2005). Core self-evaluations in Japan: relative effects on job satisfaction, life satisfaction, and happiness. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 26(8), 965-984.
- Pourfeiz, J. ve Behjoo, B. M. (2013). A study of academic achievement among Turkish ELT students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 70, 1216-1223.
- Preacher, K. J. ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.
- Puskar, K. R., Sereika, S. M., Lamb, J., Tusaie-Mumford, K. ve McGuinness, T. (1999). Optimism and its relationship to depression, coping, anger, and life events in rural adolescents. *Issues in Mental Health Nursing*, 20(2), 115-130.
- Rand, K. L., Martin, A. D. ve Shea, A. M. (2011). Hope, but not optimism, predicts academic performance of law students beyond previous academic achievement. *Journal of Research in Personality*, 45(6), 683-686.
- Sapmaz, F. ve Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 63-69.
- Sarıer, Y. (2016). Türkiye’de öğrencilerin akademik başarısını etkileyen faktörler: Bir meta-analiz çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(3), 609-627.
- Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4(3), 219.
- Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (2003). Self-regulatory processes and responses to health threats: Effects of optimism on well-being. *Social Psychological Foundations of Health and Illness*, 1, 395-428.
- Scheier, M. F., Matthews, K. A., Owens, J. F., Schulz, R., Bridges, M. W., Magovern, G. J. ve Carver, C. S. (1999). Optimism and rehospitalization after coronary artery bypass graft surgery. *Archives of Internal Medicine*, 159(8), 829-835.
- Schmitter, C. (2003). *Life satisfaction in centenarians residing in long-term care*. <http://www.mmhc.com/articles/NHM9912/cutillo.html> adresinden erişildi.
- Sığırı, Ü. ve Gürbüz, S. (2011). Akademik başarı ve kişilik ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Savunma Bilimleri Dergisi*, 10(1), 30-48.

- Smith, P. A. ve Hoy, W. K. (2007). Academic optimism and student achievement in urban elementary schools. *Journal of Educational Administration*, 45(5), 556-568.
- Suldo, S. M., Riley, K. N. ve Shaffer, E. J. (2006). Academic correlates of children and adolescents' life satisfaction. *School Psychology International*, 27(5), 567-582.
- Telman, P. ve Ünsal, P. (2004). *Çalışan memnuniyeti*. İstanbul: Epsilon Yayıncılık.
- Topcu, Y. ve Uzundumlu, A. S. (2012). Yükseköğretimde öğrencilerin başarısızlığına etki eden faktörlerin analizi. *Iğdır Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(10), 51-58.
- Turgut, İ. (2016). *Çocuk sahibi olan ve olmayan evli kadınların ayrılma anksiyetesi ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Türküm, S. (1999). *Stresle başa çıkma ve iyimserlik*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Uğurlu, O. (2013). Pozitif ve negatif duyguların iyimserlik-karamsarlık ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide ara bulucu etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(2), 497-504.
- Ullman, C. ve Tatar, M. (2001). Psychological adjustment among Israeli adolescent immigrants: A report on life satisfaction, self-concept, and self-esteem. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(4), 449-463.
- Ünal, A. Ö. ve Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 2(3), 46-63.
- Vara, Ş. (1999). *Yoğun bakım hemşirelerinde iş doyumu ve genel yaşam doyumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Weinstein, N. D. (1989). Effects of personal experience on self-protective behavior. *Psychological Bulletin*, 105(1), 31.
- Yalçın, İ. (2011). Social support and optimism as predictors of life satisfaction of college students. *International Journal of Advance Counseling*, 33(2), 79-87.
- Yalım, D. (2007). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin uyumu: Psikolojik sağlamlık, başa çıkma, iyimserlik ve cinsiyetin rolü* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Yavuzer, H. (1993). *Ana-baba ve çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yenidünya, A. (2005). *Lise öğrencilerinde rekabetçi tutum, benlik saygısı ve akademik başarı ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Zhang, A. ve Aasheim, C. (2011). Academic success factors: An IT student perspective. *Journal of Information Technology Education: Research*, 10(1), 309-331.