T.C.

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK İHTİYAÇ DOYUMLARI İLE SOSYAL VE DUYGUSAL BAŞ ETME OLARAK HARCAMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÖZNEL İYİ OLUŞUN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Bilgenur ARPAĞ

0000-0002-5876-9168

BURSA, 2024

T.C.

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK İHTİYAÇ DOYUMLARI İLE SOSYAL VE DUYGUSAL BAŞ ETME OLARAK HARCAMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÖZNEL İYİ OLUŞUN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Bilgenur ARPAĞ

0000-0002-5876-9168

Danışman:

Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN

BURSA, 2024

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK

Bu çalışmadaki tüm bilgilerin akademik ve etik kurallara uygun bir şekilde elde edildiğini beyan ederim.

Bilgenur ARPAĞ

Tarih: …../…../……..

TEZ YAZIM KILAVUZUNA UYGUNLUK ONAYI

"Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaç Doyumları ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışları Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolünün İncelenmesi" adlı yüksek lisans tezi Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanmıştır.

Tezi Hazırlayan	Danışman
Bilgenur ARPAĞ	Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN

Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Başkanı

Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS/DOKTORA BENZERLİK YAZILIM RAPORU

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA

Tarih: …/…./……

Tez Başlığı / Konusu: Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaç Doyumları ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışları Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolünün İncelenmesi

Yukarıda başlığı gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 67 sayfalık kısmına ilişkin, 17/09/2024 tarihinde şahsım tarafından Turnitin adlı benzerlik tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre, tezimin benzerlik oranı % 18'dir.

Uygulanan filtrelemeler:

1- Kaynakça hariç
2- Alıntılar hariç/dahil
3- 5 kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Tez Çalışması Özgünlük Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esaslarını inceledim ve bu Uygulama Esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir benzerlik içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini saygılarımla arz ederim.

Tarih ve İmza

Adı Soyadı:	Bilgenur ARPAĞ
Öğrenci No:	802133006
Anabilim Dalı:	Eğitim Bilimleri
Programı:	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Statüsü:	☒ Y.Lisans ☐ Doktora

Danışman
(Adı, Soyadı, Tarih)

T.C.

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Eğitim Bilimleri Eğitimi Ana Bilim Dalı'nda 802133006 numara ile kayıtlı Bilgenur ARPAĞ'ın hazırladığı "Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaç Doyumları ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışları Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolünün İncelenmesi" konulu Yüksek Lisans çalışması ile ilgili tez savunma sınavı, 21/08/2024 günü 10.30-12.00 saatleri arasında yapılmış, sorulan sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin **başarılı** olduğuna **oybirliği** ile karar verilmiştir.

Üye (Sınav Komisyonu Başkanı)

Doç. Dr. Hacer BELEN

Bursa Uludağ Üniversitesi

0000-0001-9065-3504

Üye (Tez Danışmanı)

Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN
Bursa Uludağ Üniversitesi
0000-0002-8049-1510

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Aslı TUNCA
Malatya Turgut Özal Üniversitesi
0000-0001-5202-2496

TEŞEKKÜR

Lisans eğitimimden bu yana bana olan inancını ve güvenini hep hissettiğim, akademide ilk rol modelim olan; yüksek lisans sürecim boyunca ilgiyle ve özenle yolumu aydınlatan çok kıymetli tez danışmanım Prof. Dr. Nagihan Oğuz Duran'a çok teşekkür ederim.

Değerli görüşleri ile tezimin son halini almasına katkı sunan saygıdeğer tez jürilerim Doç. Dr. Hacer Belen ve Dr. Öğr. Üyesi Aslı Tunca'ya yönlendirmeleri, katkıları ve emekleri için teşekkür ederim.

Birlikte çalışmaya başladığımız günden itibaren desteğini esirgemeyen, akademideki ilk adımlarımda yanında olup bilgilerinden faydalandığım için çok şanslı hissettiğim sayın dekanım Prof. Dr. Aytaç Göğüş'e ve İstanbul Okan Üniversitesi Eğitim Fakültesinin tüm çalışanlarına teşekkür ederim.

Hem lisans hem yüksek lisans sürecimde ders aldığım, akademik gelişimime kıymetli katkılar sunan Prof. Dr. Figen Akça'ya, Doç. Dr. Filiz Gültekin'e ve Doç. Dr. Asuman Yüksel'e teşekkür ederim.

Bu yola çıkmadan önce beni cesaretlendiren, tezimi yazarken yol gösteren ve hep okuduğu gibi benim tezimi de bıkmadan okuyan, manevi amcam sayın Prof. Dr. Rıza Karagöz'e teşekkür ederim. Tecrübeleriyle bana yol gösteren Prof. Dr. Mehmet Ali Ünal'a teşekkür ederim.

Tez sürecim boyunca ilerleyemediğim her anda bilgilerine başvurduğum; koşulsuz şekilde bana destek olan kıymetli hocalarım Dr. Öğr. Üyesi Hazel Duru'ya, Arş. Gör. Dr. İsmail Kuşçi'ye ve Arş. Gör. Firdevs Öztürk'e içtenlikle teşekkür ederim. Veri toplama sürecimde emeği olan herkese ve katılımcılarıma teşekkür ederim.

Tez sürecimin başından sonuna kadar desteklerini ve yardımlarını yer ve zaman fark etmeksizin sunan arkadaşlarım Abdülkadir Şahin, Elif Yaren Ayyıldız, Burhan Şahin ve Ayşenur Güzel'e teşekkür ederim. Her zorlukta yanımda oldukları için canım dostlarım Dara İşgör ve Yağmur Erdinç'e teşekkür ederim.

Teşekkürlerin en büyüğünü bugüne gelmemde en büyük rolü olan aileme sunmak istiyorum. Küçük bir çocukken bile hayranlıkla izlediğim canım annem Olcay Arpağ'a; hep onun gibi bir öğretmen olmak istediğim canım babam Behçet Arpağ'a teşekkür ederim. Yorulduğumda yanlarında dinlendiğim kardeşlerim Elif Arpağ ve Defne Hilal Arpağ'a teşekkür ederim. Sizler olmasaydınız ben de bugünlere gelemezdim. İyi ki varsınız!

Bilgenur ARPAĞ

ÖZET

Yazar	Bilgenur ARPAĞ
Üniversite	Bursa Uludağ Üniversitesi
Enstitü	Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Ana Bilim Dalı	Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı
Bilim Dalı	Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Tezin Niteliği	Yüksek Lisans Tezi
Sayfa Sayısı	112
Mezuniyet Tarihi	
Danışman	Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN PSİKOLOJİK İHTİYAÇ DOYUMLARI İLE SOSYAL VE DUYGUSAL BAŞ ETME OLARAK HARCAMA DAVRANIŞLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÖZNEL İYİ OLUŞUN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutları olan ilişkisellik ihtiyaç doyumu, yeterlilik ihtiyaç doyumu ve özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolünü incelemektir. Bu amaçla gerçekleştirilen araştırmanın çalışma grubu, Bursa Uludağ Üniversitesi Görükle Kampüsünde bulunan 12 fakültede öğrenim gören, yaşları 17 ile 38 arasında değişen ($\bar{X}$=20,99, SS=2,25) 628 öğrenciden oluşmaktadır. Veri toplama işleminin ardından G*Power 3.1 programı Post- Hoc testi yapılmış, araştırmanın %97 güç ve %99 güven aralığında olduğu belirlenmiştir. Ölçme aracı olarak araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği (Vural Yüzbaşı, Oktay ve Turan, 2021), Öznel İyi Oluş Ölçeği (Tuzgöl Dost, 2005) ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği (Kardaş ve Yalçın, 2018) kullanılmıştır. Araştırmada SPSS ve SPSS PROCESS macro (Model 4) kullanılmıştır. Aracılık analizi sonucunda ihtiyaç doyumunun alt boyutlarının her üçü ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında öznel iyi oluşun tam aracı rolü olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar, alanyazın çerçevesinde tartışılmış; araştırmacılar, ulusal ve yerel yönetimler, uygulamacılar ve psikolojik danışmanlar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: *İlişkisellik ihtiyaç doyumu, özerklik ihtiyaç doyumu, öznel iyi oluş, , sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama, yeterlilik ihtiyaç doyumu*

ABSTRACT

Author	Bilgenur ARPAĞ
University	Bursa Uludag University
Institution	Institute of Educational Sciences
Field	Department of Educational Sciences
Branch	Guidance and Psychological Counselling
Degree Awarded	Thesis of Master Degree
Page Number	112
Degree Date	
Supervisor	Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN

EXAMINING THE MEDIATING ROLE OF SUBJECTIVE WELL-BEING IN THE RELATIONSHIP BETWEEN UNIVERSITY STUDENTS' PSYCHOLOGICAL NEED SATISFACTION AND SPENDING BEHAVIOURS AS SOCIAL AND EMOTIONAL COPING

The aim of the study is to examine the mediating role of subjective well-being in the relationship between the sub-dimensions of psychological need satisfaction, namely relationality need satisfaction, competence need satisfaction and autonomy need satisfaction, and spending behaviour as social and emotional coping in university students. The study group of the research conducted for this purpose consisted of 628 students aged between 17 and 38 ($\bar{X}$=20.99, SD=2.25) studying in 12 faculties in Bursa Uludağ University Görükle Campus. After the data collection process, G*Power 3.1 programme Post- Hoc test was performed and it was determined that the research was within 97% power and 99% confidence interval. Personal Information Form created by the researcher, Spending as Social and Emotional Coping Scale (Vural Yüzbaşı, Oktay, & Turan, 2021), Subjective Well-Being Scale (Tuzgöl Dost, 2005) and Balance in Psychological Need Satisfaction Scale (Kardaş & Yalçın, 2018) were used as measurement tools. SPSS and SPSS PROCESS macro (Model 4) were used in the study. As a result of the mediation analysis, it was found that subjective well-being had a full mediating role between all three sub-dimensions of need satisfaction and spending behaviour as social and emotional coping. These results were discussed within the framework of the literature and recommendations were made for researchers, national and local governments, practitioners and psychological counsellors.

Keywords: *Autonomy need satisfaction, competence need satisfaction, relatedness need satisfaction, spending as social and emotional coping, subjective well-being*

İÇİNDEKİLER

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK iv
TEZ YAZIM KILAVUZUNA UYGUNLUK ONAYI v
TEŞEKKÜR viii
ÖZET ix
ABSTRACT x
TABLOLAR LİSTESİ xiv
ŞEKİLLER LİSTESİ xv
KISALTMALAR xvi

1. BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu 1
1.2. Araştırma Soruları 5
1.3. Araştırmanın Amacı 7
1.4. Araştırmanın Önemi 7
1.5. Araştırmanın Varsayımları 8
1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları 8
1.7. Tanımlar 8

2. BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Baş Etme 10
2.1.1. Baş Etme Stratejileri 11
2.1.1.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama 12
2.1.1.1.1. Sosyal Baş Etme Olarak Harcama 14
2.1.1.1.2. Duygusal Baş Etme Olarak Harcama 14
2.1.2. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama İle İlgili Yapılan Çalışmalar 15
2.1.2.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 15
2.1.2.2. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar 17
2.2. Öznel İyi Oluş 18
2.2.1. Öznel İyi Oluş Kuramları 19
2.2.1.1. Erek Kuramı 19
2.2.1.2. Etkinlik Kuramı 20

2.2.1.3. Sabit Nokta Kuramı 21
2.2.1.4. Aşağıdan Yukarıya- Yukarıdan Aşağıya Kuramı 21
2.2.1.5. Uyum Kuramı 22
2.2.1.6. Çok Yönlü Uyuşmazlık Kuramı 22
2.2.2. Öznel İyi Oluş İle İlgili Yapılan Çalışmalar 23
2.2.2.1. Öznel İyi Oluş İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 23
2.2.2.2. Öznel İyi Oluş İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar 24
2.3. Psikolojik İhtiyaç Doyumu 25
2.3.1. Öz Belirleme Kuramı 25
2.3.1.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı 26
2.3.1.1.1. İlişkisellik İhtiyacı 27
2.3.1.1.2. Yeterlilik İhtiyacı 27
2.3.1.1.3. Özerklik İhtiyacı 28
2.3.2. Psikolojik İhtiyaç Doyumu İle İlgili Yapılan Çalışmalar 29
2.3.2.1. Psikolojik İhtiyaç Doyumu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 29
2.3.2.2.Psikolojik İhtiyaç Doyumu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar 31
2.4. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar 33
2.4.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar 33
2.4.2. Öznel İyi Oluş ile Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar 35
2.4.3. Psikolojik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar 38

3. BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli 40
3.2. Çalışma Grubu 40
3.3. Veri Toplama Araçları 42
3.3.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği (SDBOH) 42
3.3.2. Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİO) 42
3.3.3. Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği (PİDDÖ) 43
3.3.4. Kişisel Bilgi Formu 44
3.4. Verilerin Toplanması 44
3.5. Verilerin Analize Hazırlanması ve Analizi 44

4. BÖLÜM

BULGULAR

4.1. Psikolojik İhtiyaç Doyumu Alt Boyutları, Öznel İyi Oluş ve Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcamaya İlişkin Korelasyon Analizi 47

4.2. İlişkisellik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü 47

4.3. Yeterlilik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 2) 49

4.4. Özerklik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü 51

5. BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma 54

5.1.1. İlişkisellik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolüne Yönelik Tartışma 54

5.1.2. Yeterlilik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolüne Yönelik Tartışma 57

5.1.3. Özerklik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolüne Yönelik Tartışma 59

5.2. Sonuç 61

5.3. Öneriler 62

5.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler 62

5.3.2. Ulusal ve Yerel Yönetimlere Öneriler 63

5.3.3. Uygulamacılara Öneriler 64

5.3.4. Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler 65

KAYNAKÇA 67

EK 1: Etik Kurul Onayı 86

EK 2: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği Kullanım İzni 87

EK 3: Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği Kullanım İzni 88

EK 4: Öznel İyi Oluş Ölçeği Kullanım İzni 89

EK 5: Kişisel Bilgi Formu 90

EK 6: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği 91

EK 7: Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği 92

EK 8: Öznel İyi Oluş Ölçeği 93

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo *Sayfa*

Tablo 1 Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler 41
Tablo 2 VIF ve Tolerans Değerlerine İlişkin Bulgular 45
Tablo 3 Betimleyici İstatistikler 46
Tablo 4 Korelasyon Analizine İlişkin Bulgular 47
Tablo 5 Aracılık Analizi Bulguları (Model 1) 49
Tablo 6 Aracılık Analizi Sonucunda Elde Edilen Etki Büyüklükleri (Model 1) 49
Tablo 7 Aracılık Analizi Bulguları (Model 2) 51
Tablo 8 Aracılık Analizi Sonucunda Elde Edilen Etki Büyüklükleri (Model 2) 51
Tablo 9 Aracılık Analizi Bulguları (Model 3) 53
Tablo 10 Aracılık Analizi Sonucunda Elde Edilen Etki Büyüklükleri (Model 3) 53

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil *Sayfa*

1 İlişkisellik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal Ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracılık Etkisine İlişkin Test Edilecek Model (Model 1) 6
2 Yeterlilik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracılık Etkisine İlişkin Test Edilecek Model (Model 2) 6
3 Özerklik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracılık Etkisine İlişkin Test Edilecek Model (Model 3) 6
4 İlişkisellik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 1) 48
5 Yeterlilik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 2) 49
6 Özerklik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 3) 52

KISALTMALAR

ÖİO: Öznel İyi Oluş

PİDDÖ: Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği

PİDDÖ_İ: İlişkisellik İhtiyaç Doyumu

PİDDÖ_Y: Yeterlik İhtiyaç Doyumu

PİDDÖ_Ö: Özerklik İhtiyaç Doyumu

PP: Pozitif Psikoloji

SDBOH: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği

1. BÖLÜM

GİRİŞ

Bu bölümde sırasıyla araştırmanın problem durumu, araştırma soruları, araştırmanın amacı, önemi, varsayımları ve sınırlılıklarına yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

Değişen dünya, zorlu yaşam koşulları ve her bireyin hayatında küçük ya da büyük bir biçimde var olan stres kaynakları stresle baş etmeyi de zorunlu hale getirmektedir. *Baş etme,* Folkman, Lazarus, Gruen ve Delongis (1986) tarafından "Bireyin kaynaklarını zorlayan veya aşan belirli dış veya iç talepleri yönetmek için bireyin sürekli değişen bilişsel ve davranışsal çabaları" olarak tanımlanmaktadır. Stres verici olumsuz olaylar karşısında yaşanılan stres düzeyini en az seviyeye çekmek için baş etme stratejilerine başvurmak evrensel bir tutumdur (Folkman ve Lazarus, 1980). Bununla birlikte, bireyler, aynı olayları deneyimleseler dahi farklı algılara sahip olabildiklerinden (fenomenolojik bakış açısı) stresle baş etmede kullandıkları stratejiler de farklılaşabilmektedir. Bu noktada baş etme stratejilerini daha iyi kavrayabilmek için farklı sınıflandırmalara gidilmiştir.

Alanyazında baş etme stratejilerine ilişkin sınıflamalara örnek olarak Folkman ve Lazarus (1980) baş etmeyi problem odaklı ve duygu odaklı baş etme olarak ikiye ayırmaktadır. Problem odaklı baş etmede birey, tehdit edici olayın etkisini azaltmak veya ortadan kaldırmak amacıyla hareket etmektedir. Burada stres kaynağına yönelik farkındalık, probleme yönelik çözüm üretme gibi bilişsel ve davranışsal süreçler söz konusudur. Duygu odaklı baş etme süreci ise daha pasif ilerleyen bir süreçtir. Bu süreçte bireyin probleme değil problemin kendisinde yarattığı duygu ve düşüncelere odaklandığı görülmektedir. Bu sınıflandırmanın yanı sıra Endler ve Parker'ın (1990) baş etme stratejilerini görev odaklı baş etme, duygu odaklı baş etme ve kaçınma olmak üzere üç başlık altında topladıkları; Sprito ve diğerlerinin (1994) baş etmeyi aktif baş etme, kaçınan baş etme ve negatif baş etme olarak sınıflandırdıkları görülmektedir.

Alanyazında bulunan birçok sınıflandırma baş etme stratejilerinin *sağlıklı* olabildiği kadar *sağlıksız* da olabileceğine vurgu yapmaktadır. Stres yönetimi, problem çözme becerileri, duyguları açıkça ifade etme, pozitif düşünme tarzı, zaman yönetimi ve hobi edinme gibi aktiviteler sağlıklı baş etme stratejileri olarak görülmektedir. Öte yandan duygusal yeme, alkol ve uyuşturucu madde kullanımı, kaçınma davranışı sergileme, aşırı çalışma, sosyal izolasyon gibi durumlar ise sağlıksız baş etme stratejileri arasında görülmektedir. Son yıllarda bireyin baş etme amacıyla geliştirdiği davranışlardan biri olarak harcama davranışının

da alanyazında ele alındığı görülmektedir. (Donnelly, Ksendzova, Howell, Vohs ve Baumeister, 2016; Kellett ve Bolton, 2009; Zhou ve Gao, 2008). *Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama* davranışını tanımlayan Rice, Garrison ve Liu (2020)'ya göre bu kavram bireylerin zor duygularla karşı karşıya kaldıklarında bu duygularla baş edebilmek ve sosyal çevreleri ile bağlantı kurabilmek için para harcama davranışına yönelmesini ifade etmektedir. Sosyal baş etme olarak harcama, duygusal baş etme olarak harcama ve dürtüsel harcama olarak üç alt boyuttan oluşmaktadır. *Sosyal baş etme olarak harcama* alt boyutunda uyum sağlama, diğerleri tarafından kabul görme gibi sosyal öğelere ilişkin davranışlar tanımlanmaktadır. *Duygusal baş etme olarak harcama* alt boyutu ile olumsuz duygularla baş etme sürecindeki harcama davranışları tanımlanmaktadır. *Dürtüsel harcama* alt boyutunda ise dürtüsellik içeren harcama davranışları tanımlanmaktadır. Harcama davranışını sosyal ve duygusal baş etme aracı olarak kullanan bireylerin kısa vadede rahatladığı ve öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği bilinmektedir (Rice ve diğerleri, 2020). Fakat uzun vadede bakıldığında harcama; bireyde oluşturduğu hayal kırıklığı, pişmanlık (Baumeister, 2002) ve maddi yük (Pirog ve Roberts, 2007) ile bireyin başlangıçta var olan düşük öznel iyi oluş düzeyini daha fazla düşürmektedir. Öznel iyi oluş düzeyi düştükçe baş etme olarak harcama davranışına yönelen birey, her harcama davranışı sonrasında öznel iyi oluş düzeyini yükseltiyor gibi görünse de baş etme olarak harcama davranışının zamanla kompülsif satın alma bozukluğuna dönüştüğü görülmektedir (Faber ve O'Guinn, 1992; O'Guinn ve Faber, 1989). Bu sebeple, sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı sağlıksız bir baş etme stratejisi olarak görülmektedir. Görüldüğü gibi, alanyazında baş etme stratejileri arasında sağlıksız bir strateji olarak yerini almış olan harcama davranışının iyi oluşla ilişkileri bulunmaktadır.

İyi oluş (well-being); bireylerin güçlü yönlerine odaklanan, bireyin hayatını her zaman daha iyi bir konuma götürmeye katkı sunan (Peterson, 2000) Pozitif Psikoloji (PP) çerçevesinde ele alınan bir kavramdır. Psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluş olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Seligman, Parks ve Rashid, 2006). Hedonik boyut olarak da adlandırılan *öznel iyi oluş* haz odaklıdır ve kısaca mutluluk olarak tanımlanmaktadır. Bireyin yaşamını bilişsel ve duygusal olarak nasıl değerlendirdiği öznel iyi oluş ile ilgilidir (Diener, 2000). Öznel iyi oluş halinde bireyin olumlu duygu durum içinde olması, olumsuz duyguları az yaşaması ve genel bir memnuniyet hali söz konusudur (Myers ve Diener, 1995). Ödomonik boyut olarak da adlandırılan *psikolojik iyi oluş*; altı boyutta ele alınmaktadır (Ryff ve Keyes, 1995). Psikolojik iyi oluş ise iyi hissetmekten daha çok; iyi yaşama ve iyi şeyler yapma olarak karakterize edilmektedir (Forgeard, Jayawickreme, Kern ve Seligman, 2011).

Öznel iyi oluş düzeyi aile desteği algısı (Cassidy, 2020; Gülaçtı, 2010), bağlanma stili (Özer, 2009; Young, Kolubinski ve Frings, 2020), algılanan ekonomik durum, algılanan anne-baba tutumları, dini inançlar (Tuzgöl-Dost, 2006), ekonomik belirsizlik (Godinic, Obrenovic ve Khudaykulov, 2020), birincil ve ikincil yetenekler (Eryılmaz, 2011), kişilik eğilimleri, kültürel değişkenler (Diener, Oishi ve Lucas, 2003), iyimserlik eğilimi, özsaygı (Eryılmaz ve Atak, 2011; Lyyra ve diğerleri, 2021), mizah tarzları (Amjad ve Dasti, 2022; Tümkaya, 2011) gibi birçok değişkenden etkilenmektedir. Öznel iyi oluş düzeyini etkileyen bir diğer faktör de temel *psikolojik ihtiyaçları*n karşılanmasıdır (Deci ve Ryan, 2000). Bireyin iyi oluş halinin sağlanması ve devamlılığı için karşılanması gereken psikolojik ihtiyaçları bulunmaktadır. Öz Belirleme Kuramına göre psikolojik ihtiyaç doyumunun sağlanamaması bireyin öznel iyi oluş düzeyinde düşüşe sebep olmaktadır (Guo, Tong ve Li, 2019).

PP kapsamında ele alınan kavramlardan olan ihtiyaç doyumunu arttırmak için öncelikle bireylerin ihtiyaçlarını tanımlama ve sınıflandırma yoluna gidilmiştir. Bu bağlamda ihtiyaçlar konusunun alanyazında farklı kuramcılar tarafından farklı şekillerde tanımlandığı görülmektedir. Bireyin ihtiyaçlarını tanımlarken ihtiyaçların hiyerarşik bir düzeni olduğunu öne süren ve İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramını ortaya atan Maslow'a göre bireyin ihtiyaçları fizyolojik ihtiyaçlar, güvenlik ihtiyacı, sevgi ve ait olma ihtiyacı, saygınlık ve statü ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme ihtiyacı şeklinde sıralanmaktadır (Maslow,1943). Alanyazında bu çerçevede yer bulmuş diğer kuramlardan biri Glasser'in bireyin ihtiyaçlarını Seçim Kuramı ve Gerçeklik Yaklaşımı çerçevesinde ele aldığı kuramdır. Kurama göre bireyin ihtiyaçları hayatta kalma, güç, sevgi, eğlence ve özgürlük olmak üzere beş başlıkta toplanmaktadır. Bireyin bu ihtiyaçlarla dünyaya geldiği ve ihtiyaçların kültürel farklılık göstermediği savunulmaktadır (Glasser, 1998). İhtiyaçlar konusunda günümüzde sıklıkla ele alınan kuramlardan biri de Edward Deci ve Richard Ryan'ın öncülük ettiği Öz Belirleme Kuramıdır. Kuramın amacı, bireylerin ve toplumların sağlıklı şekilde gelişimine katkı sunan koşulları belirlemek; büyüme, bütünleşme ve iyi olma sürecinde etkili olan faktörleri net bir biçimde tanımlamak olduğundan özellikle PP'nin önem kazanması ile birlikte bu kuram da sıklıkla ele alınmaya başlamıştır. Kuramda bireyin ihtiyaçları fizyolojik temellere dayandırılmadan psikolojik temelde ele alınmaktadır (Ryan ve Deci, 2001). Bireyin psikolojik gelişimi, bütünleşmesi ve iyi oluşu için bu psikolojik ihtiyaçların doyurulması gerektiği savunulmaktadır. Kuramda ilişkisellik, yeterlik ve özerklik olmak üzere üç psikolojik ihtiyaçtan söz edilmektedir. Bireyin iyi oluş halinin sağlanabilmesi için üç ihtiyacın da tam anlamıyla karşılanması gerekmektedir. Bir ihtiyacın dahi karşılanmaması iyi oluşu olumsuz etkilemektedir.

Psikolojik ihtiyaçların hayatın her döneminde tam anlamıyla karşılanması mümkün olmamakta; bunun sonucu olarak her zaman iyi oluş hali sağlanamamaktadır. Psikolojik ihtiyaçları karşılanmadığında iyi oluş düzeyi düşen bireyler çeşitli baş etme stratejilerine başvurmaktadırlar (Avcı ve Güngör, 2023; Barański ve Poprawa, 2024; Doron, Hayotte, d'Arripe Longueville ve Leprince, 2023; Stan, 2023; Yılmaz, 2020). Bu nedenle bireyin karşılaştığı problemleri çözebileceği sağlıklı baş etme stratejilerine sahip olması gerekmektedir. Fakat bireylerin stres durumlarında başvurduğu sağlıksız baş etme stratejileri de bulunmaktadır. Sağlıksız baş etme stratejilerinde, duygu odaklı baş etmede olduğu gibi stres yaratan durumdan kaçınma söz konusudur. Bireyler, kendilerinde stres yaratan duygu, düşünce veya olaylardan kaçınmak amacıyla belli davranışlar sergilemektedirler. Bireyin yaşamında karşılaştığı sosyal ve duygusal problemlerle baş etme yolu olarak harcama davranışına yönelmesi de problemden kaçınmasını sağlayan davranış örüntülerinden biri olarak ele alınmaktadır (Donnelly ve diğerleri, 2016; Kellett ve Bolton, 2009; Zhou ve Gao, 2008).

Alanyazında baş etme stratejisi olarak harcama, iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkileri ortaya koyan tüm bu araştırma bulguları birlikte değerlendirildiğinde, harcama davranışının bireyin karşılayamadığında öznel iyi oluş düzeyinin düşmesine sebep olan; ilişkisellik, özerklik ve yeterlik olarak sınıflandırılan psikolojik ihtiyaçları karşılamada rol oynadığı düşünülmektedir. Bireyin baş etme yolu olarak harcama davranışı sergilemesi, ikincil kazanç sağlamakta; böylece düşük olan öznel iyi oluş düzeyinin kısa vadede yükselmekte ve harcama davranışının devamlılığına yol açmaktadır (Rice, ve diğerleri, 2020). Fakat uzun vadede bakıldığında harcama; bireyde oluşturduğu olumsuz duygular ve durumlar (Baumeister, 2002; Pirog ve Roberts, 2007) nedeniyle bireyin başlangıçta var olan düşük öznel iyi oluş düzeyini daha fazla düşürmektedir. Psikolojik ihtiyaçlarında doyum sağlayamadıkça öznel iyi oluş düzeyi düşen ve öznel iyi oluş düzeyi düştükçe baş etme olarak harcama davranışına yönelen birey, her harcama davranışı sonrasında öznel iyi oluş düzeyini yükseltiyor gibi görünse de süreklilik kazanan baş etme olarak harcama davranışının zamanla kompülsif satın alma bozukluğuna dönüştüğü görülmektedir (Faber ve O'Guinn, 1992; O'Guinn ve Faber, 1989). Baş etme stratejisi olarak harcama davranışı sergileyen bireylerin bu davranışa bağımlılık geliştirmesi ve davranışın psikolojik bozukluğa dönüşme ihtimali söz konusu olduğundan bireylere sağlıklı baş etme yolları kazandırılmasının olumsuz sonuçlar doğuran harcama davranışına yönelmemesi noktasında faydalı olacaktır. Ayrıca alanyazında yer alan yeterlik, ilişkisellik ve özerklik ihtiyaçları ile sosyal, duygusal, dürtüsel baş etme olarak harcama davranışları arasında ilişki olup olmadığı; ilişki varsa hangi değişkenler

arasında olduğunun incelenmesi; bu sayede hangi psikolojik ihtiyacın karşılanmaması halinde harcama davranışının arttığının öngörülüp buna yönelik önleyici veya iyileştirici çalışmalar yapılması önem arz etmektedir.

Alanyazına bakıldığında psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki (Ciyin ve Erturan İlker, 2014; Gaudreault, 2021; Gunnel, Crocker, Mack, Wilson ve Zumbo, 2014; Hite, 2015; İlhan ve Özbay, 2010; Karabacak Çelik, 2021); öznel iyi oluş ile baş etme davranışları arasındaki (Bliss, 2023; Ertaş, 2024; Harpaz, Vaizman ve Yaffe, 2023; McFadden ve diğerleri, 2021; Ok, 2023; Philipp Muller, 2023; Piagiani, 2020; Siff, 2022; Wood, 2022; Yıldız, 2014; Zeidner, Matthews ve Olenik Shemesh, 2016) ilişkileri inceleyen araştırmalar bulunmasına karşın söz konusu değişkenleri bir arada inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Alanyazında psikolojik ihtiyaç doyumu, öznel iyi oluş ve baş etme değişekenleri arasında var olduğu bildirilen anlamlı ilişkiler, öznel iyi oluşun psikolojik ihtiyaç doyumu ile baş etme olarak harcama davranışı arasında aracılık rolü olduğunu düşündürmektedir. Buradan hareketle bu çalışmada öznel iyi oluşun psikolojik ihtiyaç doyumu boyutları olan ilişkisellik ihtiyaç doyumu, yeterlilik ihtiyaç doyumu ve özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki aracı rolleri ayrı modeller çerçevesinde incelenmiştir.

1.2. Araştırma Soruları

Araştırma kapsamında psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutları olan ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolünü test eden 3 adet araştırma sorusu bulunmaktadır.

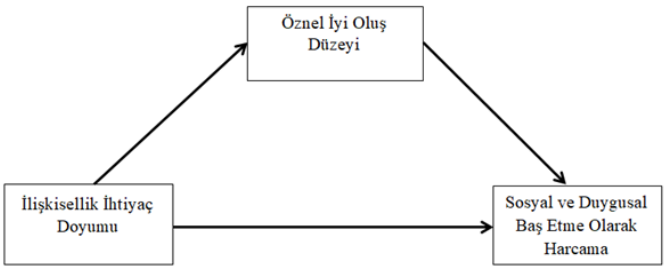
1. İlişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık etkisi var mıdır?
2. Yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık etkisi var mıdır?
3. Özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık etkisi var mıdır?

Alanyazından hareketle araştırma için tasarlanan ve araştırma kapsamında test edilen aracılık modelleri Şekil 1, Şekil 2 ve Şekil 3'te sunulmuştur.

Psikolojik ihtiyaç doyumunun ilişkisellik ihtiyaç doyumu alt boyutu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü Şekil 1'de bulunan model ile test edilecektir.

Şekil 1

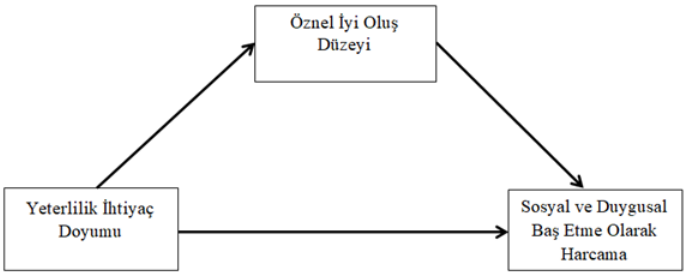
İlişkisellik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal Ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracılık Etkisine İlişkin Test Edilecek Model (Model 1)



Psikolojik ihtiyaç doyumunun yeterlilik ihtiyaç doyumu alt boyutu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü Şekil 2'de bulunan model ile test edilecektir.

Şekil 2

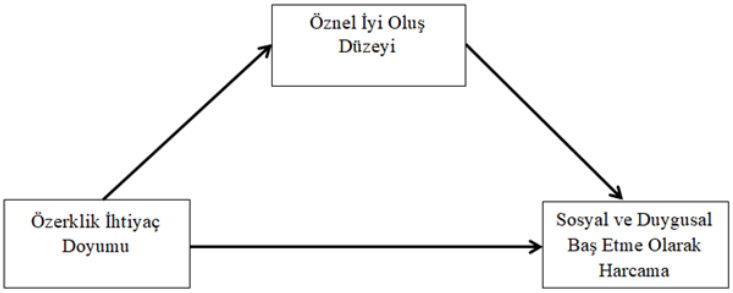
Yeterlilik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal Ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracılık Etkisine İlişkin Test Edilecek Model (Model 2)



Psikolojik ihtiyaç doyumunun özerklik ihtiyaç doyumu alt boyutu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü Şekil 3'te bulunan model ile test edilecektir.

Şekil 3

Özerklik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal Ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracılık Etkisine İlişkin Test Edilecek Model (Model 3)



1.3. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutları olan ilişkisellik ihtiyaç doyumu, yeterlilik ihtiyaç doyumu ve özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık etkisini incelemektir.

1.4. Araştırmanın Önemi

Psikolojik ihtiyaç doyumu, öznel iyi oluş halinin sağlanmasında belirleyici olan faktörlerden biridir. Alanyazında yer alan araştırmaların bulgularına göre ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik olarak sınıflandırılan psikolojik ihtiyaçlarından birini dahi doyuramayan bireylerin öznel iyi oluş düzeyinde düşüş meydana gelmektedir (Akbağ ve Ümmet, 2017; Akbağ ve Ümmet, 2018; Ciyin ve Erturan İlker, 2014; Desrumaux, 2015; Estey, 2016; Gaudreault, 2021; Gunnel ve diğerleri, 2014; Hite, 2015; İlhan ve Özbay, 2010; Karabacak Çelik, 2021; Kiltz, Trippenzee, Fleer, Fokkens- Bruinsma ve Jansen, 2024; Martela, Lehmus- Sun, Parker, Pessive ve Ryan, 2023; Slemp ve diğerleri, 2024; Tang, Wang ve Guerrien, 2020; Yeşilyurt, 2019). Hâlihazırda psikolojik ihtiyaçlarını doyuramamış ve öznel iyi oluş düzeyi düşük olan birey, problem durumlarla baş edebilmek için çeşitli baş etme stratejilerini kullanmaktadır. Stres yaratan durumdan bir an önce kurtulma dürtüsü ile hareket eden birey, sağlıksız baş etme stratejilerine de yönelebilmektedir. Bu noktada bireyin sergilediği sağlıksız baş etme stratejilerinden biri de harcama davranışıdır. Bireyin problemleri ile baş etme amacıyla harcama davranışı sergilemesi ve dolaylı olarak, kısa vadeli iyi oluş halini sağlaması durumunda davranış, ikincil kazanç sağlamaktadır. Fakat baş etme olarak harcama davranışının öznel iyi oluş düzeyini uzun vadede düşürdüğü bilinmektedir. Birey; psikolojik ihtiyaç doyumunu sağlayamayıp öznel iyi oluş düzeyi düştükçe harcama davranışına yönelmektedir. Bu nedenle harcama davranışının devamlılığı ve kompülsif satın alma bozukluğuna dönüşme ihtimali ortaya çıkmaktadır. Alanyazında yer alan araştırma bulgularının bu aracılık ilişkisini işaret etmesine karşın bu ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Bu araştırmanın söz konusu değişkenler arasındaki ilişkileri psikolojik ihtiyaç doyumunun her bir alt boyutu için ayrı ayrı olacak şekilde inceleyerek alanyazındaki boşluğun kapatılmasına katkı sunması beklenmektedir.

Türkiye'de yaygın kullanıma sahip e-ticaret şirketinin 2010 yılında kurulduğu bilinmektedir. Son 15 yılda online alışverişin de herkes tarafından erişilebilir bir hizmet olmasıyla yaygınlaşan harcama davranışı uluslararası alanyazında baş etme bağlamında ele alınmaya başlamıştır. Fakat harcama davranışı ulusal alanyazında hedonik satın alma, kompülsif satın alma, dürtüsel satın alma başlıkları altında incelenirken baş etme stratejisi

olarak ele alındığı çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Bu araştırmanın genç yetişkin popülasyonun uzun vadede riskli sonuçlar taşıyan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışını anlamlandırmada ve önleyici- iyileştirici çalışmalar yapmada alanyazına katkı sunması beklenmektedir.

Araştırma bulguları ışığında etkili baş etme stratejilerinin kazandırılması, aile, öğretmen ve politikacıların sağlıksız baş etme stratejilerine yönelik önlem alması, alanyazında konuyla ilgili açığın kapatılması için daha kapsamlı araştırmalar yapılması ve bireylere finansal becerilerin kazanadırılması gibi bireysel, toplumsal, eğitsel bağlamlarda verilebilecek öneriler bulunmaktadır. Araştırmada ele alınan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ulusal alanyazında yeni bir kavram olduğundan bu araştırmanın ilerleyen araştırmalara da ışık tutması beklenmektedir.

1.5. Araştırmanın Varsayımları

Katılımcıların araştırmada kullanılan ölçme araçlarını samimiyetle ve doğruları yansıtacak şekilde cevapladıkları varsayılmıştır.

1.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

1) Bu araştırmanın verileri Bursa Uludağ Üniversitesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerden toplanmıştır. Katılımcıların birçoğunun maaş yoluyla gelen maddi kazancının olmaması ve gelir kaynağının görece kısıtlı gelir sağlaması araştırma değişkenlerinden olan harcama davranışını ölçme konusunda sınırlılık yaratabilir.

2) Araştırma verileri Aralık ayının son 3 haftasında toplanmıştır. Yılbaşı nedeniyle bu kısa sürede dahi markaların ve marketlerin indirim dönemlerinin başlaması olası bir durumdur. İndirim dönemlerinde yapılan alışverişlerin harcama davranışına ilişkin ölçümü etkileme ihtimali araştırmanın sınırlılıkları arasındadır.

3) Araştırma kapsamında değişkenler arasında yalnızca aracılık analizleri yapılmış olup; grupların ortalamalarını karşılaştırmaya yönelik varyans analizi yapılmamıştır. Bu nedenle harcama davranışının, katılımcıların betimsel özelliklerine göre farklılaşıp farklılaşmadığının bilinmemesi araştırmanın sınırlılıkları arasındadır.

1.7. Tanımlar

Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı: Bireylerin, olumsuz duygular hissettiklerinde baş etme mekanizması olarak da başvurdukları davranış (Rice ve diğerleri, 2020).

Öznel İyi Oluş: Bireyin kendi yaşamının değerlendirmesini yapmasını ve bu değerlendirme sonucunda yargıda bulunması (Diener, 1984)

Psikolojik İhtiyaçlar: Psikolojik büyüme, bütünlük ve iyi oluşun devam etmesi için önemli olan; doğuştan gelen psikolojik besinler (Deci ve Ryan, 2000)

2. BÖLÜM
KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama, öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaç doyumu kavramlarının kavramsal açıklamaları, kavramların birbirleriyle olan ilişkileri ve bu kavramlarla ilgili farklı örneklemlerde yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının kavramsal açıklamasının yapılabilmesi için öncelikle baş etme ve baş etme stratejilerinin açıklanması gerekmektedir.

2.1. Baş Etme

İnsan yaşamı birbirini izleyen olumlu ve olumsuz yaşam olaylarından oluşmaktadır. Bu olaylardan bazıları bireyin iyi oluş halini olumlu etkileyip mutluluk verirken bazıları da bireyin stres yaşamasına sebep olmaktadır. Öznel iyi oluş kuramlarından olan Uyum Kuramında bireyin, hayatında gelişen olumlu olaylar karşısında her zaman mutlu kalamadığı gibi olumsuz olaylar karşısında da her zaman mutsuz kalamayacağı (Tuzgöl Dost, 2004) belirtilmektedir. Birey, deneyimlediği olumsuz olayların yarattığı stresi düzenleyebilmek için bazı stratejilere ihtiyaç duymaktadır. Bu stratejilerin savunma mekanizmalarının kullanımı ya da baş etme stratejileri olduğu görülmektedir (Morris, 2002).

Baş etme stratejileri öznel iyi oluş haline karşı oluşan tehlikeyi en düşük düzeye indirmek için harcanılan çabayı ifade etmektedir (Gerrig, 2013). Birey, baş etme stratejilerini kullanarak olumsuz durumun oluşturduğu stresi gidermeye veya en düşük düzeye indirmeye çalışmakta ve böylece uyum düzeyine kavuşmaktadır (Yamaç, 2009). Alanyazında oldukça sık ele alınan konulardan biri olan baş etme kavramı stres kaynaklarını tolere etmek, değiştirmek veya önlemek amacıyla verilen duygusal ve davranışsal tepkiler olarak tanımlanmıştır (Dressler, 1985). Folkman ve Lazarus (1988) ise baş etmeyi bireyin yaşamında ortaya çıkan tehdit karşısında korku duygusuyla birlikte ortaya çıkan savaş ya da kaç tepkisinin bireyin yaşamına katkı sunacak şekilde yönetilmesi olarak tanımlamışlardır. Burada dikkat edilmesi gereken noktalardan biri baş etme davranışlarının amacının stresi yok etmek değil stresi belli bir seviyede tutarak yönetmek olduğudur (Yücel, 2005). Etkili baş etme davranışlarının bireyleri psikolojik açıdan daha iyi ve sağlıklı hissettirdiği sonucuna ulaşan araştırmalar bulunmaktadır (Korkmaz, 2021). Fakat baş etme davranışlarının yetersiz kaldığı durumlarda veya sağlıksız baş etme davranışları sergilendiğinde bireyler için hem bedensel hem de psikolojik açıdan olumsuz sonuçlar ortaya çıkabilmektedir (Önem Akçaya ve Çelik Erden, 2014).

Stres verici olumsuz olaylar karşısında yaşanılan stres düzeyini en düşük seviyeye çekmek için baş etme stratejilerine başvurmak evrensel bir tutumdur (Folkman ve Lazarus,

1980). Fakat stres veren olayın bireyi ne şekilde ve düzeyde etkileyeceği fenomenolojik bir durumdur (Temeloğlu, 2014). Aynı olayı yaşayan iki birey yaşadıklarını, geçmişten getirdikleri inançları, şemaları ve önyargıları ile değerlendirdiklerinden iki farklı yorum ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle aynı olaya gösterilen tepkiler farklı olmaktadır. Özetle bireylerin sergiledikleri baş etme davranışlarının öznel olduğu söylenebilir. Bu noktada karşımıza baş etme stratejilerinin sınıflandırılmasına ilişkin farklı görüşler çıkmaktadır.

2.1.1. Baş Etme Stratejileri: Folkman ve Lazarus (1980) baş etme stratejilerini duygu odaklı baş etme ve problem odaklı baş etme olarak temellendirmektedirler. *Duygu odaklı baş etme* pasif bir baş etme stratejisidir. Bu stratejiyi kullanan bireylerin yaşadığı olumsuz durumu ortadan kaldırmak için herhangi bir çaba harcamadığı; aksine bu durumun yaratmış olduğu duygusal etkileri minimum düzeye indirmek adına kaçındığı, duruma yeni anlamlar yüklediği ve duyguları düzenlediği görülmektedir (Lazarus ve Folkman,1984). Duygu odaklı baş etme aynı zamanda kendini veya başkasını suçlama, olumsuz durumu kabullenme, hayallere odaklanma ve sosyal destek arama davranışlarını da içermektedir (Knussen ve Sloper, 1992; Littleton, Horsley, John ve Nelson, 2007). Birey, olumsuz duruma etki edemeyeceğini düşünerek durumun yaratmış olduğu rahatsızlık veren duyguların azaltılmasına odaklanmaktadır (Folkman ve Lazarus, 1980). *Problem odaklı baş etme* stratejisi ise aktif bir baş etme stratejisidir. Bu stratejiyi kullanan bireylerin stres yaratan olumsuz durumu ele alarak durumla ilgiyi bilgi toplamasını, çözüme yönelik plan yapmasını, problemi çözümlemesini ya da yönetmesini içermektedir (Littleton ve diğerleri, 2007). Problem odaklı baş etme aynı zamanda öz-kontrolü, sorumluluk kabul etmeyi ve planlı ilerlemeyi içermektedir (Folkman ve Lazarus, 1980). Bu stratejiyi kullanan bireylerin olumsuz durum karşısında doğrudan harekete geçtiği görülmektedir. Bireyin olumsuz duruma aktif olarak müdahale edebileceğine dair inancının olduğu bu stratejide odak nokta baş edilmesi gereken problemdir (Gerrig, 2013). Bu nedenle problemle yüzleşmeyi ve etkili sorun çözmeyi içermektedir (Folkman ve diğerleri, 1986; Portlak, 2003). Bu baş etme stratejileri bağımsız iki baş etme stratejisi olarak görülse de aslında birbirlerinin tamamlayıcısı olarak ele alınmaktadırlar. İki baş etme stratejisini keskin sınırlarla ayırmak ve bireylerden yalnızca bir strateji kullanmalarını beklemek bireyin çalışan baş etme mekanizmalarında bozulmalara sebebiyet vermektedir (Lazarus, 2006).

Endler ve Parker (1990) ise baş etme stratejilerini görev odaklı baş etme, duygu odaklı baş etme ve kaçınma olmak üzere üç başlık altında toplamışlardır. *Görev odaklı baş etme*, stres yaratan olumsuz durumla baş etme amacıyla plan yapmayı ve bu doğrultuda davranmayı içermektedir. *Duygu odaklı baş etme* ise stres yaratan durumla değil stresle baş etmeyi

içermektedir. Bu stratejiyi kullanan bireyler, stresle baş etmek için hayal kurmakta ve olumsuz durumun yarattığı duygusal tepkilere yönelmektedir. *Kaçınma* başlığında ise rahatsızlık yaratan durum ve duygulardan uzaklaşmaya yönelik davranış örüntüleri bulunmaktadır. Farklı sınıflandırmalara bakılacak olursa Cheng, Chan, Hui ve Lam'ın (2003) baş etme stratejilerini *kaçış odaklı baş etme* ve *kontrol odaklı baş etme* olarak sınıflandırdıkları görülmektedir. Kaçış odaklı baş etme dikkat dağıtma, sosyal olarak geri çekilme davranışından bulunma, eleştiri ve olumsuz öz eleştiri yapma ve boyun eğme gibi davranışları içermektedir (Smith ve diğerleri, 2013). Kontrol odaklı baş etmede ise probleme yönelik bilişsel yeniden yapılandırma, problemi çözme ve duygu düzenleme becerilerinin hakim olduğu bir süreç söz konusudur (Smith ve diğerleri, 2013). Holen, Waaktaar, Lervåg ve Ystgaard (2012) baş etmeyi *aktif baş etme, geri çekilme* ve *karşıtlık* olarak sınıflandırırken; Sprito, Stark ve Tyc (1994) ise baş etmeyi *aktif baş etme, kaçınan baş etme* ve *negatif baş etme* olarak sınıflandırmaktadır. Aktif baş etme bilişsel yeniden yapılandırma, problem çözme becerileri, duygu düzenleme ve sosyal destek arama davranışlarını içermektedir (Bedel, Işık ve Hamarta, 2014). Kaçınan baş etme dikkati stresli olaydan çekme ve sosyal geri çekilmeyi içerirken negatif baş etme ise olumsuz öz eleştiri ve başkalarını suçlama davranışlarını içermektedir (Bedel, Işık ve Hamarta, 2014). Folkman ve Lazarus (1980) baş etme stratejilerini aynı zamanda *etkili baş etme* ve *etkisiz baş etme* olarak da sınıflandırmışlardır. Etkili baş etmeye otojenik eğitim, meditasyon, nefes egzersizi yapma gibi davranışlar örnek gösterilirken etkisiz baş etmeye kaçma, kaçınma ve savunma mekanizmalarını orantısız şekilde kullanma davranışları örnek gösterilmektedir.

Farklı sınıflandırmalarda da görüldüğü üzere baş etme stratejileri sağlıklı olabildiği kadar sağlıksız da olabilmektedir. Sağlıklı baş etme stratejileri stres yaratan olumsuz durumu ortadan kaldırmak amacıyla analiz etmeyi ve çözümlemeyi içermektedir. Sağlıksız baş etme stratejileri ise stres yaratan durumu çözümlemenin aksine bu durumdan ve stresten kaçınmaya yönelik davranışları içermektedir. Bu davranışlara tıkınırcasına yemek yeme (Arnow, Kenardy ve Agras, 1995), aşırı sosyal medya kullanımı (Folkman ve Moskowitz, 2004; Seepersad, 2004) gibi bireylerin odaklarını stres yaratan durumdan ve stresten uzaklaştırarak sorundan kaçınmasına ya da sorunu bastırmasına sebep olan davranışlar örnek gösterilebilir. Kontrolsüzce harcama yapma davranışı da bu sağlıksız baş etme davranışları arasında alanyazında yerini almıştır (Rice ve diğerleri, 2020; Vural Yüzbaşı, Oktay ve Turan, 2021).

2.1.1.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama: Harcama davranışı, baş etme alanyazınında bireylerin stres yaratan durumları veya olayları yönetebilmek için sergilenen bir baş etme biçimi olarak karşımıza çıkmaktadır (Donnelly ve diğerleri, 2016;

Kellet ve Bolton, 2009; Zhou ve Gao, 2008). Alanyazındaki çalışmalar harcama davranışının olumlu duyguları arttırmak amacıyla sergilendiğini öne sürüp harcama davranışını dürtüsel ya da kompülsif açıdan değerlendirmeye almaktadır (Müller, Mitchell ve De Zwaan, 2015; Rice ve diğerleri, 2020). Fakat bireyler, harcama davranışına olumsuz duygular hissettiklerinde baş etme mekanizması olarak da başvurmaktadırlar (Rice ve diğerleri, 2020). Aynı zamanda bireyler sosyal ilişkiler kurmak ya da bu ilişkileri kuvvetlendirmek amacıyla da harcama davranışına başvurmaktadırlar (Carver, Scheier ve Weintraub, 1989; Dittmar, 2005). Bireyler, sosyal bir gruba dahil olabilmek ya da olumsuz sosyal karşılaştırmalara tepki verebilmek amacıyla bazı materyalist değerler geliştirebilmektedirler. Materyalist değerler geliştiren bireyler, sosyal bağlantıyı geliştirmek ve psikolojik huzursuzluğu giderebilmek amacıyla harcama davranışına başvurabilmektedirler (Rice ve diğerleri, 2020). Bu durum sağlıksız bir baş etme stratejisi olarak ele alınmakta ve sağlıklı baş etme stratejilerinin geliştirilmesinin önünde engel oluşturmaktadır (Liu, 2011).

Öte yandan harcama davranışının hedonik ve kompülsif bir yönü de bulunmaktadır. Kellet ve Bolton'un (2009) bilişsel davranışçı modeli incelendiğinde kompülsif harcama davranışının genellikle dürtüsel olduğu görülmektedir. Bireylerin alışveriş ortamlarına maruz kalmaları, bu ortamlara çevirim içi alışveriş siteleri aracılığıyla kolayca erişebilmeleri ve harcama yapmanın olumsuz duyguları azaltacağı yönündeki inançları bireylerin kompülsif bir biçimde dürtüsel harcama yapmasında tetikleyici rol oynamaktadır (Kellet ve Bolton, 2009). Bu model kapsamında harcama davranışı, bireyin sosyal çevresinde değer verilen ürünleri satın alarak sosyal gruba kolayca dahil olduğu ve olumsuz duygulanımı da azalttığı; böylece bireyin kendisini daha yeterli hissettiği bir davranış halini almaktadır. Bu model harcama davranışının, sosyal ve duygusal baş etme mekanizması olarak kullanıldığına dayanak oluşturmaktadır (Rice ve diğerleri, 2020). Fakat harcama davranışının sosyal ve duygusal baş etme mekanizması olarak kullanılmasına teorik bir dayanak oluşturan bu model aynı zamanda harcama davranışının baş etme mekanizması olarak kullanımının uzun vadede yol açabileceği sorunları da göz önüne sermektedir. Bireyin harcama davranışı sonucunda olumsuz duygulanımının azaldığını, olumlu duygulanımının arttığını ve sosyal ilişkilerinin kuvvetlendiğini düşünmesi öznel iyi oluş düzeyinin kısa vadede de olsa yükselmesine ve böylece harcama davranışının kontrolsüzce devamına sebep olabilmektedir. Bu nedenle sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı, kompülsif satın alma ile sonuçlanma riskini barındırmaktadır. Zaman içinde kompülsif satın alma gibi daha ciddi sorunlara dönüşme riski barındıran harcama davranışı, aynı zamanda olumsuz duygulara verilen birincil tepki olma riskini de barındırmaktadır (Faber ve O'Guinn, 1992; O'Guinn ve Faber, 1989).

Kompülsif satın alma ile sonuçlanmayan harcama davranışlarında da olumsuz sonuçlara rastlamak mümkündür. Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı bireylerin harcama sonrası olumsuz duygular yaşamasına (Richins, McKeage ve Najjar, 1992); kontrol kaybı, hayal kırıklığı, pişmanlık hissetmesine (Baumeister, 2002); materyalizm, depresyon, öz değersizlik gelişimine (Frost, Kyrios, McCarthy ve Matthews, 2007); düşük ilişki doyumuna (Roberts ve Clement, 2007); düşük mutluluk seviyesine (Manchiraju ve Son, 2014) sebep olmaktadır. Aynı zamanda kişinin maddi yükünü de arttırarak daha fazla psikolojik sıkıntı yaratmaktadır (Pirog ve Roberts, 2007). Duygusal ve sosyal baş etme mekanizmalarını bir araya getiren harcama davranışı, bireylerin olumsuz duygularla baş etmeye ve diğerleriyle ilişki kurmaya çalıştıkları bir stratejidir. Davranış ilk aşamalarında bireyin düşük olan öznel iyi oluş düzeyini yükseltiyor gibi görünse de uzun vadede yarattığı sorunlar öznel iyi oluş düzeyinin düşmesine sebebiyet vermektedir. Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışını daha iyi anlayabilmek için sosyal baş etme olarak harcama ve duygusal baş etme olarak harcama davranışlarının da ayrı başlıklar altında ele alındığı görülmektedir (Rice ve diğerleri, 2020).

2.1.1.1.1. Sosyal Baş Etme Olarak Harcama: Bireyler zayıf sosyal desteğe sahip olduklarında, sosyal olarak dışlandıklarını hissettiklerinde, kurdukları ilişkilerde diğer bireylere güvenmediklerinde, sevilmeye ve değer verilmeye layık olmadıklarına inandıklarında sosyal acı adı verilen duyguyu hissetmektedirler (Feeney, 2005; Mead, Baumesiter, Stillman, Rawn ve Vohs, 2011; Wang ve Xiao, 2009). Sosyal acı hisseden bireyler bu duyguyu hafifletmek ve sosyal destek bulmak amaçlarıyla harcama davranışına yönelmektedirler (Chang ve Arkin, 2002). Birey, içinde bulunmayı istediği sosyal grupta değer verilen eşyaları satın alarak gruba dahil olma ihtimalini arttırmaktadır (Wang ve Xiao, 2009). Yapılan bu harcamalar kişinin, kendisini sosyal çevresine olumlu izlenimler çerçevesinde sunmasına katkı sağlamaktadır. Bireye bu kazancı sağlayan söz konusu eşyalar, bireyde sosyal ilişkileri üzerinde kontrol sahibi olduğu hissini yaratıp sosyal destek çevresinin oluşmasına katkı sunmaktadır (Zhou ve Gao, 2008). Sosyal baş etme olarak harcama davranışı yalnızca sosyal gruptan dışlanma durumunda ortaya çıkmamakta; bireyin öz-saygısını, söz konusu eşyalara bağlayarak koşullu öz-saygı yaratması durumunda da gözlenmektedir. Bu durumda söz konusu eşyalara sahip olmak bireyin öz-saygısını arttıracağından harcama davranışı da artmaktadır (Roberts, Manolis ve Pullig, 2014).

2.1.1.1.2. Duygusal Baş Etme Olarak Harcama: Duygusal baş etme, bireylerin duygu düzenleme girişimlerini ifade etmektedir (Rice ve diğerleri, 2020). Duygu düzenleme, Gross (2014) tarafından bireylerinin yaşadıkları duyguları arttırmak, azaltmak ya

da devam ettirmek için kullandıkları stratejiler olarak tanımlanmaktadır. Özellikle yaşanılan olumsuz duygularının düzenlenmesi bireyin iyi oluş düzeyini, işlevselliğini, sosyal ilişkilerini ve bu ilişkilerin kalitesini etkilemektedir (John ve Gross, 2004).

Alanyazında yapılan araştırmalarda duygu düzenlemenin kompülsif ve dürtüsel harcama davranışı ile ilişkisi analiz edilmiş ve harcama davranışının duygu düzenleme üzerinde etkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır (Thompson ve Prendergast, 2015). Ancak kompülsif satın alma davranışını sergileyen bireyler için harcama davranışının negatif duygulanımı azaltmak yerine pozitif duygulanımı arttırdığı görülmüştür (Yung ve Ji, 2014). Öte yandan kompülsif olmayan harcama davranışı sergileyen bireylerde harcama yapmanın negatif duygulanımı azalttığı bulgusu elde edilmiştir (Thompson ve Prendergast, 2015). Faber ve Christenson (1996) yaptıkları araştırmada kompülsif olmayan harcama yapan bireylerin %29,2'sinde duygudurum değişikliği tespit etmişlerdir. Bu durum harcama davranışının her zaman kompülsif ya da dürtüsel olmadığı yargısına ulaşmaya sebep olmaktadır. Bu nedenle duygusal baş etme olarak harcama davranışı, kompülsif harcama davranışından tamamen bağımsız olmamakla birlikte ayrı bir başlık altında ele alınmaktadır (Rice ve diğerleri, 2020).

2.1.2. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama İle İlgili Yapılan Çalışmalar: Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama kavramı Türkiye alanyazınında oldukça yeni bir kavramdır. Konuyla ilgili ölçek uyarlama çalışması dışında herhangi bir çalışma bulunmadığından bu kısımda baş etme, hedonik harcama ve kompülsif satın alma üzerine, Türkiye'de son 10 yılda üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.1.2.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar: Doğrudan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına odaklanmasa bile baş etme ve harcama davranışını konu alan ve üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan araştırmalar incelenmiştir. Alanyazın taranırken ele alınan araştırmaların güncel bulgular sunması hedeflenmiştir. Bu nedenle son 10 yılda yayınlanmış olan araştırmalar ele alınmıştır. İncelenen araştırmalar kronolojik sırayla sunulmuştur.

Ergin, Uzun ve Bozkurt (2014) tıp fakültesi öğrencileri ile yürüttükleri araştırmalarında öğrencilerin stresle baş etme yöntemlerini ve bu yöntemlerin sosyodemografik değişkenlerle ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma bulguları tıp fakültesi öğrencilerinin baş etme yöntemleri içerisinden en sık "Kendine Güvenli Yaklaşım"; en seyrek ise "Sosyal Destek Arama" yöntemini kullandıklarını göstermektedir. Erkek ve büyük yaştaki katılımcıların problem odaklı/ aktif yaklaşımları daha fazla kullandığı da elde edilen bulgulardan biridir.

Savcı ve Aysan (2014) 302 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında öğrencilerin algıladıkları stres düzeyi ile stresle baş etme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma bulguları algılanan stres ile stresle baş etme stratejileri arasında pozitif yönlü düşük korelasyon olduğunu göstermektedir.

Eraslan (2015) 266 Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencisi ile yaptığı araştırmasında spor bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin kişilik özelliklerini ve stresle baş etme biçimlerini çeşitli değişkenler ışığında incelemişlerdir. Araştırma bulguları öğrencilerin stresle baş etme biçimlerinin cinsiyete göre farklılaşma gösterdiğini; erkek öğrencilerin boyun eğici davranışlarının kadın öğrencilerden daha fazla olduğunu göstermektedir.

Ergin, Çevik ve Pakiş Çetin (2017) 410 hemşirelik bölümü öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında öğrencilerin eğitim süresince algıladıkları stres ve stresle baş etme davranışlarını incelemişlerdir. Araştırma bulguları öğrencilerin stres düzeylerinin ortalamanın üzerinde olduğunu ve stresle baş etmede problem çözme davranışına yöneldiklerini göstermektedir.

Coşkun (2019) 349 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında duygusal zeka ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün bireyin kullandığı stresle baş etme stratejileirne etkisini incelemiştir. Araştırma bulguları duygusal zekanın ile problem odaklı baş etme stratejileri arasında pozitif yönlü korelasyon olduğunu göstermektedir. Benzer şekikde belirsizliğe tahammülsüzlüğün, duygu odaklı baş etme stratejilerini olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

Türkiye'de son 10 yılda üniversite öğrencileri örnekleminde baş etme konusunda yapılan araştırmalar incelenmiştir. Farklı değişkenlerle birlikte ele alınsa da baş etme konusunun sıklıkla stres kaynaklarının ve bireylerin stresle baş etme stratejilerinin neler olduğunun incelendiği görülmüştür. Ardından üniversite öğrencilerinin hedonik satın alma ile kompülsif satın alma davranışlarını konu alan araştırmalar incelenmiştir.

Arslan ve Öz (2016) 1257 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında öğrencilerin demografik özelliklerinin kompülsif satın alma üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Araştırma bulguları cinsiyet, medeni durumu ve aile geliri değişkenlerinin kompülsif satın alma üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

Tokgöz (2019) 668 önlisans öğrencisi ile yaptığı araştırmasında hedonik ve faydacı tüketimin kompülsif satın alma üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma bulguları hedonik tüketimin dürtüsel ve kompülsif satın alma üzerinde pozitif yönlü etkiye sahip olduğunu

göstermektedir. Faydacı tüketimin ise dürtüsel ve kompülsif satın alma üzerinde negatif yönlü etkiye sahip olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Deniz (2020) 450 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında gençlerin çevirim içi kompülsif satın alma davranışını ve bu davranışa etki eden faktörleri incelemiştir. Araştırma bulguları yaşam doyumu, öz saygı ve problematik cep telefonu kullanımının çevirim içi kompülsif satın alma davranışı üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Yeşil, Yıldız ve Şıtak (2022) 384 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında kompülsif çevirim içi satın alma davranışının yaşam doyumu ile akademik başarı üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Araştırma bulguları kompülsif çevirim içi satın alma davranışının yaşam doyumu ve akademik başarıyı etkilemediğini göstermektedir.

Bahar ve Villi (2023) 2000 yılı sonrası doğan 398 z kuşağı bireyle yaptıkları araştırmalarında z kuşağı tüketicilerin hedonik tüketim ve gelişmeleri kaçırma korkusu olarak tanımlanan FOMO eğilimleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma bulguları FOMO ile hedonik tüketim arasında pozitif yönlü korelasyon olduğunu göstermektedir. Ayrıca daha sık alışveriş yapan bireylerin diğerlerine kıyasla hedonik tüketim eğilimlerinin daha çok olduğu ve kadınların tüketime daha hedonik bakış açısıyla yaklaştıkları tespit edilmiştir.

Demirel ve Tapan (2023) 413 önlisans öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında öğrencilerin sosyal medya bağımlılık düzeyleri ile kompülsif çevirim içi alışveriş bağımlılıkları arasındaki ilişkiyi çeşitli değişkenler üzerinden incelemişlerdir. Araştırma bulguları kadınların erkeklere oranla daha düşük sosyal medya ve çevirim içi alışveriş bağımlılığı olduğunu göstermektedir.

Sonuç olarak, Türkiye'de son 10 yılda üniversite öğrencileri örnekleminde hedonik satın alma ve kompülsif satın alma konusunda yapılan araştırmalar incelendiğinde (Arslan ve Öz, 2016; Bahar ve Villi, 2023; Demirel ve Tapan, 2023; Deniz, 2020; Tokgöz, 2019; Yeşil, Yıldız ve Şıtak, 2022) kompülsif satın almanın bir alt türü olan çevirim içi kompülsif satın alma davranışının üniversite öğrencileri arasında dikkat çektiği görülmektedir. Özellikle çevirim içi alışveriş platformlarının artması, bireylerin daha kolay bir biçimde satın alma imkanlarına erişmesine; böylece kompülsif satın alma davranışının da hızla artacağına işaret etmektedir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde hedonik tüketim ile faydacı tüketimin kompülsif satın alma davranışı üzerinde etkili olduğu görülmüştür.

2.1.2.2. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar: Yurt dışında konuyla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde harcama davranışının sıklıkla hedonik harcama yönüne vurgu yapıldığı görülmektedir. Bu kısımda yurt dışında doğrudan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına

odaklanmasa bile harcama davranışını konu alan ve üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan araştırmalar incelenmiştir. İncelenen araştırmalar kronolojik sırayla sunulmuştur.

Chen Lu (2016) 912 üniversite öğrencisi ile yürüttüğü araştırmasında mükemmeliyetçilik ve kompülsif satın alma arasındaki ilişkiyi ve depresyon ile stresin bu ilişkiye aracılık edip etmediğini incelemiştir. Araştırma bulguları mükemmeliyetçiliğin depresyon ve stres aracılığı ile kompülsif satın alma davranışı üzerinde dolaylı etkisi olduğunu göstermektedir.

Hudson (2016) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmasında network sitesi kullanımının çevirim içi kompülsif satın alma ve internet bağımlılığı üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma bulguları network sitesi kullanımı ile kompülsif satın alma ve internet bağımlılığı arasında ilişki olmadığını göstermektedir. Aynı zamanda kompülsif satın alma ve internet bağımlılığı arasında da anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Lou (2016) 146 uluslararası öğrenci ile yürüttüğü araştırmasında öğrencilerin karşılaştığı çeşitli uyum güçlüklerinin özsaygı ve mutluluğu ne ölçüde etkilediğini ve bu faktörlerin kompulsif çevrimiçi satın alma davranışını nasıl etkilediğini incelemiştir. Araştırma bulguları sosyal güçlüklerin kompulsif çevirim içi satın almayı doğrudan ve olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

Kiani (2020) Pakistanlı bireylerle yürüttüğü araştırmasında hedonik ve materyalist değerlerin kompülsif satın alma davranışı üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma bulguları hedonik ve materyalist değerlerin kompülsif satın alma davranışı üzerinde anlamlı etkisi olduğunu göstermektedir.

Wang (2023) ABD, Çin ve Hindistan'da kültürel boyutlar ile dürtüsel satın alma ve kompülsif satın alma davranışları arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulguları kültürel faktörlerin davranışların yönlendirilmesinde rolü olduğunu ve dürtüsel satın almanın her üç ülkede de kompülsif satın alma ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Söz konusu araştırma bulguları incelendiğinde kompülsif satın alma davranışının olumsuz duygu durumu ya da olumsuz duygu durumu yaratan yaşam olayları ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bireyin fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarının doyurulmaması da olumsuz duygu durumu yaratan olaylar arasında sayılmaktadır.

2.2. Öznel İyi Oluş

Bireyin güçlü yönlerine odaklanan ve hayatı her zaman daha iyi konuma getirmeyi amaçlayan (Peterson, 2000) PP'nin ortaya çıkması ile iyi oluş kavramı da alanyazında önem kazanmaya başlamıştır. Bireyin yaşamında iyi ve olumlu duyguduruma sahip olması olarak

tanımlananan (Deci ve Ryan, 2008) iyi oluş, psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluş olmak üzere ikiye ayrılmaktadır (Seligman, Parks ve Rashid, 2006).

Psikoloijik iyi oluş, hayatın anlamını ve bireysel açıdan hayatın amacını değerlendirebilme durumu olarak tanımlanmaktadır (McGregor ve Little, 1998). İyi hissetmekten daha çok; iyi yaşama ve iyi şeyler yapma olarak karakterize edilen (Forgeard ve diğerleri, 2011) psikolojik iyi oluş, kişinin gizil gücünü en üst düzeyde kullanabilmesidir (Ryff, 1989).

Öznel iyi oluşa bakıldığında ise Antik Yunan dönemlerinden beri incelenen mutluluk kavramının, psikoloji alan yazınında 1970'li yıllardan itibaren öznel iyi oluş ifadesi ile kendisine yer edindiği görülmektedir (Diener, 1984). Bireyin kendi yaşamının değerlendirmesini yapmasını ve bu değerlendirme sonucunda yargıda bulunması olarak tanımlanan öznel iyi oluşun 3 temel özelliği bulunmaktadır.

Bu özelliklerden ilki kavramın tamamıyla öznel değerlendirmeye dayanmasıdır. Birey, yaşamını değerlendirirken kendi kriterleri ve bakış açısını ölçüt almaktadır. Öznel iyi oluşun ikinci özelliği ise yalnızca olumsuz duyguların az hissedilmesini ya da hissedilmemesini değil, olumlu duyguların da baskın bir biçimde hissedilmesini gerektirmesidir (Diener, 1984). Başka bir deyişle öznel iyi oluş düzeyini arttırmak için yalnızca olumsuz duyguların ortadan kaldırılması yeterli olmamakta; olumlu duyguların da arttırılması gerekmektedir. Öznel iyi oluşun üçüncü özelliği ise yaşamı bütünüyle değerlendirmeye dayanmasıdır (Diener, 1984). Bireyin yaşamıyla ilgili değerlendirmeleri anlık, tek bir durumla ilgili değerlendirmelerden ziyade uzun dönem yaşantıları kapsayacak şekilde yapılmaktadır. Üç özellikten de görüldüğü üzere öznel iyi oluş olumlu duygular, olumsuz duygular ve yaşam doyumu boyutlarından oluşmaktadır. Olumlu- olumsuz duygular boyutları öznel iyi oluşun duygusal yönünü yansıtırken; yaşam doyumu boyutu bilişsel yönünü yansıtmaktadır (Diener ve Diener, 1996; Myers ve Diener, 1995).

2.2.1. Öznel İyi Oluş Kuramları: Öznel iyi oluş kavramını açıklayan birçok kuram bulunmaktadır. Bu bölümde Erek Kuramı, Etkinlik Kuramı, Sabit Nokta Kuramı, Aşağıdan Yukarıya- Yukarıdan Aşağıya Kuramı, Uyum Kuramı ve Çok Yönlü Uyuşmazlık Kuramı ele alınmıştır.

2.2.1.1. Erek Kuramı: Tarih boyunca pek çok filozof mutluluğun bireyin arzularını tatmin ederek mi yoksa bastırarak mı elde ettiğini tartışmışlardır. Hazcı filozoflar mutluluğa ulaşmak için arzuların yerine getirilmesi gerektiğini düşünürken bazı filozoflar arzuların yok edilmesi gerektiğine inanmışlardır. Bu noktada hedeflere ulaşıldıktan sonra elde edilen mutluluğun uzun vadeli olup olmadığı sorusu da tartışma yaratmıştır. Diener (1984),

bireyin ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak koyduğu hedeflerin gerçekçi olduğunu ve bu hedeflere ulaştıktan sonra elde edilen mutluluğun uzun vadede kalıcı olduğu görüşünü savunmaktadır. Böylece birey hem hedeflerine ulaşmakta hem de ihtiyaç doyumunu sağlamaktadır.

Wilson (1960) tarafından oluşturulan erek kuramının üzerinde durduğu iki ana başlık da ihtiyaçlar ve amaçlardır. Kuramın ihtiyaç boyutuna bakıldığında bireylerin mutlu olabilmeleri için ihtiyaçlarının doyurulması gerektiği; doyurulmayan ihtiyaçların bireyde gerilim yarattığı savunulmaktadır. Kuramda bireyin belirli fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak için doğru biçimde aksiyon almasının öznel iyi oluş düzeyini arttıracağı belirtilmektedir (Diener, 1984). Amaç boyutunda ise kişinin belirli amaçlara ulaşarak mutluluğu elde ettiği savunulmaktadır. Kişinin amacına ulaştıktan sonraki mutluluğu; amacının ne kadarına ulaştığından, amaca ulaşmak için gösterdiği çabanın büyüklüğünden, amacın bireye ne kadar uygun olduğundan ve bireyin hedeflediği şeyden ne kadar yoksun olduğundan etkilenmektedir (Yıldırım, 2018).

Kuramın odaklandığı iki ana başlık birbirinden bağımsız gibi görünse de ortak noktalarının bireyin mutluluğu elde etmesinde aracı rolde olmalarıdır. Bireyin temel fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçları, kendisine belirli hedefler koymasına yol açmaktadır. Temel ihtiyaçlar doğrultusunda belirlenen hedeflere ulaşarak hem ihtiyaç doyumu sağlayan hem de amaçlarına ulaşan birey mutlu olmakta; yani öznel iyi oluş düzeyi artmaktadır (Diener, 1984; Michalos, 1980).

2.2.1.2. Etkinlik Kuramı: Etkinlik kuramına göre mutluluk, amaçlara ulaşmak için yapılan etkinlikler yoluyla elde edilir. Erek kuramı ile etkinlik kuramını birbirinden ayıran temel özellik, odak noktalarıdır. Mutluluğun arzulara ulaşarak mı yoksa bastırılarak mı elde edildiği tartışılırken Scitovsky (1976), “Hedeflere giden yolda olmak ve onlara ulaşmak için mücadele etmek, hedeflere fiilen ulaşmaktan daha tatmin edicidir." görüşü ile hedeflere ulaşmada sürecin önemini vurgulamıştır. Erek kuramı, mutluluğa ulaşmak için sonuca odaklanırken; etkinlik kuramı sürece odaklanmaktadır. Diener (1984), etkinlik kuramını “Dağa tırmanmak, zirveye ulaşmaktan daha büyük mutluluk getirir.” örneği ile açıklamaktadır. Etkinlik kuramının ilk temsilcilerinden olan Aristo, mutluluğun erdemli faaliyetten kaynaklandığını savunmaktadır (Diener, 1984). Modern dünyaya bakıldığında hobiler ve egzersizler gibi etkinlikler yapmanın da öznel iyi oluş düzeyini arttırma yolları olarak önerildiği görülmektedir.

Etkinlik kuramı, bireylerin etkinliklere odaklanmasının öznel iyi oluş üzerinde etkili olduğunu savunmaktadır. Burada dikkat edilmesi gereken nokta ise etkinliğin zorluk

düzeyidir. Eğer etkinlik, bireyin becerilerinin çok üzerinde ise birey için kaygı verici; çok altında ise sıkıcı olmakta ve konsantrasyon sağlanamamaktadır. Etkinliğin zorluğu bireyin beceri düzeyinde olması ise bireyin akış deneyimi yaşamasına katkı sağlamaktadır (Diener, 1984). Akış deneyimi, bir etkinliği yaparken konsantre olmuş bir şekilde etkinliği yapmak ve çevre ile olan bağı koparmak olarak tanımlanmaktadır (Csikszentmihalyi, 2014).

2.2.1.3. Sabit Nokta Kuramı: Tek bir kuramcısı bulunmayan ve deneysel çalışmalarla da desteklenen sabit nokta kuramında, bireyin öznel iyi oluş düzeyinin sabit bir noktada olduğunu savunulmaktadır. Kuramda bireyin yaşamı, geniş bir zaman diliminde incelendiğinde farklı yaşantıların öznel iyi oluş düzeyinde değişiklikler meydana getirdiği görülse de zaman içerisinde sabit noktasına döndüğü ve stabil kaldığı belirtilmektedir (Diener, 1984).

2.2.1.4. Aşağıdan Yukarıya- Yukarıdan Aşağıya Kuramı: Mutluluk halinin bilimsel tarihine bakıldığında sorulan soruların aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramları arasındaki ayrımdan kaynaklandığı görülmektedir. Aşağıdan yukarıya kuramında bireyin farklı yaşam alanlarından (ilişki, meslek vs.) aldığı haz ve doyumun kümülatif biçimde yaşam doyumunu oluşturduğu görüşü hakimdir. Kurama göre bireyler yaşamının mutlu olup olmadığına karar vermek amacıyla anlık zevkleri ve acıları toplamak için bazı zihinsel hesaplamalar kullanır. Özetle mutlu bir yaşam yalnızca mutlu anların birikimidir (Diener, 1984). Bu bakımdan aşağıdan yukarıya kuramı felsefede bulunan indirgemeci ve ataomistik görüşlerle ilişkilendirilmektedir (Kozma ve Stones, 1980). Bireylerin yaşamlarında olumlu deneyimler biriktikçe mutluluğa ulaşılmaktadır.

Yukarıdan aşağıya kuramında ise mutluluk, kümülatif olarak değerlendirilmemekte; bir kişilik özelliği olarak ele alınmaktadır. Diener (1984), bireyin yaşamındaki olayları olumlu deneyimlemeye yönelik küresel bir eğilim içinde olduğunu ve söz konusu iyimser eğilimin bireyin dünyayla kurduğu etkileşimi etkilediğini belirtmektedir. Kurama göre kişi, eylemlerinden zevk aldığı için mutlu olmaz aksine mutlu olduğu için zevk alır. Nedensel bakış açısının hakim olduğu kuram Demokritus'un, "Mutlu bir yaşam iyi şansa ya da herhangi bir şeye bağlı değildir. Dış koşulların yanı sıra, aynı zamanda ve hatta büyük ölçüde, bireyin zihin yapısına bağlıdır. Önemli olan bireyin neye sahip olduğu değildir, sahip olduklarına nasıl tepki verdiğidir" (Tatarkiewicz, 1976) sözüyle de netleştirebilir.

Mutluluk konusundaki tartışmalar incelendiğinde ise iki konu dikkat çekmektedir. Tartışma konularından ilki mutluluğun bir kişilik özelliği mi yoksa bir durum mu olduğuyla ilgilidir. Mutluluğun bir kişilik özelliği ile gelen yatkınlık olduğunu savunan araştırmacılar, mutluluğun yalnızca mutlu duyguları ifade etmediğini, mutlu şekilde tepki verme eğilimini

ifade ettiğini düşünmektedirler. Aksi yönde mutluluğun bir durum olduğunu savunan araştırmacılar ise mutluluğu, mutlu anların koleksiyonu olarak görmektedirler (Chekola, 1975).

İkinci tartışma konusu ise yaşanılan olumlu olayların mutluluk üzerine etkisidir. Burada depresyon temel alınarak olumlu olayların yaşanmaması halinde bireyin depresyon yaşayacağı belirtilmiştir (Lewinsohn, Rohde ve Seely, 1998) Ancak aksi görüşü savunan araştırmacılar depresyonun normalde bireye olumlu ve haz veren olaylarla meşgul olunduğunda dahi haz almamasından kaynaklandığını savunmaktadırlar.

2.2.1.5. Uyum Kuramı: Bireyler, hayatları boyunca birçok farklı yaşam olayı deneyimlemektedirler. Bir diğer adı adaptasyon kuramı olan kuramda, bireyin yeni gelişen durum ve olaylara uyum sağlayacak kaynaklara sahip olduğu savunulmaktadır. Kurama göre bireyin, hayatında gelişen olumlu durumlar karşısında her zaman mutlu kalamadığı gibi olumsuz durumlar karşısında da her zaman mutsuz kalamayacağı (Tuzgöl Dost, 2004); kişilerin yeni deneyimledikleri olaylara karşı önce uyumsuzluk gösterecekleri daha sonra duruma alışarak normal hallerine dönecekleri belirtilmektedir (Yetim, 2001). Birey yeni olaylar deneyimledikçe yeni gelişen benzer duygulara bir süre sonra alışacaktır ve duyguları sabit kalacaktır. Bu nedenle uyum kuramına göre olumlu durum ve duyguların daha sık tekrarlanması kişinin öznel iyi oluş düzeyini arttırmaktadır (Ertaş, 2020).

2.2.1.6. Çok Yönlü Uyuşmazlık Kuramı: Michalos (1980) tarafından geliştirilen kuram, bireylerin kendi yaşamlarını birçok farklı yönden karşılaştırdığını savunmaktadır. Birey; mutlu olup olmadığını anlayabilmek için ihtiyaçları, istekleri, ideal yaşam koşulları, geçmiş yaşantıları gibi birçok bileşenden oluşan ölçütler oluşturur. Bireyin mevcut yaşam koşulları ile ölçütler arasındaki fark azaldıkça kişinin öznel iyi oluş düzeyi artmaktadır (Michalos, 1980).

Çok yönlü uyuşmazlık kuramı, sosyal karşılaştırma ve tek faktörlü uyuşmazlık kuramı olarak ikiye ayrılır. Sosyal karşılaştırma kuramında birey, öznel iyi oluşunu değerlendirirken yakın çevresinden seçtiği kişilerin yaşam koşullarını ölçüt almaktadır. Kişinin kendi koşulları, karşılaştırma yaptığı kişiye oranla daha iyiyse öznel iyi oluş düzeyi de artmaktadır (Diener, 1984). Sosyal karşılaştırma kuramında ölçütler; kişinin yakın çevresinin sahip olduğu şartlar, kişinin geçmiş yaşantısında sahip olduğu en iyi durum, sahip olmak istedikleri ve ihtiyaçları doğrultusunda şekillenmektedir. Kuramda kişilik özelliklerinin de sosyal karşılaştırma biçimini etkilediği savunulmaktadır. Duygusal olarak depresif olmayan ve optimist kişilerin yaşamlarını, genelde kendilerinden daha kötü şartlarda olan kişilerle karşılaştırdıkları;

depresif ve pesimist kişilerin ise daha iyi şartlarda olan kişilerle karşılaştırdıkları görülmektedir (Kahneman, Diener, Schwarz, Cantor ve Sanderson, 1999).

Bir diğer kuram olan tek faktörlü uyuşmazlık kuramında ise birey, öznel olarak ideal bir yaşam belirler. Kişinin mevcut yaşamı ile ideal yaşamı arasındaki farklılık tek faktörlü uyuşmazlığı ortaya çıkarmaktadır.

2.2.2. Öznel İyi Oluş İle İlgili Yapılan Çalışmalar: Öznel iyi oluş kavramı hem Türkiye'de hem de yurt dışında uzun yıllardır ele alınmakta ve öz yeterlilik, internet bağımlılığı, sosyal destek, mutluluk korkusu, stres belirtileri, tüketim türleri, kariyer kararı verme güçlükleri, olumlu düşünme becerileri gibi farklı değişkenlerle ilişkileri incelenmektedir. Araştırmanın bu kısmında son 10 yılda yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

2.2.2.1. Öznel İyi Oluş İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar: Öznel iyi oluş kavramı Türkiye'de farklı örneklemlerde incelenmiş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu araştırmada üniversite öğrencileri örneklemi ile çalışıldığı için bu kısımda da Türkiye'de öznel iyi oluş kavramı ile ilgili üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan araştırmalara yer verilmiştir. İncelenen araştırmalar kronolojik sırayla sunulmuştur.

Seki, Şimsir, Dilmaç, Bircan ve Baykan, (2018); üniversite öğrencileri ile yürüttükleri araştırmada fakülte yaşamının niteliği, akademik öz yeterlik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonucunda fakülte yaşamının nitelikleri ile akademik öz yeterliliğin öznel iyi oluş üzerinde etkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Aydoğan (2020) üniversite öğrencileri ile yürüttüğü araştırmasında internet bağımlılığı, öznel iyi oluş ve sosyal destek arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma sonucunda internet bağımlılığı ile öznel iyi oluş düzeyi arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki; algılanan sosyal destek ile öznel iyi oluş düzeyi arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Belen ve Barmanpek (2020) 344 üniversite öğrencisi ile yürüttükleri araştırmalarında mutluluk korkusu ve öznel iyi oluş arasında minnettarlığın aracı rolünü incelemişlerdir. Araştırma bulguları mutluluk korkusunun minnettarlık ve yaşam doyumu boyutlarıyla negatif yönde korelasyona sahip olduğunu, bolluk duygusu ve basit takdir gibi minnettarlık bileşenlerine katkıda bulunduğunu ve bunun da yaşam doyumuna katkıda bulunduğunu göstermektedir.

Terzioğlu ve Çakır'ın (2020) üniversite öğrencileri ile yürüttükleri araştırmada ise öznel iyi oluş ve stres belirtilerinin yordayıcıları incelenmiştir. Araştırma sonucunda duyguları yönetme becerilerinin öznel iyi oluş düzeyi ve stres belirtilerinin yordayıcısı olduğu; sosyal ilginin de öznel iyi oluşu anlamlı bir şekilde yordadığı bulgularına ulaşılmıştır.

Gürbüz ve Çetinkaya Bozkurt (2022) yaptıkları araştırmada tüketim toplumunda tüketim türlerinin öznel iyi oluş üzerine etkisini incelemişlerdir. Araştırma kapsamında tüketicilerin hedonik, gösterişçi, sembolik, faydacı ve deneyimsel tüketimlerinin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırma sonucunda sembolik, deneyimsel ve faydacı tüketimin öznel iyi oluş üzerinde pozitif yönde anlamlı etkisi olduğu görülürken; gösterişçi ve hedonik tüketimin öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görülmüştür.

Akkoç (2023) 745 üniversite son sınıf öğrencisi ile yürüttüğü araştırmasında öğrencilerin kariyer kararı verme güçlükleri ve öznel iyi oluş düzeyleri arasında kariyer kararsızlığı ile baş etme stratejilerinin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları kariyer kararı verme güçlükleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide etkili baş etme stratejilerinin kısmi aracı rolde olduğunu; etkisiz baş etme stratejilerinin ise tam aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Uygun (2023) 300 üniversite öğrencisi ile yürüttüğü araştırmasında duygusal öz-yeterlik ve olumlu düşünme becerilerinin öznel iyi oluş ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma bulguları duygusal öz-yeterlik, olumlu düşünme becerileri ve öznel iyi oluş arasında pozitif yönde ilişki olduğunu göstermektedir.

Söz konusu araştırmalar incelendiğinde öznel iyi oluşun hem korelasyonel hem de aracı rollerinin incelendiği görülmektedir. İncelenen araştırmaların bulguları üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin belirlenmesinde birçok değişkenin etkisinin varlığını göstermektedir.

***2.2.2.2. Öznel İyi Oluş İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar*:** Öznel iyi oluş kavramı Türkiye'de olduğu gibi yurtdışında da farklı örneklemlerde incelenmiş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu araştırmada üniversite öğrencileri örneklemi ile çalışıldığı için bu kısımda yurtdışında öznel iyi oluş kavramı ile ilgili üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan araştırmalara yer verilmiştir. İncelenen araştırmalar kronolojik sırayla sunulmuştur.

Rand, Shanahan, Feischer ve Fortney (2020) 334 üniversite öğrencisi ile yürüttükleri araştırmalarında umut ve iyimserliğin akademik performansı ve öznel iyi oluşu yordayıp yordamadığını incelemişlerdir. Araştırma bulguları umudun olumlu duygulanım ve yaşam doyumundaki artışları anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir.

Huang ve Zhang (2021) 515 üniversite öğrencisi ile yürüttükleri araştırmalarında COVID-19 salgını sırasında çevrimiçi öğrenme bağlamında üniversite öğrencileri arasında algılanan sosyal destek ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma bulguları algılanan sosyal desteğin, COVID-19 salgını sırasında çevrimiçi öğrenim gören

üniversite öğrencileri arasında yaşam memnuniyeti ve olumlu duygulanım ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ve olumsuz duygulanım ile negatif ilişkili olduğunu göstermektedir. Psikolojik sermaye (PsyCap), algılanan sosyal destek ile öznel iyi oluş arasında aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Yurtdışında yapılan araştırmalar incelendiğinde öznel iyi oluşun hem regresyon hem de aracılık ilişkilerinin incelendiği görülmektedir. İncelenen araştırmaların bulguları üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin belirlenmesinde birçok değişkenin etkisinin varlığını göstermektedir.

2.3. Psikolojik İhtiyaç Doyumu

Psikolojik ihtiyaç doyumu konusu Deci ve Ryan (1985) tarafından ortaya atılmış olan Öz Belirleme Teorisi içinde yer alan 4 mini teori içerisinde ele alınmaktadır. Bu nedenle öncelikle Öz Belirleme Kuramının ve içerisinde yer alan 4 mini teorinin açıklanması gerekmektedir.

***2.3.1. Öz Belirleme Kuramı*:** 1980'lerde Deci ve Ryan tarafından oluşturulan kuram bireyin hür iradesi ile kendine ait kararlar alabilmesini, yaşamının sorumluluğunu üstlenebilmesini ifade etmektedir. Kurama göre kişinin başkasının etkisi altında kalmadan sergilediği, özerk biçimde motive olduğu davranış öz belirlenmiş davranıştır ve kişi bu davranışları kendi arzusuyla sergiler (Brown ve Ryan, 2004).

Öz Belirleme Kuramı, bir motivasyon kuramıdır. Kurama göre kişinin duygu, davranış ve bilişlerini organize etmek için motivasyonel örüntüler önemlidir. İnsan davranışını mekanik olmaktan ziyade organizmik olarak değerlendiren kuramda bireyi davranışa yönelten enerjinin motivasyon olduğu savunulmaktadır. Öz Belirleme Kuramı test edilebilirlik ve anlaşılırlığını arttırmak amacıyla Bilişsel Değerlendirme Kuramı, Nedensellik Yönelimi Kuramı, Organizmik Bütünleşme Kuramı ve Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı olmak üzere 4 mini teori içermektedir (Deci ve Ryan, 1985).

Bilişsel Değerlendirme Kuramı, bireyin doğuştan getirdiği içsel motivasyonun kaybolması halinde pekiştireçler, sosyal destek ve geri dönütlerle kişinin yeterlik ve özerkliği de desteklenerek içsel motivasyonun tekrar arttırılabileceğini savunmaktadır (Ryan ve Deci, 2000). *Organizmik Bütünleşme Kuramında* bireyin özerklik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının karşılanarak dışsal motivasyon davranışlarının değiştirilmesi ile bireyin motivasyonu içselleştirilebileceği savunulmaktadır (Liu, Fang, Wan ve Zhou, 2016; Ryan ve Connel, 1989). *Nedensellik Yönelim Kuramı*, bireyin davranışlarında kendi ihtiyaçlarını göz önünde bulundurduğunu; tecrübelerinden ve sosyal çevresinin desteğinden de faydalanarak öz belirleyici şekilde davrandığını savunmaktadır (Özer, 2009). *Temel Psikolojik İhtiyaçlar*

Kuramında ise 3 temel psikolojik ihtiyaçtan bahsedilmektedir. Her bireyin evrensel olan ihtiyaçları olduğu ve bu ihtiyaçların doyurulmasının öznel iyi oluşu arttırdığı savunulmaktadır (Chen ve diğerleri, 2015; Deci ve Ryan, 2012). İlerleyen bölümlerde Öz Belirleme Kuramının alt teorilerinden olup aynı zamanda çalışmanın mevcut değişkenlerinden biri olan ve bu araştırmada test edilen modellerin dayandırıldığı Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı detaylı şekilde ele alınacaktır.

2.3.1.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı: İhtiyaç kavramı, organizmanın yaşamını sürdürebilmesi için gerekli olan şeyler ve bu şeylere duyulan arzu olarak tanımlanmaktadır. Deci ve Ryan (2008) Öz Belirleme Kuramı'nda bireyin ihtiyaçlarını fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçlar olarak ikiye ayırmaktadırlar. *Fizyolojik ihtiyaçlar*; nefes alma, yemek yeme, barınma gibi örneklerle temellendirilirken psikolojik ihtiyaçlarla ilgili birçok teori öne sürülmüştür. Farklı kavramsallaştırmaların da bulunduğu *psikolojik ihtiyaç* konusunda psikolojik ihtiyaçların neler olduğu da ayrı bir tartışma konusu yaratmaktadır. Örneğin Maslow (1987) psikolojik ihtiyaçları vitaminlere benzetmiş; eksikleri halinde ruhsal büyümenin de yavaşlayacağını öne sürmüştür. Bu araştırmada psikolojik ihtiyaç kuramlarından ve Öz Belirleme Kuramının alt teorilerinden biri olan Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı ele alınmaktadır.

Deci ve Ryan (2000) psikolojik ihtiyaçları "Psikolojik büyüme, bütünlük ve iyi oluşun devam etmesi için önemli olan; doğuştan gelen psikolojik besinler" olarak tanımlamışlardır. Tanımda da görüldüğü üzere psikolojik ihtiyaçların daha önce Maslow'un (1943) da belirttiği gibi doğuştan olduğu öne sürülmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Kurama göre insan davranışının büyük kısmı bu psikolojik ihtiyaçların tatmin edilmesine dayalıdır. Fizyolojik ihtiyaçların karşılanmaması halinde bireyde fiziksel bir patoloji oluştuğu gibi psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması da bireyin psikolojik bir patoloji geliştirmesine sebep olmaktadır. Psikolojik ihtiyaç doyumu ile bireyde anksiyete (Ryan ve Deci, 2017), borderline kişilik bozukluğu (vanDer Kaap- Deeder, Brenning ve Neyrinck, 2021), narsistik kişilik bozukluğu gelişimi arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Benzer şekilde psikolojik ihtiyaç doyumu ile bireyin benlik saygısı (Heppner ve diğerleri, 2006), farkındalığı (Chang, Huang ve Lin, 2015) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmaktadır. Kuramda 3 temel psikolojik ihtiyaçtan bahsedilmekte; bu ihtiyaçların evrensel olduğunun da altı çizilmektedir. Bu üç ihtiyaç *ilişkisellik*, *yeterlilik* ve *özerklik* olarak tanımlanmaktadır. Üç temel psikolojik ihtiyacın aynı anda karşılanıyor olmasının kişinin iyi oluş düzeyini arttırdığı; herhangi birinin karşılanmıyor olmasının ise bireyde sorunlu davranışa yol açtığı (Guo ve diğerleri, 2019) bilinmektedir. Öz Belirleme Kuramına göre bu temel psikolojik ihtiyaçların doyuma ulaşması

büyüme, bütünleşme, ruh sağlığı ve esenliği için gerekli faktörlerdendir (Deci ve Ryan, 2000; Andersen, Chen ve Carter, 2000).

2.3.1.1.1. İlişkisellik İhtiyacı: İlişkisellik ihtiyacı, bireyin sosyal çevresinde bulunan kişi ve gruplarla karşılıklı olarak destekleyici hissettiği ve bütünleşmiş olduğu bir ilişki içinde bulunması olarak tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 2008). Aidiyet hissini yansıtan ilişkisellik ihtiyacı, diğer insanlarla yakın duygusal bağlar kurmaya yöneliktir (Baumeister ve Leary, 1995). Bireyin kendisini güvende ve bir sosyal gruba ait hissettiği tatmin edici ilişkiler kurma ihtiyacı olarak da özetlenebilir.

Bireyin hayatındaki önemli kişilerle yakın ilişkiler kurmasında etkili olan bu ihtiyacın karşılanması için birey; diğer kişilerin hayatında önemli olmaya, diğer kişilerle ortak etkinliklerde bulunmaya, diğer kişiler tarafından anlaşılmaya ve takdir edilmeye gereksinim duymaktadır. Andersen ve diğerlerine (2000) göre ilişkisellik ihtiyacının doyurulması karşılıklı saygı, güven, hassasiyet ve duygusal kabul gerektirmektedir. Bu ihtiyacı doyurabilmek için paylaşımda bulunmak, önemsemek, dikkat etmek ve değer vermek önemli bir noktadadır. Bireyin doğuştan getirmiş olduğu sosyal çevreye sahip olma eğilimi, ilişkisellik ihtiyacının karşılanmasında itici güç olarak görev yapmaktadır (Ryan ve Deci, 2000). Bireyin ilişkisellik ihtiyacını karşılayıp karşılamadığını kurduğu güvenli, anlamlı ve destekleyici ilişkileri inceleyerek anlamak mümkündür. Öyle ki; güvenli ilişkiler kurduğunu hisseden ve ihtiyacı karşılanan bireyin, sosyal tehditlerden dolayı yaşadığı kaygının azalıp, mutluluk düzeyinde artış olduğu; sosyal ilişkilerin bireyin iyi oluş düzeyinde artışa sebep olduğu (Baumeister ve Leary, 1995; Gündoğan, 2016; Mikulincer ve Shaver, 2007; Savaş, 2023; Şenocak, 2016; Verduzco, Sing ve Fonnlem, 2020) görülmektedir. İlişkisellik ihtiyacını doyuran bireylerin sosyal aidiyet hissettiği, çevresindeki kişilerle duygusal bağlar kurduğu (Reeve ve Lee, 2018), öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği (Khosa, Wilkin ve Burch, 2024; Holt, Smedegaard, Pawlowski, Skovgaard ve Christiansen, 2019); doyuramayan bireylerin ise çevresi tarafından dışlanmış ve reddedilmiş hissettiği (Vansteenkiste ve Ryan, 2013) bilinmektedir.

*2.3.1.1.2. Yeterlilik İhtiyacı***:** Deci ve Ryan (1985) tarafından çevreyle etkin bir biçimde etkileşim kurma kapasitesi olarak tanımlanan yeterlilik ihtiyacı bireyin kendisini hedeflerine ulaşmada etkin (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe ve Ryan, 2000) ve sorunlarla/ çevreyle başa çıkmada yetkin hissetmesi (Ingledev, Markland ve Sheppard, 2004) olarak da tanımlanmaktadır. Gönç (2022) ise yeterlilik ihtiyacını bireyin çevresini olumlu yönde etkileme; çevreyle başa çıkmada etkin ve verimli hissetme ihtiyacı olarak tanımlamaktadır.

Yeterlilik, edinilmiş bir beceri/ yetenek değil; bireyin kendisine yönelik güven duygusudur. Bu güven duygusu, beceri/ yeteneklerin geliştirilmesinde önayak olmaktadır (Deci ve Ryan, 2004). Bu nedenle birey kendisini belirli bir konuda yetersiz görürse ilgili eylemi gerçekleştirmek için motivasyonu da eksik olmakta ve eylem gerçekleştirilmemektedir. Fakat birey eylemlerini etkili şekilde gerçekleştirir ve yeterlilik ihtiyacını doyuma ulaştırırsa motivasyon düzeyi yükselmekte ve bu durum yeni eylemlere yol açmakta; böylece bireyin öğrenme sürecini devamlı hale getirmektedir (Deci ve Ryan, 1985). Bu nedenle yeterlilik ihtiyacı, öğrenme süreci için enerji kaynağı olarak anılmakta, özünde merak duygusunu barındırmaktadır. Merak duygusunu ve gelişimi barındıran yeterlilik ihtiyacı; bireyin kapasitesine uygun düzeyde zorlanacağı etkinliklere yönelmesini, beceri/ yeteneklerini geliştirmeye çalışmasını sağlamaktadır (Can, 2018). Özetle bireyin başa çıkabileceği düzeydeki zorlukları aramasında ve bu zorluklarla başa çıkmasında motivasyon kaynağı yeterlilik ihtiyacıdır (Deci ve Ryan, 1985). Dolayısıyla bireyin yetiştiği ve içinde yaşadığı toplumun, bireyin gelişimi için gerekli koşullara ve fırsatlara sahip olması yeterlilik ihtiyacının maksimum düzeyde karşılanmasına katkı sağlamaktadır (Deci ve Ryan, 2000).

Yeterlilik ihtiyacının doyurulması halinde birey faaliyetlerinde etkili (Reeve ve Lee, 2018), faaliyetlerini içselleştiren ve doyuma ulaşan (Deci ve Ryan, 2000), yaşam doyumu ve öznel iyi oluş düzeyi yüksek olan (Nislin ve Pesonen, 2019; Spreitzer, Kizilos ve Nason, 1997) biri haline gelmektedir. Yeterlilik ihtiyaç doyumunun sağlanmaması halinde ise bireyin sorunlarla etkili şekilde başa çıkamadığı (Deci ve Ryan, 2000); bireyde kaygı, başarısızlık, yetersizlik, verimsizlik ve çaresizlik duygularının ortaya çıktığı (Chen ve diğerleri, 2015; Deci ve Ryan, 1985; Elliot, McGregor, Thrash, Deci ve Ryan, 2002; Vansteenkiste, Ryan ve Soenens, 2020) ve bu bireylerin depresyona daha yatkın olduğu (Schunk ve Pajanes, 2005); bilinmektedir. Durmaz (2012) ise yeterlilik ihtiyaç doyumunun engellenmesinin bireyde öğrenilmiş çaresizlik yaratacağına vurgu yapmaktadır.

2.3.1.1.3. Özerklik İhtiyacı: Özerklik; bireyin karar alması, davranışlarının sorumluluğunu alması ve arkasında durması, kendi eylemlerini başlatması ve devam ettirmesi olarak tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). Erikson'un (1950, aktaran Oğuz Duran, 2019) da Psikososyal Gelişim Kuramında yer verdiği ve bireyin kendi hayatını kendisinin yönlendirmesini sağlayan özerklik, duygu ve istekler çerçevesinde hareket edebilmeyi içermektedir (Andersen ve diğerleri, 2000). Özerklik ihtiyacı ise bireyin eylemlerini ve kararlarını kendisi tarafından düzenleme ihtiyacı hissetmesidir. Bireyin bağımsız olduğu düşünüldüğünde özerklik ihtiyacının ilişkisellik ihtiyacı ile çeliştiği

düşünülmektedir. Fakat özerklik ihtiyacı sorumluluk ve irade ile ilgilidir. Birey özerk davranırken aynı zamanda diğer kişilerle ilişkili ve bütünleşik kalmaya devam etmektedir.

Özerk olan birey ne istediğinin ve kendi seçimlerini yapma hakkına sahip olduğunun farkındadır (Ryan ve Stiller, 1991). Özerklik ihtiyacını doyuran birey; davranışlarında özgür iradesini kullanır, kendi eylemlerini seçer ve devam ettirir (Deci ve Ryan, 2000). Fakat eğer birey seçimleri ve davranışları hakkında baskı altındaysa özerk seçimler yapamaz. Bu durum özerklik ihtiyacının karşılanmadığını anlamına gelmektedir (Deci ve Ryan, 1991). Özerklik ihtiyacının karşılanabilmesi; bireyin kendi değer yargılarına, düşünce ve duygularına göre hareket edebilmesi ile mümkündür. Bu noktada bireyin gerçekleştirdiği davranışın özerklik ihtiyacını karşılıyor olması için içsel kaynaklara dayandırılması gerekmektedir (Ryan ve Deci, 2017). Ödül- ceza sistemi davranışsal motivasyonun önemli bir belirleyicisidir. Birey davranışını içsel motivasyonla değil dışsal motivasyonla (ödül veya ceza) gerçekleştiriyorsa özerklik ihtiyacı karşılanamaz ve sorumluluktan kaçan, pasif, problem çözme becerileri gelişmeyen bir birey haline gelir (Deci, La Guardia, Moller, Scheiner ve Ryan, 2006; Ryan ve Deci, 2000; Sheldon, Ryan ve Reis, 1996). Özerklik ihtiyacının karşılanmasında bireyin kendi kararını vermesinin yanı sıra yetiştiği ve içinde yaşadığı çevre de önemli rol oynamaktadır. Bireyin içinde yetiştiği çevre özerkliği desteklemiyorsa davranışın belirleyicisi çevre baskısı olmakta ve özerklik ihtiyacının doyuma ulaştırılması engellenmektedir (Gönç, 2022).

Özerklik ihtiyacının doyurulmasının bireyin öznel iyi oluş düzeyinin artmasına (Andersen ve diğerleri, 2000; Bonneville-Roussy, Hruska ve Trower, 2020; O'Shea ve Salzer, 2020); üzerinde hissettiği kaygı ve baskının azalmasına (Koçakoğlu, 2023); kendisiyle uyumlu ve bütünleşik hale gelmesine, böylece benlik saygısının artmasına katkı sağladığı (Liu ve diğerleri, 2016; Ryan ve Deci, 2017) bilinmektedir.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramında ele alınan 3 temel psikolojik ihtiyacın evrensel olduğu ve bu ihtiyaçların doyurulmasının öznel iyi oluş düzeyini arttırdığı savunulmaktadır (Chen ve diğerleri, 2015; Deci ve Ryan, 2012). İlişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaçlarından herhangi birinin dahi karşılanmamış olması bireyin öznel iyi oluş düzeyini olumsuz yönde etkilemektedir.

2.3.2. Psikolojik İhtiyaç Doyumu İle İlgili Yapılan Çalışmalar: Psikolojik ihtiyaç doyumu araştırmalarında psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutlarına da odaklanıldığı görülmektedir. Bu kısımda psikolojik ihtiyaç doyumu ve psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutları ile ilgili üniversite öğrencileri örnekleminde yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

2.3.2.1. Psikolojik İhtiyaç Doyumu İle İlgili Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar: Bu kısımda Türkiye'de son 10 yılda psikolojik ihtiyaç doyumu ile ilgili üniversite öğrencileri

örnekleminde yapılan araştırmalara yer verilmiştir. İncelenen araştırmalar kronolojik sırayla sunulmuştur.

Demir Güdül (2015) 1700 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon profillerinin psikolojik ihtiyaç doyumu, akademik erteleme davranışı ve yaşam doyumu ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma bulguları yüksek düzeyde motivasyonu olan öğrencilerin psikolojik ihtiyaç doyumlarının diğerlerinden anlamlı düzeyde farklı olduğunu göstermektedir.

Ümmet (2015) 342 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında üniversite öğrencilerinin benlik saygılarını, temel psikolojik ihtiyaç doyumu ve bazı değişkenlere göre incelemiştir. Elde edilen bulgular üniversite öğrencilerinin ilişkisellik ve özerklik ihtiyaç doyumlarının benlik saygısını anlamlı düzeyde yordadığını; yeterlilik ihtiyaç doyumunun ise benlik saygısı üzerinde yordayıcı etkisi olmadığını göstermektedir.

Bilir (2017) 18 yaş üstü bireylerle yaptığı araştırmasında yetişkinlerde psikolojik ihtiyaç doyumunun yaşam kalitesi ve mental iyi oluşla ilişkisini incelemiştir. Araştırma bulguları temel psikolojik ihtiyaç doyumunun mental ve kişisel iyi oluş düzeyini anlamlı biçimde yordadığını göstermektedir.

Çelik (2018) 224 üniversite öğrencisi ile yürüttüğü araştırmasında gündüz ve gece derslerine devam eden üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaç doyumunu, algılanan stres düzeyleri ve akademik erteleme davranışı yönünden incelemiştir. Araştırma bulguları temel psikolojik ihtiyaç doyumu ile algılanan stres ve akademik erteleme davranışı arasında negatif korelasyon olduğunu göstermektedir.

Cihangir Çankaya ve Denizli (2020) 558 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinin mutluluk düzeyini yordamada umut, güvenli bağlanma ve temel psikolojik ihtiyaç doyumunun rolünü incelemişlerdir. Araştırma bulguları yeterlilik ihtiyacının doyurulmasının mutluluğun en güçlü yordayıcısı olduğunu göstermektedir.

Aykutoğlu (2021) yaptığı araştırmada Öz Belirleme Kuramından yola çıkarak bireylerin kıskançlık davranışının temel ihtiyaç doyumunu olumsuz etkilediğini; bu durumun da bireysel ve ilişkisel iyi oluş haline zarar verdiğini öne süren Kıskançlık- Temel İhtiyaç Doyumu Modeli önermiştir. Araştırma bulguları bireylerin kıskançlık, temel ihtiyaç doyumu, bireysel iyi oluş ve ilişkisel iyi oluş arasında anlamlı ilişkilerin varlığına işaret etmektedir.

Yola Çetin (2021) 203 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında temel psikolojik ihtiyaç doyumunun güvenli- güvensiz bağlanma stilleri ile nedensellik yönelimi arasındaki ilişkide aracı etkisini araştırmıştır. Araştırma bulguları; ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumlarının güvenli bağlanma ve kişisel olmayan yönelim arasındaki ilişkide tam

aracı rolde olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumunun güvensiz bağlanma ve kişisel olmayan yönelim arasında kısmi aracı rolde olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Ceylan (2022) 242 spor yöneticisi ile yaptığı araştırmasında spor yöneticilerinin psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge düzeylerini incelemiştir. Araştırma bulguları ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumunun psikolojik iyi oluşu pozitif yönde yordadığını göstermektedir.

Selen (2022) 705 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında psikolojik ihtiyaç doyumu ve tükenmişliğin akademik motivasyonla ilişkisini incelemiştir. Araştırma bulguları öğrencilerin akademik motivasyon düzeyleri ile ihtiyaç doyumu ve yaşam doyumu arasında pozitif korelasyon olduğunu göstermektedir.

Ayseli ve Yıldırım (2023) 451 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmada temel psikolojik ihtiyaçlar ile kendini bağışlama arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı rolünü incelemişlerdir. Elde edilen sonuçlar temel psikolojik ihtiyaç doyumu ile kendini bağışlama arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün kısmi aracı rolü olduğuna işaret etmektedir.

Turan (2023) 468 üniversite öğrencisi ile temel psikolojik ihtiyaçların doyurulması/ engellenmesi ile psikolojik stres arasındaki ilişkide farkındalık düzeyinin aracılık rolünü incelemiştir. Aracılık rolünün test edilmesi amacıyla kurulan yapısal eşitlik modeli, farkındalık ve ihtiyaç doyumunun düşük psikolojik stres ile ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Ek olarak ihtiyacın doyurulmasının engellenmesinin yüksek psikolojik stresi ile ilişkili olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak, psikolojik ihtiyaç doyumu ve alt boyutları ile ilgili Türkiye'de yapılan araştırmalar (Aykutoğlu, 2021; Ayseli ve Yıldırım, 2023; Bilir, 2017; Ceylan, 2022; Cihangir Çankaya ve Denizli, 2020; Çelik, 2018; Demir Güdül, 2015; Selen, 2022; Turan, 2023; Ümmet, 2015; Yola Çetin, 2021) incelendiğinde psikolojik ihtiyaç doyumu konusunun uzun bir süredir üniversite öğrencileri ile çalışıldığı görülmektedir. Araştırma bulgularının psikolojik ihtiyaç doyumu konusunun söz konusu grupta önemli olduğuna ve birçok değişkenle ilgili bulunduğuna dikkat çektiği görülmektedir.

2.3.2.2.Psikolojik İhtiyaç Doyumu İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar:

Bu kısımda yurt dışında son 10 yılda psikolojik ihtiyaç doyumu ile ilgili farklı yaş grubundan oluşan örneklemlerde yapılan araştırmalara yer verilmiştir. İncelenen araştırmalar kronolojik sırayla sunulmuştur.

Holzer ve diğerleri (2021) 19,967 ortaokul öğrencisi ile yaptıkları araştırmada uzaktan eğitim koşullarının ergenlerin duygusal ve motivasyonel durumları üzerindeki etkilerini Öz Belirleme Kuramı çerçevesinde incelemişlerdir. Araştırma bulguları temel psikolojik ihtiyaç doyumunun olumlu duygularla pozitif yönde korelasyonu olduğunu; özerklik ve yeterlilik ihtiyaç doyumlarının ise içsel öğrenme motivasyonu ile pozitif yönde korelasyonu olduğunu göstermektedir.

Horne (2023) 2088 yetişkin ile yaptığı araştırmada romantik ilişkilerde çıkar çatışması ile psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulguları çıkar çatışmalarını çözmenin psikolojik ihtiyaç doyumu yordadığını göstermektedir. Kendini feda etme davranışının özerklik ihtiyaç doyumunu, kendini ve partnerini feda etme davranışının yeterlilik ihtiyaç doyumunu, kendini feda etme ayrılma davranışının ise ilişkisellik ihtiyaç doyumunu zayıflattığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Ma (2021) 18- 25 yaş arasındaki 127 katılımcı ile yaptığı araştırmasında bireysel (psikolojik ihtiyaç doyumu), ilişkisel (ebeveynlik) ve kültürel (etnik kimlik) faktörlerin bireylerde yeme bozukluğu gelişmesi üzerindekini etkisini incelemiştir. Araştırma bulguları psikolojik ihtiyaç doyumunun psikolojik kontrol ile içe yansıtılmış yeme düzenlemesi (yeme bozukluklarının karakteristik özelliği) arasındaki ilişkide aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Adamau (2018) 388 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında sosyal destek ve temel psikolojik ihtiyaç doyumunun akademik motivasyon üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırma bulguları temel psikolojik ihtiyaç doyumunun öğrencilerin akademik motivasyonuna katkı sağlayan aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Jin (2022) 404 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada özerklik desteğinin, temel psikolojik ihtiyaç doyumunun ve zihniyetin öz düzenlemeyi yordayıp yordamadığını incelemiştir. Araştırma bulguları temel psikolojik ihtiyaç doyumunun ve zihniyetin öz düzenlemeyi olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

Julian (2023) 119 lisans öğrencisi ile yaptığı araştırmada içsel motivasyon, temel psikolojik ihtiyaç doyumu ve öğrenme biçiminin lisans öğrencilerinin yaşam doyumu yordayıp yordamadığını incelemiştir. Araştırma bulguları, yeterlilik ihtiyaç doyumunun yaşam doyumu ile anlamlı ilişkiye sahip olan tek değişken olduğunu göstermektedir.

Zeng (2019) insanların davranışlarını yorumlama biçimlerinin geçmiş davranışları için geriye dönük değerlendirmelerini ve gelecek davranışları için niyetlerini nasıl etkilediğini incelemiştir. Bu bağlamda iki araştırma sorusu sunulmuştur. İlk soru davranışları detaylı bilgi yerine anlam ve değerlerine göre yorumlayan kişilerin daha yüksek psikolojik ihtiyaç doyumu ve iyi oluş düzeyi bildirip bildirmeyeceği üzerine iken ikinci soru geçmiş davranışları

hatırlarken anlam ve değere odaklanmanın psikolojik ihtiyaç doyumunu ve buna bağlı olarak iyi oluşu daha iyi düzeye getirip getirmeyeceği üzerinedir. Araştırma bulguları özellik seviyesindeki yorumsal düşünme biçiminin özerklik ve yeterlilik ihtiyaç doyumu ile iyi oluşu arttırdığını göstermektedir.

Yurtdışında farklı yaş gruplarında olan katılımcılar ile yapılan çalışmalar incelendiğinde psikolojik ihtiyaç doyumu konusunun Türkiye alanyazınına benzer şekilde yeme bozukluğu (Ma, 2021), akademik motivasyon (Adamau, 2019), öğrenme biçimleri (Julian, 2023) gibi farklı değişkenlerle ilişkisi ele alınan önemli bir konu olduğu görülmektedir. Aynı şekilde psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutları ele alınarak yapılan çalışmalar da benzer sonuçlar sunmaktadır.

2.4. Araştırma Değişkenleri Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar

Araştırmanın bu kısmında araştırmada aracılık analizi yoluyla aralarındaki ilişkilerin incelenmesi planlanan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama, öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaç doyumu değişkenlerinin arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara yer verilmiştir.

2.4.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama ile Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar: Araştırmanın bu kısmında Türkiye'de ve yurt dışında baş etme ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalara alfabetik sırayla yer verilmiştir. Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama konusunda kısıtlı sayıda çalışma olduğundan kavram, baş etme ve harcama başlıkları altında ele alınmıştır.

Alsubaie (2023) Suudi Arabistan'da travma mağdurları ile yürüttüğü araştırmasında karmaşık travma ve iyi oluş arasındaki ilişkide baş etme stratejilerinin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları baş etme stratejilerinin ve karmaşık travma kavramsallaştırmalarının düşük öznel iyi oluş düzeyini önemli ölçüde yordadığını, ancak bu tür ilişkilerin aktif veya pasif başa çıkma tarzları tarafından yönetilmediğini göstermektedir.

Aydın ve Belli (2023) 456 akademik personelle yaptıkları araştırmalarında akademik personelin psikolojik iyi oluş düzeylerine göre sportif ürün satın almada hedonik ve faydacı tüketim davranışını incelemişlerdir. Araştırma bulguları psikolojik iyi oluş düzeyi ile hedonik tüketim düzeyi arasında pozitif yönlü korelasyon olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda psikolojik iyi oluş düzeyi ile faydacı tüketim düzeyi arasında da negatif yönlü korelasyon olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.

Bliss (2023) 7 katılımcı ile yürüttüğü nitel çalışmasında Covid- 19 müdahalelerine ilişkin araştırma yapmıştır. Araştırma bulguları sağlıklı baş etme stratejilerinin bireylerin iyi oluş düzeyine katkı sağladığını göstermektedir.

Ertaş (2024) 1026 lise öğrencisi ile yürüttüğü araştırmasında Covid-19 sonrası yüz yüze eğitime geçişle kademe değişikliği yaşayan öğrencilerin iyilik hali, okulda öznel iyi oluş düzeyleri ve baş etme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulguları iyilik hali, öznel iyi oluş ve baş etme stratejileri arasında orta düzeyde pozitif yönlü ilişki olduğunu göstermektedir.

Harpaz ve diğerleri (2023) 351 üniversite öğrencisi ile yürüttükleri araştırmalarında akademik cesaret ve akademik başarının öznel iyi oluş, baş etme kaynakları ve kendini geliştirme özellikleri ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma bulguları öznel iyi oluş düzeyi, baş etme kaynakları ve kendini geliştirme özelliklerinin akademik başarı ile ilişkisinde akademik cesaretin aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Leung (2021) 233 katılımcı ile yürüttüğü araştırmasında meme kanseri hastalarının stres, baş etme ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulguları stres ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkide baş etme stratejilerinin aracı rolde olmadığını göstermektedir.

McFadden ve diğerleri (2021) 3425 sağlık ve sosyal bakım çalışanı ile yürüttükleri araştırmalarında iyi oluş ve iş ile ilgili yaşam kalitesinde baş etmenin rolünü araştırmışlardır. Araştırma bulguları olumlu baş etme stratejilerinin kullanımının daha yüksek iyi oluş düzeyi ve daha kaliteli çalışma yaşamı ile ilişkilendirildiğini göstermektedir.

Ok (2023) 402 evli bireyle yürüttüğü araştırmasında stresle baş etme, öznel iyi oluş ve psikolojik esneklik açısından farklılıkları Covid-19 pandemi sürecinin etkisiyle birlikte incelemiştir. Araştırma bulguları stresle baş etmede kişinin kendisine ilişkin algısı ile romantik ilişkide öznel iyi oluş arasında pozitif yönde ilişki olduğunu göstermektedir.

Piagiani ve diğerleri (2020) 306 ergen ile yürüttükleri araştırmalarında İtalyan ergenler arasındaki yaşam tarzı davranışlarını ve baş etme stratejilerini, COVİD-19 salgınıyla da ilişkili olarak ve bunların öznel iyi oluş düzeyinde bir değişikliği yordayıp yordamadığını incelemişlerdir. Araştırma bulguları hem kişisel hem de çevresel baş etme kaynaklarının ergenlik döneminde öznel iyi oluşla ilgili olduğunu göstermektedir.

Philipp Muller (2023) 296 üniversite öğrencisi ile yürüttüğü araştırmasında kolektif baş etme, akademik stres ve iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma bulguları kolektif baş etmenin akademik stres ile iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini göstermektedir.

Siff (2022) 115 üniversite öğrencisi ile yürüttüğü araştırmasında Covid- 19 pandemisi sırasında bireylerin baş etme stratejileri ve iyi oluşlarını incelemiştir. Araştırma bulguları kaçıngan baş etme ile covid-19 stresörleri arasındaki ilişkisinde iyi oluş düzeyinin aracı rolde

olduğunu göstermektedir. Stres faktörleri kaçıngan baş etme stratejilerini yordamakta; bu durum da iyi oluş düzeyinin düşüşüne sebep olmaktadır.

Zewude (2022) 3517 üniversite öğretim elemanı ile yürüttüğü araştırmasında Etiyopya'nın kültürel bağlamında psikolojik sermaye ve öğretim elemanlarının iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkide iş görevi motivasyonu ve stresle baş etmenin aracılık rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları iş görevi motivasyonu ve stresle baş etme boyutlarının psikolojik sermaye ile öğretim elemanlarının iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkiye tam olarak aracılık ettiğini göstermektedir.

Wood (2022) dini başa çıkmanın sporcuların iyi oluş düzeyi ve atletik performansları üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırma bulguları dini başa çıkmanın bir alt boyutu ile akış arasındaki ilişkiye tamamen iyi oluşun aracılık ettiğini; ancak bir başka alt boyutu ile akış arasında doğrudan veya dolaylı bir ilişki bulunmadığını göstermektedir.

Yıldız (2014) 697 lise öğrencisi ile yaptığı araştırmasında ergenlerin anne- babaya bağlanmaları ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve baş etme yöntemlerinin aracılık rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları anne- babaya bağlanma ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkide baş etmenin problem çözme alt boyutunun aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Zeidner ve diğerleri (2016) 203 lise öğrencisi ile yürüttükleri araştırmalarında iyi oluş kaynakları baş etme tarzı, sosyal destek ve duygusal zeka rollerini incelemiştir. Araştırma bulguları kaçınan baş etmenin düşük iyi oluş düzeyine sebep olduğunu göstermektedir.

İncelenen araştırmalar; konunun üniversite öğrencileri (Philipp Muller, 2023; Siff, 2022), lise öğrencileri (Ertaş, 2024; Yıldız, 2014; Zeidner ve diğerleri, 2016), ergenlik dönemindeki bireyler (Piagiani, 2020), evli bireyler (Ok, 2023), sağlık çalışanları (McFadden ve diğerleri, 2021) ve öğretim elemanları (Zewude, 2022) gibi çeşitli örneklemlerde ve farklı değişkenlerle birlikte ele alındığını göstermektedir. Yaş grubu ve meslek grubu farklı olan bu araştırmalar incelendiğinde sağlıklı baş etme davranışı ile öznel iyi oluş arasında pozitif korelasyon olduğu görülmektedir. Aynı zamanda baş etme davranışı ile öznel iyi oluş arasında hem korelasyonel hem de aracılık ilişkisini test eden araştırmalar bulunmaktadır. Söz konusu araştırmalar baş etme davranışı ile öznel iyi oluş arasında hem korelasyonel hem de aracılık ilişkisi bulunduğuna işaret etmektedir.

2.4.2. Öznel İyi Oluş ile Psikolojik İhtiyaç Doyumu Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar: Araştırmanın bu kısmında Türkiye'de ve yurt dışında psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar incelenmiştir. İncelene çalışmalar alfabetik sırayla sunulmuştur.

Akbağ ve Ümmet'in (2017) 348 lisans son sınıf öğrencisi ile yaptıkları araştırmada genç yetişkinlerde cesaret ve temel psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyindeki yordayıcı rolü incelenmiştir. Yapılan regresyon analizi bulguları; cesaret, temel psikolojik ihtiyaç doyumu ve cinsiyetin öznel iyi oluş düzeyinin anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermektedir. İlişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaçlarının doyurulması öznel iyi oluş düzeyini cinsiyet ve cesaretten daha güçlü şekilde yordamaktadır.

Akbağ ve Ümmet (2018) yaptıkları araştırmada öznel iyi oluş ile ana-babaya bağlanma arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun aracı rolünü incelenmişlerdir. Genç yetişkinlerle yapılan bu araştırma sonucunda temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun annenin ilgi/kontrol davranışı ile genç yetişkinlerin öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide kısmi aracı rolünün olduğu, babalar için ise aynı ilişkide temel psikolojik ihtiyaç doyumunun tam aracılık rolünün olduğu sonucuna varılmıştır.

Ciyin ve Erturan İlker (2014) 267 beden eğitimi öğretmen adayı ile yaptıkları araştırmada temel psikolojik ihtiyaçların doyurulmasının öznel iyi oluş düzeyinin yordayıcısı olup olmadığını incelemişlerdir. Çoklu regresyon analizi bulguları ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumlarının öznel iyi oluş düzeyi ile pozitif yönlü ilişkisi olduğunu göstermektedir.

Desrumaux ve diğerleri (2015) 298 Fransızca öğretmeni ile yaptıkları araştırmalarında olumsuz durumların yokluğu ve olumlu durumların varlığı ile kavramsallaşan iş yerinde psikolojik sağlığın sıkıntı ve iyi oluş ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma bulguları ilişkisellik ve yeterlilik ihtiyaç doyumlarının, iş iklimi ve iş yerinde psikolojik sağlık ilişkisinde tam aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Estey (2016) 355 katılımcı ile yaptığı araştırmasında psikolojik ihtiyaç doyumu, olumlu ve olumsuz olaylara ilişkin değerlendirme tarzı ve iyi oluş arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulguları olumlu olaylara yönelik değerlendirme tarzının psikolojik ihtiyaç doyumu ve iyi oluş ile pozitif yönde ilişkili olduğunu; olumsuz olaylara yönelik değerlendirme tarzının ise psikolojik ihtiyaç doyumu ve iyi oluş ile negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda düşünme tarzı ve psikolojik ihtiyaç doyumunun iyi oluş düzeyi üzerinde etkisi olduğu bulgusuna da ulaşılmıştır.

Gaudreault (2021) 276 lisans öğrencisi ile yaptığı araştırmada öznel iyi oluş, hedefler ve psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulguları öne sürülen hipotezleri doğrulamamıştır. Ancak iyi oluşun bileşeni olan yaşam doyumunun zaman içinde psikolojik ihtiyaç doyumunu pozitif yönde yordadığı bulgusuna ulaşılmıştır.

Gunnel ve diğerleri (2014) hedef içerikleri, motivasyon, psikolojik ihtiyaç doyumu, iyi oluş ve fiziksel aktiviteleri Öz- Belirleme Teorisi üzerinden 6 aylık süreçte incelemişlerdir. Genel popülasyondan 203 yetişkinle yürütülen araştırmanın bulguları psikolojik ihtiyaç doyumundaki değişimlerin özerk motivasyon ve iyi oluş arasındaki ilişkide aracı rolde olduğunu göstermektedir.

Hite (2015) 103 aktör ve dublörle yaptığı araştırmasında pozitif psikolojik sermaye, temel psikolojik ihtiyaç doyumu, iyi oluş ve performans arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulguları pozitif psikolojik sermayenin iyi oluş üzerinde ihtiyaç tatmini yoluyla toplam dolaylı etkisi olduğunu ve pozitif psikolojik sermayenin psikolojik iyi oluş üzerinde ilişkisellik ihtiyacı yoluyla özel bir dolaylı etkisi olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaçlarının iyi oluş aracılığıyla performans üzerinde dolaylı etkisi bulunmamıştır.

İlhan ve Özbay (2010) 1474 üniversite öğrencisi ile yaşam amaçları ve ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluşu yordama düzeyini araştırmışlardır. Yapılan regresyon analizi ile ihtiyaç doyumu ve içsel amaçların bireyin öznel iyi oluş düzeyini dışsal amaçlardan daha fazla yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Karabacak Çelik (2021) 1535 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında psikolojik ihtiyaç doyumu ile iyi oluş arasındaki ilişkide akademik öz-yeterlik, akademik motivasyon ve akış yaşantılarının aracı rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları iyi oluş ile ilişkisellik, yeterlik ve özerklik ihtiyaç doyumları arasında pozitif yönlü korelasyon olduğunu göstermektedir.

Kiltz, Trippenzee, Fleer, Fokkens- Bruinsma ve Jansen (2024) COVID-19 pandemi döneminde üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaç doyumları ile öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma bulguları psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyiyle pozitif yönde ilişkisini olduğunu; ancak en düşük ilişkinin ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasında olduğunu göstermektedir.

Martela, Lehmus- Sun, Parker, Pessive ve Ryan (2023) 27 Avrupa ülkesinde yaptıkları araştırmalarında temel psikolojik ihtiyaçların, iyi oluşun ve kötü oluşun temel göstergeleri ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma bulguları psikolojik ihtiyaçların hem tek başlarına hem de birlikte incelendiğinde iyi oluşun temel göstergeleri olan mutluluk, yaşam doyumu ve yaşam anlamı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir.

Slemp ve diğerleri (2024) 881 katılımcı ile yürüttükleri araştırmalarında psikolojik ihtiyaç doyumu ile kişiler arası destek, motivasyon ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi

incelemişlerdir. Araştırma bulguları motivasyon, iyi oluş ve performansı desteklemek için psikolojik ihtiyaç doyumunun sağlanması gerektiğini göstermektedir.

Tang, Wang ve Guerrien (2020) psikolojik ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi konu alan araştırmalara yönelik bir meta analiz çalışması yapmışlardır. Bu doğrultuda konu ile ilgili İngilizce, Fransızca ve Çince yapılan yayınlar incelenmiştir. Elde edilen bulgular psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş ile pozitif yönde korelasyona sahip olduğunu göstermektedir.

Yeşilyurt (2019) rekreaktif bisikletçiler ile yürüttüğü araştırmasında motivasyon, öznel iyi oluş düzeyi ve temel psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkileri incelemiştir. Araştırma bulguları temel psikolojik ihtiyaç doyumunun motivasyon, yaşam doyumu ve olumlu duygu durumunu yordadığını göstermektedir.

Farklı kültür ve farklı yaş grubu örneklemlerinde yapılan araştırmalar incelemiştir. İncelen araştırma bulguları psikolojik ihtiyaç doyumu ve psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutları olan ilişkisellik ihtiyaç doyumu, yeterlilik ihtiyaç doyumu ve özerklik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyi ile pozitif korelasyona sahip olduğunu göstermektedir. Araştırma bulguları ışığında doyurulmayan tek bir psikolojik ihtiyacın dahi öznel iyi oluş düzeyinde düşüş meydana getirdiği dikkat çekmektedir.

2.4.3. Psikolojik İhtiyaç Doyumu ile Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Arasındaki İlişkileri İnceleyen Çalışmalar: Araştırmanın bu kısmında Türkiye'de ve yurt dışında psikolojik ihtiyaç doyumu ile baş etme davranışı arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalara yer verilmiştir. Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama konusunda kısıtlı sayıda çalışma olduğundan kavram, baş etme başlığı altında ele alınmıştır. İncelenen araştırmalar alfabetik sırayla sunulmuştur.

Avcı ve Güngör (2023) 599 üniversite öğrencisi ile yaptıkları araştırmalarında temel psikolojik ihtiyaçlar ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide baş etme stratejilerinin aracı rolünü incelemişlerdir. Araştırma bulguları psikolojik ihtyiaçların iyi oluş üzerinde pozitif yönlü etkileri olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda kendine güvenen, iyimser ve çaresiz baş etme stratejilerinin psikolojik ihtiyaçlar ile öznel iyi oluş arasında kısmi aracı rolde olduğu sonucuna ulaşıldığı görülmektedir.

Barański ve Poprawa (2024) 622 katılımcı ile yürüttükleri araştırmalarında temel psikolojik ihtiyaç doyumu ve doyumsuzluğuna ilişkin bireysel profillerin stres, baş etme ve yaşam doyumu ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma bulguları psikolojik ihtiyaç doyumu sağlayamayan ve yüksek hayal kırıklığı yaşayan bireylerin kaçınma baş etme stratejisine

başvurdukları, ihtiyaç doyumu sağlayan fakat hayal kırıklığı yüksek olan bireylerin sorun odaklı baş etme stratejisine başvurduklarını göstermektedir.

Doron ve diğerleri (2023) 416 katılımcı ile yürüttükleri araştırmalarında duygusal yeterliliklerin ve psikolojik ihtiyaç doyumunun baş çıkma etme stratejilerini öngörüp öngörmediğini incelemişlerdir. Araştırma bulguları duygusal yeterlilik ve psikolojik ihtiyaç doyumunun baş etme stratejileri üzerinde rol oynadığını göstermektedir.

Stan (2023) 243 lise öğrencisi ile yaptığı araştırmasında zorbalığa karışan ve karışmayan ergenler tarafından kullanılan baş etme stratejilerinin farklılık gösterip göstermediğini incelemiştir. Araştırma bulguları erkek öğrencilerin ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile kaçınmacı baş etme stratejileri puanları arasında anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir.

Yılmaz (2020) 418 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmasında bilinçli farkındalık ve temel psikolojik ihtiyaçların doyurulması arasındaki ilişkide stresle baş etme biçimlerinin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma bulguları, bireylerin kullandıkları stresle baş etme biçimlerinin bilinçli farkındalık ve temel psikolojik ihtiyaçların doyurulması arasındaki ilişkide aracı rolde olduğunu göstermektedir. Stresle baş etme biçimlerinin aracılık rolüne ilişkin bulgular, bilinçli farkındalık temelli müdahalelerde kaçınmacı baş etme biçimlerinin zayıflatılması gerektiğine; böylelikle temel psikolojik ihtiyaçların daha çok doyurulabileceğine işaret etmektedir.

Psikolojik ihtiyaç doyumu ve baş etme davranışı arasındaki ilişkiler alanyazında çok nadir ele alınan konulardan biridir. Türkiye'de yapılan araştırma bulguları psikolojik ihtiyaç doyumunun stresle baş etme davranışı ile ilişkili olduğu bulgusuna işaret etmektedir. Araştırma bulguları ışığında bireyin kullandığı baş etme stratejisinin değiştirilmesinin psikolojik ihtiyaç doyumu üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

3. BÖLÜM
YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması, analize hazırlanması ve veri analizine ilişkin bilgiler bulunmaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin, psikolojik ihtiyaç doyumları ve sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışları arasındaki ilişkide aracılık rolünün incelendiği bu tez çalışmasında ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, önceden var olmuş veya hali hazırda var olan bir durumu olduğu gibi betimlemeyi hedefleyen araştırma modelleridir. Bu çalışmada temel alınan ilişkisel tarama modeli ise iki ya da daha fazla değişken arasında birlikte değişim bulunup bulunmadığını ve birlikte değişim bulunduğu takdirde açığa çıkan değişimlerin düzeyini belirlemeyi hedefleyen bir modeldir (Karasar, 2020).

3.2. Çalışma Grubu

Bu tez çalışmasının evrenini Bursa Uludağ Üniversitesi Görükle Kampüsünde öğrenim gören lisans öğrencileri oluşturmaktadır. 12 farklı fakültede öğrenim gören 628 katılımcının yaşları 17- 38 arasında değişmektedir. Katılımcıların yaşlarının aritmetik ortalaması 20,99; standart sapması ise 2,25 olarak hesaplanmıştır.

Araştırmanın çalışma grubu oranlı küme örnekleme yöntemi ile oluşturulmuştur. Oranlı küme örnekleme yönteminde evren, benzer özelliklere sahip alt evrenlere (kümelere) ayrılmakta; her bir alt evrenden o evrenin bütün içindeki oranını yansıtacak şekilde eleman seçilmektedir (Karasar, 2020). Çalışma grubunun büyüklüğünün belirlenmesinde güven aralığı %95, hata payı %4 olarak alınmıştır. Bu durumda örneklem büyüklüğünün minimum 593 kişi olması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır (Çıngı, 1994). Bursa Uludağ Üniversitesi Görükle Kampüsünde öğrenim görmekte olan lisans öğrencileri evren, Görükle kampüsünde bulunan fakülteler ise alt evrenler (kümeler) olarak baz alınmıştır. Her alt evrenden, alt evrenin ana evrendeki oranını temsil edecek büyüklükte katılımcı kolayda örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur. Veri toplama işleminin ardından G-Power 3.1 programı ile Post-hoc testi yapılmış; araştırmanın %97 güç ve %99 güven aralığında olduğu hesaplanmıştır.

Tablo 1

Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	405	64,5
	Erkek	223	34,5
	Toplam	628	100
Fakülte	Diş Hekimliği	10	1,6
	Eğitim	98	15,6
	Fen Edebiyat	113	18,0
	Güzel Sanatlar	9	1,4
	İktisadi ve İdari Bilimler	113	18,0
	Mimarlık	26	4,1
	Mühendislik	100	15,9
	Spor Bilimleri	17	2,7
	Sağlık Bilimleri	28	4,5
	Tıp	44	7,0
	Veteriner	28	4,5
	Ziraat	42	6,7
	Toplam	628	100
Sınıf Düzeyi	1. sınıf	151	24
	2. sınıf	135	21,5
	3. sınıf	162	25,8
	4. sınıf	178	28,3
	5. sınıf	0	0
	6. sınıf	2	0,3
	Toplam	628	100
Maddi Gelir	0- 2750 TL	414	65,9
	2750- 5500 TL	135	21,5
	5500 TL üstü	79	12,6
	Toplam	628	100
Gelir Kaynağı	KYK Bursu/ Kredisi	269	42,8
	Burs (KYK dışında bir kurum veya kişiden)	100	15,9
	Çalışıyorum.	84	13,4
	Ailem	514	81,8

Tablo 1'de de görüldüğü üzere araştırmanın çalışma grubunun %64,5'i kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcıların sınıf düzeyinin 1, 2, 3 ve 4.sınıfta yoğunlaştığı görülmektedir. 5 ve 6.sınıf öğrencilerinin oranının daha az olmasının sebebi, söz konusu sınıf düzeylerinin yalnızca tıp fakültesinde bulunmasından kaynaklıdır. Katılımcıların %65,9'unun maddi gelir düzeylerinin 0- 2750 TL arasında olduğu görülmektedir. Katılımcıların %81,8'i ailesinden maddi destek alırken %13,4'ü çalışmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada katılımcılara Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği (Vural Yüzbaşı ve diğerleri, 2021), Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği (Kardaş ve Yalçın, 2018), Öznel İyi Oluş Ölçeği (Tuzgöl Dost, 2005) ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır.

3.3.1. Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği (SDBOH): Rice ve diğerleri (2020) tarafından bireylerin sosyal ve duygusal deneyimleri karşısında harcama davranışını hangi ölçüde bir baş etme stratejisi olarak kullandıklarını belirlemek amacıyla geliştirilen ölçek; Vural Yüzbaşı ve diğerleri (2021) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 3 faktör ve 19 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipindedir. Katılımcılardan yanıtlanan her madde için 1 (Kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (Kesinlikle katılıyorum) aralığında kendilerini derecelendirmeleri istenmektedir. 16, 17, 18 ve 19. maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçekten hem alt boyutlara ilişkin puan hem de toplam puan alınabilmektedir. İlgili alt boyuttan ya da ölçek toplamından alınan yüksek puanlar harcama davranışının baş etme aracı olarak kullanıldığına işaret etmektedir. Duygusal Baş Etme Olarak Harcama alt boyutunda 7 madde (1-7), Sosyal Baş Etme Olarak Harcama alt boyutunda 8 madde (8-15) ve Harcama Dürtüsü alt boyutunda 4 madde (16-19) bulunmaktadır.

Vural Yüzbaşı ve diğerleri, (2021) yaptıkları DFA sonucu elde edilen değerler x^2/sd= 2,65, RMSEA=.07, SRMR=.06 GFI=.89, CFI=.97, NFI=.89, AGFI =.86, NNFI=.96, IFI=.97 şeklindedir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .90 olarak hesaplanmıştır. Alt boyutlara ilişkin katsayılar ise Duygusal Baş Etme Olarak Harcama alt boyutu için .92, Sosyal Baş Etme Olarak Harcama alt boyutu için .83 ve Harcama Dürtüsü alt boyutu için .79 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma kapsamında hesaplanan Cronbach Alpha katsayısının ise .88 olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.3.2. Öznel İyi Oluş Ölçeği (ÖİO): Tuzgöl Dost (2005) tarafından, bireylerin öznel iyi oluş düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilen ölçek, 12 faktör ve 46 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, 5'li Likert tipindedir. Katılımcılardan yanıtlanan her madde için 1 (Hiç

uygun değil) ile 5 (Tamamen uygun) aralığında kendilerini derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçek maddelerinin 26 tanesi olumlu, 20 tanesi olumsuz ifade şeklindedir. Olumsuz ifadelerin puanlaması ters çevrilerek yapılmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek öznel oluş düzeyine işaret etmektedir. Ölçeğin yaşamını kendi geçmişi ve başkalarının hayatı ile kıyaslama alt boyutunda 6 madde (4, 17, 32, 35, 37, 40), olumlu ve olumsuz duygular alt boyutunda 5 madde (3, 11, 19, 21, 23), amaçlar alt boyutunda 4 madde (22, 27, 30, 38), kendine güven alt boyutunda 5 madde (7, 34, 42, 46), iyimserlik alt boyutunda 6 madde (5, 8, 12, 14, 16, 31), ilgi duyulan etkinlikler alt boyutunda 4 madde (2, 9, 15, 28), arkadaşlık ilişkileri alt boyutunda 4 madde (6, 29, 36, 45), geleceğe bakış alt boyutunda 3 madde (1, 20, 41), aile ilişkileri alt boyutunda 2 madde (18, 39), başkalarının yaşamına imrenme alt boyutunda 2 madde (24, 26), yaşamın zorluklarıyla baş etme alt boyutunda 3 madde (25, 33, 44) ve karamsarlık alt boyutunda 2 madde (10, 13) bulunmaktadır. Tuzgöl Dost (2005) tarafından ölçeğin Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı .93 olarak hesaplanmış; aynı zamanda test- tekrar çalışması yapılmış ve Pearson momentler çarpımı katsayısı .86 olarak hesaplanmıştır. Bu araştırma kapsamında hesaplanan Cronbach Alpha katsayısının ise .92 olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.3.3. Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği (PİDDÖ): Sheldon ve Hilpert (2012) tarafından bireylerin psikolojik ihtiyaçlarını ölçmeye yönelik geliştirilen ölçek, Kardaş ve Yalçın (2018) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek üç psikolojik ihtiyacı (ilişkisellik, özerlik, yeterlik) içeren 3 alt boyutlu ve bu ihtiyaçların doyum- doyumsuzluk boyutlarını içeren 6 alt boyutlu iki model sunmaktadır. 18 maddeden oluşan ölçek 5'li Likert tipindedir. Katılımcılardan yanıtlanan her madde için 1 (Kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (Kesinlikle katılıyorum) aralığında kendilerini derecelendirmeleri istenmektedir. Ölçekten toplam tam puan alınmamakta, alt boyutlar üzerinden puanlama yapılmaktadır. Ölçeğin 3 alt boyutlu modelinde ilişkisellik alt boyutu 6 maddeden (1-6), yeterlik alt boyutu 6 maddeden (7-12), özerklik alt boyutu 6 maddeden (13- 18) oluşmaktadır. Araştırmacının 3 alt boyutlu modeli kullanması halinde 4, 5, 6, 10, 11, 12, 16, 17, 18.maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçeğin 6 alt boyutlu modelinde ise ilişkisellik doyum alt boyutu 3 maddeden (1-3), ilişkisellik doyumsuzluk alt boyutu 3 maddeden (4-6), yeterlik doyum alt boyutu 3 maddeden (7-9), yeterlik doyumsuzluk alt boyutu 3 maddeden (10-12), özerklik doyum alt boyutu 3 maddeden (13-15) ve özerklik doyumsuzluk alt boyutu 3 maddeden (16-18) oluşmaktadır.

Kardaş ve Yalçın'ın, (2018) ölçeğin 3 alt boyutlu modeline yönelik yaptıkları DFA çalışmasından elde edilen değerler x^2/sd= 2,92, RMSEA=.08, RMR= .05, GFI=.87, CFI=.92, NFI=.89, NNFI=.91 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin 6 boyutlu modeline yönelik DFA

çalışmasından elde edilen değerler ise x^2/sd= 1,43, RMSEA=.03, GFI=.94, CFI=.98, NFI=.94 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları ilişkisellik alt boyutu için .70, yeterlik alt boyutu için .71, özerklik alt boyutu için .74 olarak hesaplanmıştır. 6 alt boyutlu ikinci model için hesaplanan Cronbach Alpha değerleri ilişkisellik doyum alt boyutu için .73, ilişkisellik doyumsuzluk alt bouyutu için .68, yeterlik doyum alt boyutu için .70, yeterlik doyumsuzluk alt boyutu için .63, özerklik doyum alt boyutu için .65 ve özerklik doyumsuzluk alt boyutu için .72 şeklindedir. Bu araştırma kapsamında hesaplanan Cronbach Alpha katsayısının ise .84 olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.3.4. Kişisel Bilgi Formu: Katılımcılara ait kişisel bilgileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen bu formda öğrencilerin yaşı, cinsiyeti, okudukları fakülte, sınıf düzeyleri, aylık maddi gelirleri ve gelir kaynakları hakkında temel sorular yer almaktadır. Katılımcıların gelir düzeyini belirlemeye yönelik sorulmuş olan soruda gelir düzeyi sınıflandırması veri toplanırken mevcut asgari ücret düzeyinin yarısı ve çeyreği baz alınarak yapılmıştır.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırmaya başlamadan önce Bursa Uludağ Üniversitesi Etik Değerlendirme Kurulu (49 nolu karar ve 25.11.2022 tarihli yazı) (bkz. EK:1)'ndan gerekli izinler alınmıştır. Bursa Uludağ Üniversitesi Görükle Kampüsünde öğrenim gören lisans öğrencilerinden toplanan veriler araştırmacı tarafından dersliklerde ve Görükle kampüsü içerisindeki sosyal merkezlerde (kantin, kampüs içerisinde bulunan oturma alanları, kafe gibi) yüz yüze uygulama yoluyla toplanmıştır. Ders saatleri içinde dersliklerde toplanan veriler için ilgili dersin sorumlu öğretim elemanından izin alınmıştır. Ardından araştırmacı kendisini öğrencilere tanıtmış, tez çalışması ile ilgili kısa bir bilgilendirme yapmış ve gönüllü öğrencilere form dağıtılmıştır. Formda onam maddesini işaretlemeyen katılımcılar veri setine dahil edilmemiştir.

3.5. Verilerin Analize Hazırlanması ve Analizi

Veri analizine geçilmeden önce kayıp veri analizi yapılmıştır. Bell, Kromrey ve Ferron (2009) kayıp verilerin ölçek maddelerinin %10'u oranında olması durumunda boş bırakılan ölçek maddelerinin aritmetik ortalama yolu ile doldurulabileceğini belirtmektedir. Bu doğrultuda, ölçek maddelerinin %10'undan fazlasını boş bıraktığı belirlenen 43 katılımcının verileri analiz dışında bırakılmış ve diğer kayıp verilere de aritmetik ortalama yoluyla ortalama değer ataması yapılmıştır. Elde edilen 628 veri ile analizlere devam edilmiştir.

Araştırma değişkenleri arasında aracılık ilişkisi olup olmadığını test etmek amacıyla Hayes Process Macro kullanılmıştır. Process Macro aracılık analizi yapabilmek için birtakım

varsayımların karşılanması gerekmektedir. Bu nedenle öncelikle bu varsayımlar test edilmiştir.

Tabachnick ve Fidell'in (2013) belirttiği üzere, aşamalı regresyon analizinde örneklem büyüklüğü, sonuçların genellenebilirlik düzeyini arttırabilmek açısından oldukça önemlidir. Araştırmadaki her bir değişken için 40 katılımcıya ulaşılması önerilmektedir. Mevcut araştırmada psikolojik ihtiyaç doyumu, öznel iyi oluş, sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama (3 alt boyut modele ayrı ayrı dahil edilmiştir) üzere beş değişken yer almaktadır. Tabachnick ve Fidell'in (2013) önerisine göre, beş değişken karşılığında 200 katılımcıya ulaşmak yeterli gözükmektedir. Bu çalışmada 628 katılımcı yer aldığından, örneklem büyüklüğü ile ilgili varsayımın karşılandığı görülmektedir.

Bir diğer varsayım ise hem bağımlı de hem de bağımsız değişkenlere ait uç değerlerin bulunmamasıdır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Uç değerleri belirlemek için ön analizler yapılmıştır. Veri setinde kayıp veri ve uç değer bulunmadığından toplanan tüm verilerle analizlere devam edilmiştir.

Bir diğer varsayım ise, çoklu doğrusal bağlantının olmamasıdır (Field, 2013). Tabachnick ve Fidell'e göre (2012) korelasyon katsayılarının .90 değerinden küçük olması, değişekenler arasında çoklu doğrusal bağlantı olmadığını göstermektedir. Değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde, korelasyon katsayılarının .63 ile -.27 arasında değiştiği tespit edilmiştir.

Aynı zamanda çoklu doğrusal bağlantının bir diğer göstergesi olan değişkenlerin VIF ve tolerans değerleri de incelenmiştir. VIF değerinin 10'dan büyük ve Tolerans değerinin 0.1'in altında olması değişkenler arasında çoklu doğrusal bağlantı olduğunu (Bowerman ve O' Connell, 1990; Field, 2013) göstergesidir. Elde edilen değerler incelendiğinde, VIF değerlerinin 10'dan küçük olduğu, Tolerans değerlerinin ise 0.1'in üzerinde olduğu görülmektedir. Dolayısıyla, değişkenler arasında çoklu bağlantı problemin olmadığı görülmüştür. Bulgular Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2

VIF ve Tolerans değerlerine ilişkin bulgular

Değişken/ Değer	Tolerance	VIF
PİDDÖ_İ	.745	1.34
PİDDÖ_Y	.676	1.48
PİDDÖ_Ö	.664	1.50

(PİDDÖ_İ: İlişkisellik ihtiyaç doyumu; PİDDÖ_Y: Yeterlik ihtiyaç doyumu; PİDDÖ_Ö: Özerklik ihtiyaç doyumu)

Karşılanması gereken bir başka varsayım da normallik, doğrusallık ve eş varyanslıktır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Normalliğin testi için basıklık ve çarpıklık değerleri ile histogram grafiği incelenmiştir. Tablo 4'te görüldüğü üzere tüm değişkenler çarpıklık-basıklık katsayıları için kabul edilebilir ±2 değer aralığındadır (Field, 2013; Gravetter ve Wallnau, 2014). Doğrusallık ve eş varyanslık ile ilgili varsayımların karşılanıp karşılanmadığını test etmek için hata terimlerinin saçılma grafiği incelenmiştir. Hata terimlerinin grafiğin merkezinde yoğunlaştığı ve dikdörtgen oluşturduğu görüldüğünden (Tabachnick & Fidell, 2013), bu varsayımların da karşılandığı görülmüştür. Bulgular Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3

Betimleyici istatistikler

Değişken	**M**	**SD**	**Çarpıklık**	**Basıklık**
1.ÖİO	164	22.17	-.13	-.30
2.SDBOH	48	12.86	-.006	-.35
3.PİDDÖ_İ	24	3.23	-.14	-.34
4.PİDDÖ_Y	22	3.92	-.03	-.36
5.PİDDÖ_Ö	20	4.17	.10	-.42

(ÖİO:Öznel iyi oluş; SDBOH: Sosyal ve duygusal başa çıkma olarak harcama; PİDDÖ_İ: İlişkisellik ihtiyaç doyumu; PİDDÖ_Y: Yeterlik ihtiyaç doyumu; PİDDÖ_Ö: Özerklik ihtiyaç doyumu)

Varsayımlardan bir tanesi de hata terimlerinin birbirinden bağımsız olmasıdır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu varsayım Durbin-Watson testi ile test edilebilmekte ve 1 ile 3 arasındaki değerler, hata terimlerinin bağımsızlığına işaret etmektedir (Field, 2013). Elde edilen, Durbin-Watson katsayısı 1.25 olduğundan söz konusu varsayımın karşılandığı görülmektedir.

Toplanan verilerin Hayes Process Macro aracılık analizi varsayımlarını karşıladığı görülmektedir. Bu doğrultuda üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin, sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama ile psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkide aracı rolü SPSS Hayes Process Macro eklentisi (Model 4) aracılığıyla incelenmiştir.

4. BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde korelasyon analizine ilişkin bulgularla birlikte üniversite öğrencilerinin ilişkisellik, yeterlik ve özerklik ihtiyaç doyumları ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışları arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık etkisinin incelenmesine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği total puan sağlamayıp, alt boyut puanları ile çalışan bir ölçek olduğundan psikolojik ihtiyaç doyumu alt boyut puanlarıyla çalışılmış ve her alt boyut için ayrı aracılık analizleri yapılmıştır. Aşağıda bu aracılık analizlerine ilişkin bulgular sırayla sunulmuştur.

4.1. Psikolojik İhtiyaç Doyumu Alt Boyutları, Öznel İyi Oluş ve Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcamaya İlişkin Korelasyon Analizi

Katılımcıların psikolojik ihtiyaç doyumu alt boyutları, öznel iyi oluş ve sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışları arasındaki ilişkileri inceleyebilmek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Testi yapılmıştır. Elde edilen bulgular Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4

Korelasyon analizine ilişkin bulgular

		ÖİO	SDBOH	PİDDÖ_İ	PİDDÖ_Y	PİDDÖ_Ö
ÖİO	r	1				
SDBOH	r	-.268**	1			
PİDDÖ_İ	r	.575**	-.176**	1		
PİDDÖ_Y	r	.635**	-.260**	.433**	1	
PİDDÖ_Ö	r	.617**	-.251**	.448**	.525**	1

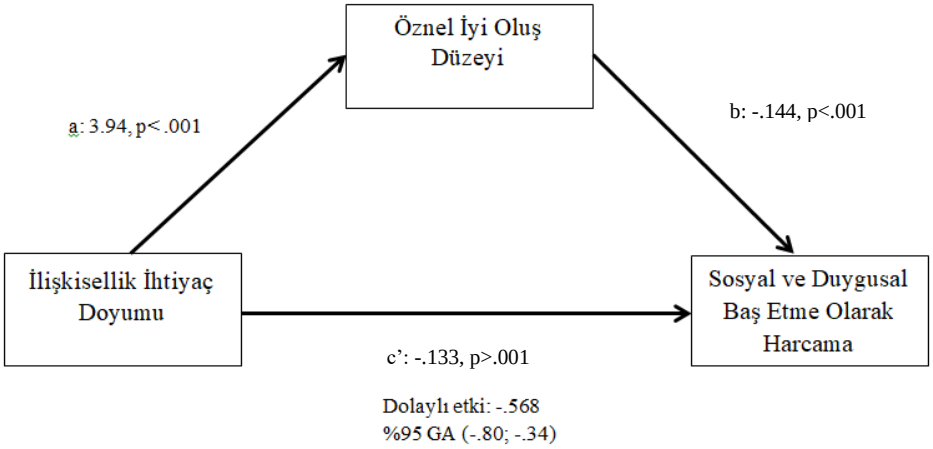
(ÖİO:Öznel iyi oluş; SDBOH: Sosyal ve duygusal başa çıkma olarak harcama; PİDDÖ_İ: İlişkisellik ihtiyaç doyumu; PİDDÖ_Y: Yeterlik ihtiyaç doyumu; PİDDÖ_Ö: Özerklik ihtiyaç doyumu)

4.2. İlişkisellik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 1)

Araştırmada öncelikle psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutlarından olan ilişkisellik ihtiyacı ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluş düzeyinin aracı rolü incelenmiştir. Aracılık modeli Şekil 4'te sunulmuştur.

Şekil 4

İlişkisellik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 1)



Şekil 4'de görüldüğü gibi, ilişkisellik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyini anlamlı düzeyde ve pozitif yönde etkilediği tespit edilmiştir (b= 3.94, β= .57, %95 GA [3.50; 4.38] t=17.57, p< .001). İlişkisellik ihtiyaç doyumu, öznel iyi oluş düzeyinin yaklaşık %33'ünü açıklamaktadır (R^2=.330). Ayrıca, öznel iyi oluşun sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışını anlamlı düzeyde negatif yönde etkilediği görülmektedir (b= -.144, β= -.248, %95 GA [-197; -.90] t=-5.27, p< .001). İlişkisellik ihtiyaç doyumunun sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama üzerinde anlamlı etkisinin aracı değişken analize dahil olduğunda ortadan kalktığı görülmektedir (%95 GA [-.501; .234], p>.001). İlişkisellik ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş düzeyi sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının %7'sini açıklamaktadır (R^2=.072). Son olarak, ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı etkisine ilişkin etki büyüklüğü -.568 olarak hesaplanmıştır. Etki büyüklükleri yorumlanırken .01'e yakın değerlerin düşük düzeyde etkiyi, .09'a yakın değerlerin orta düzeyde etkiyi, .25'e yakın değerlerin ise yüksek düzeyde etkiyi işaret ettiği bilinmektedir (Preacher ve Kelley, 2011). Bu doğrultuda ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluş düzeyinin yüksek düzeyde, tam aracılık etkisi olduğu söylenebilir. Bu bulgular Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5

Aracılık Analizi Bulguları (Model 1)

		M (ÖİO)				Y (SDBOH)		
Tahmin Değişkenleri		*b*	*SH*	β		*b*	*SH*	β
X (PİDDÖ_İ)	*a*	3.94	.22	.57	c'	-.13	.18	-.03
M (ÖİO)					*b*	-.14	.02	-.24
Sabit	$İ_M$	69.50	5.36		$İ_Y$	74.97	4.13	
	R^2=.33				**R^2=.07**			
	F(1; 626)= 308.89, p< .001				**F(2; 625) = 24.37, p> .001**			

Not: PİDDÖ_İ: İlişkisellik İhtiyaç Doyumu, ÖİO: Öznel İyi Oluş, SDBOH: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama

Aracılık analizi sonucunda elde edilen direkt etki, standardize edilmemiş dolaylı etki, standardize edilmiş dolaylı etki ve toplam etki büyüklerine ilişkin değerler Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6

Aracılık Analizi Sonucunda Elde Edilen Etki Büyüklükleri (Model 1)

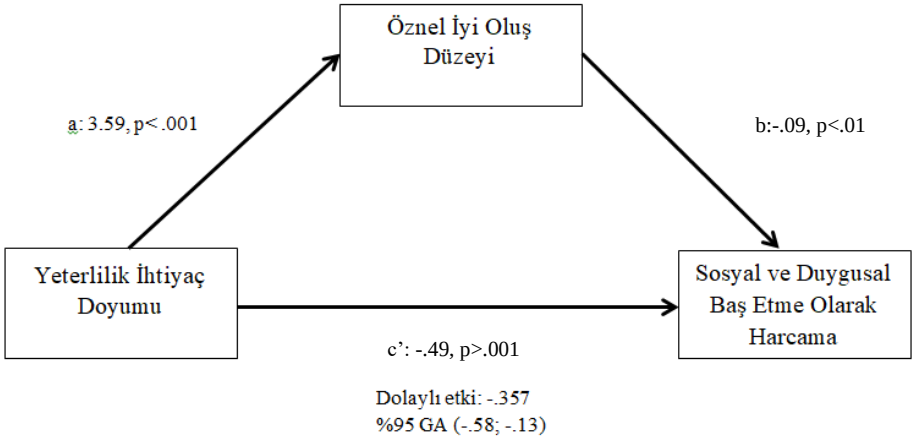
Direkt Etki Büyüklüğü	Standardize Edilmemiş Dolaylı Etki Büyüklüğü	Standardize Edilmiş Dolaylı Etki Büyüklüğü	Toplam Etki Büyüklüğü
-.13	-.57	-.14	-.70

4.3. Yeterlilik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 2)

Araştırmada ikinci bir odel olarak psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutlarından olan yeterlilik ihtiyacı ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluş düzeyinin aracı rolü incelenmiştir. Aracılık modeli Şekil 5'te sunulmuştur.

Şekil 5

Yeterlilik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 2)



Yeterlilik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyini anlamlı düzeyde ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir (b= 3.59, β= .63, %95 GA [3.24; 3.93] t=20.59, p< .001). Yeterlilik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyinin yaklaşık %40'ını açıklamaktadır (R^2=.40)

Öznel iyi oluş düzeyinin sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışını anlamlı düzeyde negatif yönde etkilediği görülmektedir (b= -.09, β= -.17, %95 GA [-.15; -.04] t=-3.45, p< .01). Yeterlilik ihtiyaç doyumunun sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama üzerinde anlamlı etkisinin aracı değişken analize dahil olduğunda ortadan kalktığı görülmektedir (%95 GA [-.81; -.17], p> .001). Yeterlilik ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş düzeyi sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının %8'ini açıklamaktadır **(**R^2=.08).

Yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı etkisine ilişkin etki büyüklüğü -.357 olarak hesaplanmıştır. Etki büyüklükleri yorumlanırken .01'e yakın değerlerin düşük düzeyde etkiyi, .09'a yakın değerlerin orta düzeyde etkiyi, .25'e yakın değerlerin ise yüksek düzeyde etkiyi işaret ettiği bilinmektedir (Preacher ve Kelley, 2011). Bu doğrultuda yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluş düzeyinin yüksek düzeyde, tam aracılık etkisi olduğu söylenebilir. Yukarıda sunulan bulgular Tablo 7'de özetlenmiştir.

Tablo 7

Aracılık Analizi Bulguları (Model 2)

		M (ÖİO)				Y (SDBOH)		
Tahmin Değişkenleri		*b*	*SH*	β		*b*	*SH*	β
X (PİDDÖ_Y)	*a*	3.59	.17	.63	c'	-.49	.16	-.15
M (ÖİO)					*b*	-.09	.02	-.17
Sabit	$İ_M$	84.32	3.88		$İ_Y$	75.41	.16	
	R^2=.40				**R^2=.08**			
	F(1; 626)= 424.05 p< .001				**F(2; 625) = 29.13, p> .001**			

Not: PİDDÖ_Y: Yeterlilik İhtiyaç Doyumu, ÖİO: Öznel İyi Oluş, SDBOH: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama

Aracılık analizi sonucunda elde edilen direkt etki, standardize edilmemiş dolaylı etki, standardize edilmiş dolaylı etki ve toplam etki büyüklerine ilişkin değerler Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8

Aracılık Analizi Sonucunda Elde Edilen Etki Büyüklükleri (Model 2)

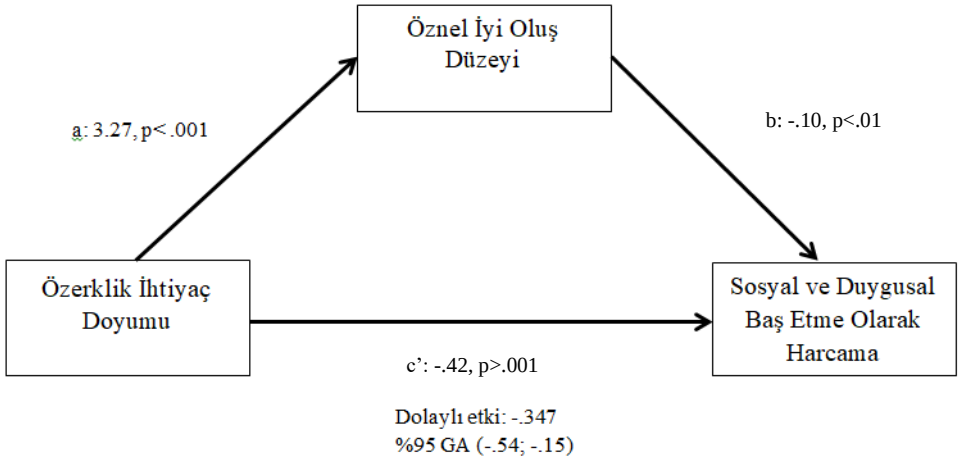
Direkt Etki Büyüklüğü	Standardize Edilmemiş Dolaylı Etki Büyüklüğü	Standardize Edilmiş Dolaylı Etki Büyüklüğü	Toplam Etki Büyüklüğü
-.49	-.36	-.10	-.85

4.4. Özerklik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 3)

Psikolojik ihtiyaç doyumunun alt boyutlarından olan özerklik ihtiyacı ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluş düzeyinin aracı rolü incelenmiştir. Aracılık modeli Şekil 6'da sunulmuştur.

Şekil 6

Özerklik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolü (Model 3)



Özerklik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyini anlamlı düzeyde ve pozitif yönde etkilediği görülmektedir (b= 3.27, β= .61, %95 GA [2.95; 3.60] t=19.60, p< .001). Yeterlilik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyinin yaklaşık %38'ini açıklamaktadır (R^2=.38)

Öznel iyi oluş düzeyinin sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışını anlamlı düzeyde negatif yönde etkilediği görülmektedir (b= -.10, β= -.18, %95 GA [-.16; -.05] t=-3.74, p< .01). Özerklik ihtiyaç doyumunun sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama üzerinde anlamlı etkisinin aracı değişken analize dahil olduğunda ortadan kalktığı görülmektedir (%95 GA [-.72; -.13], p> .001). Özerklik ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş düzeyi sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının %8'ini açıklamaktadır **(**R^2=.08).

Özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı etkisine ilişkin etki büyüklüğü -.347 olarak hesaplanmıştır. Etki büyüklükleri yorumlanırken .01'e yakın değerlerin düşük düzeyde etkiyi, .09'a yakın değerlerin orta düzeyde etkiyi, .25'e yakın değerlerin ise yüksek düzeyde etkiyi işaret ettiği bilinmektedir (Preacher ve Kelley, 2011). Bu doğrultuda özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluş düzeyinin yüksek düzeyde, tam aracılık etkisi olduğu söylenebilir. Yukarıda sunulan bulgular Tablo 9'da özetlenmiştir.

Tablo 9

Aracılık Analizi Bulguları (Model 3)

		M (ÖİO)				Y (SDBOH)		
Tahmin Değişkenleri		*b*	*SH*	β		*b*	*SH*	β
X (PİDDÖ_Ö)	*a*	3.27	.16	.61	c'	-.42	.15	-.13
M (ÖİO)					*b*	-.10	.02	-.18
Sabit	$\dot{I}_M$	95.02	3.53		$\dot{I}_Y$	75.41	.16	
	R^2=.38				**R^2=.08**			
	F(1; 626)= 384.37, p< .001				**F(2; 625) = 28.44, p> .001**			

Not: PİDDÖ_Ö: Özerklik İhtiyaç Doyumu, ÖİO: Öznel İyi Oluş, SDBOH: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama

Aracılık analizi sonucunda elde edilen direkt etki, standardize edilmemiş dolaylı etki, standardize edilmiş dolaylı etki ve toplam etki büyüklerine ilişkin değerler Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10

Aracılık Analizi Sonucunda Elde Edilen Etki Büyüklükleri (Model 3)

Direkt Etki Büyüklüğü	Standardize Edilmemiş Dolaylı Etki Büyüklüğü	Standardize Edilmiş Dolaylı Etki Büyüklüğü	Toplam Etki Büyüklüğü
-.43	-.34	-.11	-.77

Psikolojik ihtiyaç doyumunun her bir alt boyutu için yapılan aracılık analizi sonuçları incelendiğinde öznel iyi oluşun ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumları ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında aracılık rolü olduğu görülmektedir.

5. BÖLÜM
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmada test edilen 3 aracılık modelinin bulgularına ilişkin tartışma, sonuç ve öneriler yer almaktadır.

5.1. Tartışma

Bu kısımda, araştırmada test edilen 3 modelin sonuçları ayrı başlıklar halinde alanyazınla karşılaştırmalı olarak tartışılmıştır.

5.1.1. İlişkisellik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolüne Yönelik Tartışma: Bu araştırmanın bulguları ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasında pozitif, öznel iyi oluş düzeyi ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında negatif, ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında negatif yönlü ilişkiler olduğunu göstermektedir. Aracılık analizi bulguları, ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun tam aracı rolde olduğuna işaret etmektedir. Başka bir ifade ile bireyin ilişkisellik ihtiyacını doyuramaması halinde öznel iyi oluş düzeyi düşmekte ve birey sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına yönelmektedir.

Bu araştırmadan elde edilen ilişkisellik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyi üzerindeki etkisinin pozitif yönde anlamlı olduğu bulgusunun, alanyazında yer alan ve psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri işaret eden geçmiş araştırma bulguları ile tutarlılık gösterdiği görülmektedir (Akbağ ve Ümmet, 2017; Ciyin ve Erturan İlker, 2014; Desrumaux, 2015; Estey, 2016; Gunnel, 2014; Hite, 2015; İlhan ve Özbay, 2010; Karabacak Çelik, 2021; Kiltz, Trippenzee, Fleer, Fokkens- Bruinsma ve Jansen, 2024; Martela, Lehmus- Sun, Parker, Pessive ve Ryan, 2023; Slemp ve diğerleri, 2024; Tang, Wang ve Guerrien, 2020; Yeşilyurt, 2019). Psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmaların yanı sıra yalnızca ilişkisellik ihtiyacı alt boyutu ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmaların bulguları da incelenmiştir. İncelenen araştırmaların bulguları da bu araştırmadan elde edilen bulgularla tutarlılık göstermektedir. Örneğin; Khosa, Wilkin ve Burch (2024) tarafından yapılan araştırmada doktora öğrencilerinin ilişkisellik ihtiyaçları ile öznel iyi oluş düzeyleri arasında ilişki olduğu görülmüştür. Benzer şekilde Holt ve diğerleri (2019) 9-13 yaş aralığındaki çocuklarla yaptıkları nitel araştırmada öznel iyi oluşun merkezinde ilişkisellik ihtiyaç doyumu olduğu bulgusuna ulaşmışlardır. Alanyazın incelendiğinde konuyla ilgili farklı örneklemlerde çok sayıda araştırma bulgusu olduğu görülmektedir. Psikolojik ihtiyaçlar kavramının yer

aldığı Öz Belirleme Kuramı'ndan (Deci ve Ryan, 2008) yola çıkıldığında bireyin ilişkisellik ihtiyacını karşılayamadığında öznel iyi oluş düzeyinin düşmesi beklenen bir durumdur.

Araştırmanın bir diğer bulgusu öznel iyi oluş düzeyinin sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı üzerindeki etkisinin negatif yönde anlamlı olduğudur. Alanyazın incelendiğinde öznel iyi oluşun hem baş etme stratejileri hem de hedonik tüketim ile ilişkisini konu alan çalışmalar (Aydın ve Belli, 2023; Bliss, 2023; Ertaş, 2024; Harpaz ve diğerleri, 2023; McFadden ve diğerleri, 2021; Ok, 2023; Philipp Muller, 2023; Piagiani, 2020; Siff, 2022; Zewude, 2022; Wood, 2022; Yıldız, 2014; Zeidner ve diğerleri, 2016) bulunmuş; fakat öznel iyi oluş düzeyi ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışını doğrudan konu alan araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle alanyazında konuyla ilgili olarak bulunan ve baş etme stratejileri ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkileri konu alan araştırmalar incelenmiştir. Bu doğrultuda bu araştırmanın sağlıksız baş etme stratejisi olan harcama davranışı ile öznel iyi oluşun negatif yönlü ilişkisine işaret eden bulgularının alanyazında yer alan geçmiş araştırma bulguları ile tutarlılık gösterdiği görülmüştür. Genel olarak konuyla dolaylı ilgisi olan araştırma bulguları incelendiğinde sağlıklı baş etme stratejilerinin öznel iyi oluş düzeyi ile pozitif yönlü; sağlıksız baş etme stratejilerinin ise öznel iyi oluş düzeyi ile negatif yönlü korelasyona sahip olduğu görülmüştür.

Bu araştırmadan elde edilen bir diğer önemli bulgu ise ilişkisellik ihtiyaç doyumunun sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı üzerindeki etkisinin negatif yönde anlamlı olduğu bulgusudur. Alanyazın incelendiğinde ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkileri doğrudan inceleyen araştırmaya rastlanmamıştır. Harcama davranışının daha çok hedonik ve kompülsif yönüne odaklanılmış olması ve baş etme stratejisi olarak ele alındığı çalışmaların kısıtlı olması bu durumu açıklar niteliktedir. Bu nedenle araştırmanın bu bulgusu alanyazında psikolojik ihtiyaç doyumu ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkilere işaret eden araştırmalarla karşılaştırılmış ve bulguların alanyazın ile tutarlılık gösterdiği görülmüştür (Avcı ve Güngör, 2023; Barański ve Poprawa, 2024; Doron ve diğerleri, 2023; Stan, 2023; Yılmaz, 2020). Alanyazında yer bulan bu araştırma bulguları ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkiye vurgu yapmaktadır. Yapılan bu araştırmada ise ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Harcama davranışına baş etme perspektifinden bakılarak ilişkisellik ihtiyacı ile ilişkisinin tespit edildiği bu araştırma alanyazına bu bağlamda katkı sunmuştur.

Bu araştırmada test edilen ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık rolüne ilişkin modelde tam aracılık ilişkisi bulunmuştur. Sonuç olarak ihtiyaç kavramının uzun yıllar boyunca hem fiziksel (Maslow, 1943) hem psikolojik (Deci ve Ryan, 1985) kuramlar aracılığıyla açıklanmaya çalışıldığı görülmüştür. Öz Belirleme Kuramı içerisinde tanımlanan ilişkisellik ihtiyacı ise birçok kuramda kendisine farklı isimlerle yer bulmuştur. Örneğin Maslow (1987) İhtiyaçlar Hiyerarşisi Kuramında bireyin ilişki kurma ve diğerleri ile ilişki halinde kalma ihtiyacını "ait olma ve sevgi" basamağı ile açıklamıştır. Bireyler anne karnından itibaren ilişki kurma ihtiyacı duymaktadırlar. İlk ilişkiyi anne karnında kordon bağı aracılığıyla annesi ile kuran fetüs, doğumundan sonra temas yoluyla ardından da sözel iletişim yoluyla ilişki kurmaya devam etmektedir. Kurulan bu sosyal ilişkilerin destekleyici yönünün bireyin öznel iyi oluş düzeyinde artışa sebep olduğu bilinmektedir (Aydoğan, 2020; Gündoğan, 2016; Mitchell, Billings ve Moos, 1982; Savaş, 2023; Şenocak, 2016; Thoits, 1985; Turner, 1981; Verduzco ve diğerleri, 2020). Öte yandan Erikson (1950; aktaran Oğuz Duran, 2019) Psikososyal Gelişim Kuramında genç yetişkinlik döneminde yakınlığa karşı yalıtılmışlık krizinden söz ederek genç yetişkinler için ilişki kurma ihtiyacına vurgu yapmıştır. Bu açıdan bakıldığında sosyal ilişkiler kuramayan yani ilişkisellik ihtiyaç doyumu sağlayamayan bireylerin öznel iyi oluş düzeyinde düşüş meydana gelmektedir. Bu durumla ve diğer sorunları ile baş etmek isteyen birey, çeşitli baş etme stratejilerine yönelmektedir. Bu noktada sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının sosyal baş etme olarak harcama alt boyutu, bireyin doyuramadığı ilişkisellik ihtiyacını doyurması için bir seçenek olarak karşımıza çıkmaktadır. Geçmiş araştırma bulguları bireyin, içinde bulunmayı istediği sosyal grupta değer verilen eşyaları satın alarak sosyal çevresine olumlu izlenimler bırakma ve gruba dahil olma ihtimalini arttırabildiğini göstermektedir (Wang ve Xiao, 2009). Fakat bu araştırmada katılımcılara baş etme olarak harcama davranışına yöneldiklerinde hangi ürünleri satın aldıklarına dair bir soru yöneltilmediğinden satın alma davranışının hangi yönde gerçekleştirildiği bilinmemektedir. Geçmiş araştırmaların bulgularından yola çıkıldığında içinde bulunmak istediği gruba, grupta değer verilen eşyaları satın almaya başlayarak giren bireyin öznel iyi oluş düzeyinin gruba girdiği anda yükseldiği anlaşılmaktadır (Wang ve Xiao, 2009). Bu şekilde sosyal baş etme olarak harcama davranışına yönelmiş olan bireyin, grupta kalmaya devam edebilmek için harcama yapmaya devam etmek zorunda olması, davranışın devamlılığına yol açıp bireyi maddi yük altına soktuğundan ilerleyen zamanlarda öznel iyi oluş düzeyini daha fazla düşürmektedir. Aynı zamanda davranışın kontrolsüz biçimde devam etmesi ilerleyen zamanlarda kompülsif satın alma bozukluğu ile sonuçlanma riskini

barındırmaktadır (Faber ve O'Guinn, 1992; O'Guinn ve Faber, 1989). Bu bağlamda değerlendirildiğinde ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama ilişkisinde öznel iyi oluşun aracı rol oynaması araştırma sonucunda beklenen bir çıktıdır. Bu araştırma ile ilişkisellik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü kanıtlanmış ve alanyazına bu bağlamda kıymetli bir katkı sağlanmıştır.

5.1.2. Yeterlilik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolüne Yönelik Tartışma: Bu araştırmanın bulguları yeterlilik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasında pozitif, öznel iyi oluş düzeyi ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında negatif, yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında negatif yönlü ilişkiler olduğunu göstermektedir. Aracılık analizi bulguları, yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun tam aracı rolde olduğuna işaret etmektedir. Başka bir ifade ile bireyin yeterlilik ihtiyacını doyuramaması halinde öznel iyi oluş düzeyi düşmekte ve birey sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına yönelmektedir.

Bu araştırmadan elde edilen yeterlilik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyi üzerindeki etkisinin pozitif yönde anlamlı olduğu bulgusunun, alanyazında yer alan ve psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri işaret eden geçmiş araştırma bulguları ile tutarlılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır (Akbağ ve Ümmet, 2017; Ciyin ve Erturan İlker, 2014; Desrumaux, 2015; Estey, 2016; Gunnel, 2014; Hite, 2015; İlhan ve Özbay, 2010; Karabacak Çelik, 2021; Kiltz, Trippenzee, Fleer, Fokkens- Bruinsma ve Jansen, 2024; Martela, Lehmus- Sun, Parker, Pessive ve Ryan, 2023; Slemp ve diğerleri, 2024; Tang, Wang ve Guerrien, 2020; Yeşilyurt, 2019). Psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmaların yanı sıra yalnızca yeterlilik ihtiyacı alt boyutu ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmaların bulguları da incelendiğinde; Holt ve diğerleri (2019) tarafından yapılan araştırmada yeterlilik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyi üzerinde pozitif yönlü etkisi olduğu bulgusuna ulaşıldığı görülmüştür. Benzer şekilde Nislin ve Pesonen (2019) tarafından özel eğitim öğretmenleri ile yapılan araştırmada algılanan yeterlik düzeyinin öznel iyi oluş düzeyi ile ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Öz Belirleme Kuramı'ndan (Deci ve Ryan, 2008) yola çıkıldığında bireyin yeterlilik ihtiyacını karşılayamayıp yetersiz hissetmesi ile öznel iyi oluş düzeyinin düşmesi beklenen bir durumdur.

Bu araştırmadan elde edilen bir diğer önemli bulgu ise yeterlilik ihtiyaç doyumunun sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı üzerindeki etkisinin negatif yönde anlamlı olduğu bulgusudur. Alanyazın incelendiğinde yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkileri doğrudan inceleyen araştırmaya rastlanmamıştır. Alanyazında harcama davranışının hedonik ve kompülsif yönüyle ele alınması ve baş etme stratejisi olarak ele alındığı çalışmaların az sayıda olması bu durumu açıklar niteliktedir. Bu nedenle araştırmanın bu bulgusu alanyazında psikolojik ihtiyaç doyumu ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarla karşılaştırılmış ve bulguların alanyazın ile tutarlılık gösterdiği görülmüştür (Avcı ve Güngör, 2023; Barański ve Poprawa, 2024; Doron ve diğerleri, 2023; Yılmaz, 2020). Harcama davranışının kompülsif yönünden ayrılıp baş etme stratejisi olarak ele alındığı bu çalışmada sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının yeterlilik ihtiyaç doyumu ile ilişkisi ele alınarak alanyazına katkı sağlanmıştır.

Bu araştırmada test edilen yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık rolüne ilişkin modelde tam aracılık ilişkisine rastlanmıştır. Sonuç olarak yeterlilik ihtiyacını doyuramayan yani hedeflerine ulaşmada etkin ve başa çıkmada yetkin olamayan bireyin öznel iyi oluş düzeyi düşmektedir. Yeterli hissedemeyen, bu durumla ve diğer sorunları ile baş etmek isteyen birey; çeşitli baş etme stratejilerine yönelmektedir. Bu noktada sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının duygusal baş etme olarak harcama alt boyutu, bireyin doyuramadığı yeterlilik ihtiyacını doyurması için bir seçenek olarak karşımıza çıkmaktadır. Duygusal baş etme olarak harcama, bireyin harcama yoluyla duygu düzenleme girişimlerini ifade etmektedir (Rice ve diğerleri, 2020). Hissettiği yetersizlik duygusu ile baş etmeye çalışan birey harcama davranışına yönelmekte ve olumsuz duygular kısa süreliğine ortadan kalkarak öznel iyi oluş düzeyi yükselmektedir. Fakat davranışın devamlılığı sağlanıp birey, harcama davranışını kontrol edemediğinde ciddi bir maddi yük altına girebilmekte ve hayatının kontrolünün elinde olmadığını hissedebilmektmektedir. Böylece finansal yönetimini sağlayamayan birey, sürecin başında hissettiği yetersizlik duygusunu daha yoğun hissedebilmekte ve başlangıçta düşük olan öznel iyi oluş düzeyi daha fazla düşmektedir. Aynı zamanda davranışın kontrolsüz biçimde devam etmesi ilerleyen zamanlarda kompülsif satın alma bozukluğu ile sonuçlanma riskini barındırmaktadır (Faber ve O'Guinn, 1992; O'Guinn ve Faber, 1989). Bu bağlamda değerlendirildiğinde yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama ilişkisinde öznel iyi oluşun aracı rol oynaması araştırma sonucunda beklenen bir çıktıdır. Bu araştırma ile yeterlilik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve

duygusal baş etme olarak harcama arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü kanıtlanmış ve alanyazına bu bağlamda katkı sağlanmıştır.

5.1.3. Özerklik İhtiyaç Doyumu İle Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışı Arasındaki İlişkide Öznel İyi Oluşun Aracı Rolüne Yönelik Tartışma: Bu araştırmanın bulguları özerklik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasında pozitif, öznel iyi oluş düzeyi ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında negatif, özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasında negatif yönlü ilişkiler olduğunu göstermektedir. Aracılık analizi bulguları, özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun tam aracı rolde olduğuna işaret etmektedir. Başka bir ifade ile bireyin özerklik ihtiyacını doyuramaması halinde öznel iyi oluş düzeyi düşmekte ve birey sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına yönelmektedir.

Bu araştırmadan elde edilen özerklik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyi üzerindeki etkisinin pozitif yönde anlamlı bulgusunun, alanyazında yer alan ve psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri işaret eden geçmiş araştırma bulguları ile tutarlılık gösterdiği görülmektedir (Akbağ ve Ümmet, 2017; Ciyin ve Erturan İlker, 2014; Desrumaux, 2015; Estey, 2016; Gunnel, 2014; Hite, 2015; İlhan ve Özbay, 2010; Karabacak Çelik, 2021; Kiltz, Trippenzee, Fleer, Fokkens- Bruinsma ve Jansen, 2024; Martela, Lehmus-Sun, Parker, Pessive ve Ryan, 2023; Slemp ve diğerleri, 2024; Tang, Wang ve Guerrien, 2020; Yeşilyurt, 2019). Psikolojik ihtiyaç doyumu ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmaların yanı sıra yalnızca özerklik ihtiyacı alt boyutu ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmaların bulguları da incelendiğinde; O'Shea ve Salzer (2020) tarafından psikiyatrik bozukluğu olan üniversite öğrencileri ile yapılan araştırmada özerklik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş düzeyi üzerinde pozitif yönlü etkisi olduğu bulgusuna ulaşıldığı görülmüştür. Benzer şekilde Bonneville-Roussy, Hruska ve Trower (2020) tarafından müzik öğretmenliği öğrencileri ile yapılan araştırmada eğitmenlerin özerklik ihtiyaç doyumunu sağlayan özerkliği destekleyici davranışlarının öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyi ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Öz Belirleme Kuramı'ndan (Deci ve Ryan, 2008) yola çıkıldığında bireyin özerklik ihtiyacını karşılayamaması ile öznel iyi oluş düzeyinin düşmesi beklenen bir durumdur.

Bu araştırmadan elde edilen bir diğer önemli bulgu ise özerklik ihtiyaç doyumunun sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı üzerindeki etkisi negatif yönde anlamlı olduğu bulgusudur. Alanyazın incelendiğinde özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkileri doğrudan inceleyen araştırmaya

rastlanmamıştır. Bu durum harcama davranışının daha çok hedonik ve kompülsif yönüne odaklanılmış olması ve baş etme stratejisi olarak ele alındığı çalışmaların az sayıda olması ile açıklanabilir. Bu nedenle araştırmanın bu bulgusu alanyazında psikolojik ihtiyaç doyumu ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalarla karşılaştırılmış ve bulguların alanyazın ile tutarlılık gösterdiği görülmüştür (Avcı ve Güngör, 2023; Barański ve Poprawa, 2024; Doron ve diğerleri, 2023; Yılmaz, 2020). Harcama davranışının kompülsif yönünden ayrılıp baş etme stratejisi olarak ele alındığı bu çalışmada sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının özerklik ihtiyaç doyumu ile ilişkisi ele alınarak alanyazına katkı sağlanmıştır.

Bu araştırmada test edilen özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracılık rolüne ilişkin modelde tam aracılık ilişkisine rastlanmıştır. Aynı zamanda özerklik kavramının alanyazında yalnızca psikolojik ihtiyaç olarak değil psikososyal gelişim kuramlarında da yer aldığı görülmüştür (Erikson, 1950, aktaran Oğuz Duran, 2019). Erikson öne sürdüğü Psikososyal Gelişim Kuramında belirli yaşam dönemlerinde yaşanan psikososyal krizlerden söz etmiştir. Kurama göre insan yaşamının 1-3. yıllarında yaşanan kriz, özerkliğe karşı kuşku utanç krizidir. Bireyin krizi sağlıklı şekilde atlatamamış olması bir sonraki psikososyal krize engel olmamakla beraber kişinin yaşamının ilerleyen evrelerinde de sorunlara yol açmaktadır. Bu çerçeveden bakıldığında özerklik ihtiyacının bebeklik dönemi itibariyle bireyin hayatında önemli bir noktada olduğu görülmektedir. Birey, bebeklik döneminde söz konusu krizi aşamadan yaşamına devam ettiğinde yetişkinlik döneminde kendi kararlarını ve yaşamını organize edememekte, iradesini kullanamamaktadır. Bireyin kendisi gibi olmakta sakınca gördüğü ve kendisi gibi davranamadığı bu durum huzursuzluk yaratmakta ve öznel iyi oluş düzeyinin düşmesine sebep olmaktadır. Bu açıdan bakıldığında bebeklik döneminde özerkliğe karşı kuşku utanç krizini sağlıklı bir şekilde aşamayan ve özerklik duygusu yerine kuşku ile hayatına devam eden ya da yetişkin yaşamında özerklik ihtiyacını doyuramayan yani eylem ve kararlarını kendisi düzenleyemeyen bireylerin öznel iyi oluş düzeyinin düşmesi beklenen bir durumdur. Diğer ihtiyaçların doyurulmaması halinde olduğu gibi burada da bu durumla ve diğer sorunları ile baş etmek isteyen birey, çeşitli baş etme stratejilerine yönelmektedir. Bu noktada sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının dürtüsel harcama alt boyutu, bireyin doyuramadığı özerklik ihtiyacını doyurması için bir seçenek olarak karşımıza çıkmaktadır. Birey, karar verme becerilerine sahip olmayı gerektirmeyen, ani, düşünülmemiş ve dürtüsel olan harcama davranışına yönelmektedir. Kendi kararlarını ve yaşamını düzenlemeyen bireylerin kendileri için aniden yapmış oldukları bu harcamalar dürtüsel

biçimde yapıldığı için özerkliği temsil etmekte ve öznel iyi oluş düzeyi kısa vadede yükselmektedir. Fakat davranışın devamlılığı sağlandığında birey, ciddi bir maddi yük altına girmekte ve hayatının kontrolünün elinde olmadığını hissetmektedir. Aynı zamanda davranışın kontrolsüz biçimde devam etmesi ilerleyen zamanlarda kompülsif satın alma bozukluğu ile sonuçlanma riskini barındırmaktadır (Faber ve O'Guinn, 1992; O'Guinn ve Faber, 1989). Bu durum bireyin özerk olamadığı için başlangıçta düşük olan öznel iyi oluş düzeyinin daha fazla düşmesine sebep olmaktadır. Bu bağlamda değerlendirildiğinde özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama ilişkisinde öznel iyi oluşun aracı rol oynaması araştırma sonucunda beklenen bir çıktıdır. Bu araştırma ile özerklik ihtiyaç doyumu ile sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü kanıtlanmış ve alanyazına bu bağlamda kıymetli bir katkı sağlanmıştır.

5.2. Sonuç

Üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışları ile psikolojik ihtiyaç doyumlarının alt boyutları olan ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolünün incelendiği bu araştırma sonucunda alanyazından hareketle tasarlanan 3 aracılık modeli doğrulanmıştır. Buna göre öznel iyi oluş, sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ile ilişkisellik, yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumları arasındaki ilişkilerde tam aracılık rolü üstlenmektedir. Özetlemek gerekirse ilişkisellik, yeterlilik veya özerklik ihtiyaçlarından birini ya da birkaçını doyuramayan bireyin öznel iyi oluş düzeyi düşmektedir. Birey, bu sorunla baş etmek ve öznel iyi oluş düzeyini yükseltmek amacıyla çeşitli baş etme stratejilerine başvurmaktadır. Doyuramadığı ihtiyaçlarını doyurmaya yönelik sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının alt boyutları olan sosyal baş etme olarak harcama, duygusal baş etme olarak harcama ya da kompülsif harcama davranışı sergileyen birey kısa vadede öznel iyi oluş düzeyini yükseltmektedir. Fakat davranışın kontrolsüzce devam etmesi farklı olumsuz duygulara yol açmakta; aynı zamanda kompülsif satın alma bozukluğu riski taşımaktadır. Bu durum da harcama davranışını baş etme aracı olarak kullanmanın uzun vadede öznel iyi oluş düzeyini olumsuz etkilediğini gözler önüne sermektedir. Söz konusu değişkenler arasındaki aracılık ilişkisini doğrulayan bu çalışma üniversite öğrencilerinin sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışlarının artmasında psikolojik ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş düzeyini vurgularken alanyazına da bu bağlamda katkı sunmaktadır. Genç yetişkin popülasyonda yapılan bu araştırma uzun vadede riskli sonuçlar taşıyan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışını anlamlandırmada ve bu doğrultuda önleyici- iyileştirici çalışmaların planlanmasında da alanyazına katkı sağlamaktadır. Son 10 yılda online

alışverişin herkes tarafından erişilebilir bir hizmet olmasıyla harcama davranışının yaygınlaşmasına karşın sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı alanyazında çok sınırlı sayıda araştırma ile incelenmiştir. Bu araştırmanın bulguları, araştırmacılara ve uygulayıcılara ilgili konuda ışık tutacaktır.

5.3. Öneriler

Aşağıda bu araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda araştırmacılara, ulusal ve yerel yönetimlere, uygulamacılara, ve psikolojik danışmanlara yönelik öneriler yer almaktadır.

5.3.1. Araştırmacılara Yönelik Öneriler: Bu araştırma harcama davranışını hedonik ve kompülsif perspektiflerinden ayrı olarak sosyal ve duygusal baş etme perspektifinden ele alıp farklı değişkenlerle ilişkini inceleyen ilk araştırmadır. Türkiye'de sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı araştırmalarına bakıldığında bunların yalnızca iki ölçme aracı geliştirme çalışması ile sınırlı olduğu görülmektedir. Ölçme aracı geliştirmeye yönelik yapılan bir araştırmanın çalışma grubu 18 yaş üstü bireylerden, bir diğer araştırmanın çalışma grubu ise üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Bu araştırmadan elde edilen bulguların da üniversite öğrencileri ile sınırlı olduğu göz önünde bulundurulduğunda bulguların desteklenmesi ve farklı yaş gruplarında da harcama davranışının daha iyi anlaşılması amacıyla sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama konusunun farklı örneklemlerde çalışılması önerilmektedir. Böylece sağlıksız olan bu strateji daha iyi anlaşılacak ve önleyici çalışmaların çeşitlendirilmesine katkı sağlanacaktır.

Geçmiş araştırma bulguları sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının; bireyde olumsuz duygudurum oluşturma, kompülsif satın alma bozukluğuna dönüşme gibi riskleri barındırdığına işaret etmektedir. Bu nedenle davranışın uzun vadede sağlıksız çıktılara yol açtığı bilinmektedir. Fakat bu araştırma kapsamında yapılan alanyazın taramasında bu riskleri test etmeye ilişkin herhangi bir boylamsal çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmacılara sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama konusunda boylamsal çalışmalar yapılması önerilmektedir. Böylece konunun uzun vadeli çıktıları daha kapsamlı ve empirik sonuçlarla desteklenecek; önleyici- iyileştirici çalışmaların çeşitlenmesine katkı sağlanacaktır.

Bu araştırmada sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ile psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkide öznel iyi oluşun aracı rolü incelenmiştir. Araştırma kapsamında yapılan alanyazın taraması doğrultusunda psikolojik ihtiyaç doyumunun alanyazında yer edinmiş birçok değişken ile ilişkisi olduğu görülmüştür. Buradan yola çıkılarak araştırmacılara sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ile psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkilere aracılık etmesi muhtemel olan yeni değişkenlerle

çalışmaları önerilmektedir. Örneğin alanyazında ilişkisellik ihtiyaç doyumunun algılanan sosyal destek ile ilişkisine işaret eden araştırmalar göz önünde bulundurularak sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ile ilişkisellik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkide algılanan sosyal desteğin aracı rolü incelenebilir. Böylece alanyazında çok az sayıda araştırma ile incelenen sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının farklı değişkenlerle de ilişkisi anlaşılıp konuyla ilgili önleyici çalışmaların çeşitlenmesine katkı sağlanacaktır.

Bu araştırmanın verileri maddi kazançları (0- 2750 TL, 2750- 5000 TL, 5000 TL ve üstü) ve maddi kazanç kaynakları (aile desteği, KYK bursu/kredisi, KYK dışındaki kurum ya da kişilerden burs, maaş getirisi olan iş) farklı olan bireylerden toplanmıştır. Maddi kazanç ve maddi kazanç kaynağının bireyin harcama motivasyonunu etkileme ihtimali bulunmaktadır (Soylu, 2019). Bu nedenle gelecekteki araştırmalarda araştırmacıların örneklemlerini maddi kazancı ve maddi kazanç kaynağı benzer olan bireylerle oluşturması önerilmektedir. Örneğin maddi geliri yüksek olan katılımcılar ile maddi geliri düşük olan katılımcılar arasında da harcama davranışına baş etme stratejisi olarak başvurulup başvurulmadığının anlaşılması için benzer kazanca sahip bireylerden veri toplanmalıdır. Böylece veri setinin daha homojen yapıda olması sağlanacaktır.

Bu araştırmada katılımcılara baş etme olarak harcama davranışına yöneldiklerinde hangi ürünleri satın aldıklarına yönelik herhangi bir soru yöneltilmemiştir. Bu nedenle katılımcıların satın alma davranışının hangi yönde gerçekleştiği bilinmemektedir. Örneğin geçmiş araştırmalar (Wang ve Xiao, 2009) bireyin içinde bulunmayı istediği sosyal grupta değer verilen eşyaları satın alarak sosyal çevresine olumlu izlenimler bırakma ve gruba dahil olma ihtimalini arttırabildiğini gösterirken; bu araştırma kapsamında katılımcılardan harcama davranışının hangi yönde olduğuna dair soru yöneltilmemiş olması araştırmanın sınırlılıklarındandır. Bu doğrultuda araştırmacılara katılımcıların hangi ürünleri satın aldıkları ve satın aldıkları ürünleri hangi motivasyonla aldıklarının sorulması önerilmektedir. Böylece katılımcıların satın alma davranışının hangi psikolojik ihtiyacı doyurmaya yönelik olduğu empirik sonuçlarla desteklenmiş ve müdahale yöntemleri bu doğrultuda şekillenmiş olacaktır.

5.3.2. Ulusal ve Yerel Yönetimlere Öneriler: Bu araştırmanın bulgularından biri sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ile psikolojik ihtiyaç doyumunun ilişkisine vurgu yapmaktadır. Araştırmanın bu bulgusu değerlendirildiğinde sağlıksız olan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının önlenebilmesi için bireylerin öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olmasının; dolayısıyla psikolojik ihtiyaç doyumunun sağlanmasının önem arz ettiği anlaşılmaktadır. Bu bakımdan bu çalışmaya dayanarak ulusal ve yerel yönetimlere bireylerin psikolojik ihtiyaç doyumlarını sağlamaya yönelik çalışmalar yapması

önerilebilir. Örneğin bireylerin genç yetişkinlik döneminde yaşadığı psikososyal krizin yakınlığa karşı yalıtılmışlık olduğu (Erikson, 1950; aktaran Oğuz Duran, 2019) göz önünde bulundurulduğunda bu araştırmanın çalışma grubunun ilişkisellik ihtiyacının doyurulmasının önem arz ettiği görülmektedir. Bu doğrultuda ulusal ve yerel yönetimler, özellikle genç yetişkinlik dönemindeki üniversite öğrencilerinin ilişkisellik ihtiyaçlarını doyurabilmeleri için sosyal ve kültürel faaliyetler düzenleyebilir. Böylece öğrencilerin okul dışındaki fiziki mekanlarda da akranları ile vakit geçirmesi ve ilişkisellik ihityacının doyuma ulaşması sağlanacaktır. Aynı şekilde yeterlilik ihtiyacının doyurulması için üniversite öğrencilerinin akademik, sportif, sanatsal faaliyetlerde gösterdikleri çaba ve başarılar ödüllendirilebilir. Böylece öğrencilerin psikolojik ihtiyaç doyumları sağlanmış olduğundan öznel iyi oluş düzeyi de daha dengeli kalacaktır (Akbağ ve Ümmet, 2017; Ciyin ve Erturan İlker, 2014; Desrumaux, 2015; Estey, 2016; Gunnel, 2014; Hite, 2015; İlhan ve Özbay, 2010; Karabacak Çelik, 2021; Kiltz, Trippenzee, Fleer, Fokkens- Bruinsma ve Jansen, 2024; Martela, Lehmus-Sun, Parker, Pessive ve Ryan, 2023; Slemp ve diğerleri, 2024; Tang, Wang ve Guerrien, 2020; Yeşilyurt, 2019) ve öğrencilerin sağlıksız bir baş etme stratejisi olan harcama davranışının önüne geçilebilecektir.

Araştırmanın veri toplama aşamasında meydana gelen sözel etkileşimler sırasında katılımcılar harcama davranışının sağlıksız bir baş etme stratejisi olduğunu bilmediklerini ve bu davranışın risklerinin farkında olmadıklarını dile getirmişlerdir. Baş etme stratejileri oldukça geniş bir yelpazeye sahip olduğu için baş etme stratejilerinin uzun vadeli değerlendirip sağlıklı olup olmadığını kavrayabilmek her zaman mümkün olmamaktadır. Bu durum göz önünde bulundurularak ulusal yönetimlerin bu konuyu hizmet içi eğitim programlarına ve müfredatlara eklemesi önerilmektedir. Benzer şekilde yerel yönetimlere de halkı bilinçlendirmek amacıyla uzman seminerleri, broşür çalışmaları, reklam panoları gibi çalışmalar yapmaları önerilmektedir. Böylece hem eğitim- öğretim içinde hem de toplum içinde sağlıklı ve sağlıksız baş etme stratejilerinin ayrımı yapılabilecek ve toplumun bilinçlenmesine katkı sağlanacaktır.

5.3.3. Uygulamacılara Öneriler: Bu araştırmanın bulgularından birinin sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ile psikolojik ihtiyaç doyumunun ilişkisine vurgu yaptığı göz önünde bulundurulduğunda sağlıksız olan sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının önlenebilmesi için araştırmanın çalışma grubu olan üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek tutulması, bu amaçla da psikolojik ihtiyaç doyumunun sağlanması önemlidir. Bu nedenle üniversite ve fakülte yönetimlerine öğrencilerin psikolojik ihtiyaç doyumlarını sağlamaya yönelik çalışmalar yapması

önerilmektedir. Örneğin öğrencilerin ilişkisellik ihtiyaçlarını doyurabilmeleri için kampüs içinde yarışmalar ve kültür- sanat çalışmaları; kampüs dışında geziler ve kamplar gibi toplu etkinlikler yapılması önerilmektedir. Bu noktada üniversitelerde faaliyet gösteren öğrenci kulüplerinin de önem arz ettiği görülmektedir. Üniversite yönetimlerine sağlık- kültür kulüplerine kültür- sanat faaliyetlerini yapabilmeleri için maddi anlamda destek sağlaması ve gerekli fiziki olanakları sunması önerilmektedir. Aynı zamanda kampüs içerisinde öğrencilerin sosyalleşebilecekleri fiziki mekanlar arttırılabilir. Öğrencilerin yeterlilik ihtiyacını doyurabilmeleri için gerek akademik gerekse sanatsal- sportif başarılarının ödüllendirilmesi önerilmektedir. Aynı şekilde öğrencilerin özerklik ihtiyacını doyurabilmeleri için öğrencilere yeterlilikleri doğrultusunda sorumluluklar verilmesi önerilmektedir. Bu kapsamda üniversitelerde yapılan sosyal sorumluluk projeleri, öğrenci katılımlı bilimsel araştırma projeleri gibi öğrencilerin de sorumluluk alabileceği akademik çalışmaların sayısı arttırılabilir. Böylece okul içinde psikolojik ihtiyaç doyumu sağlayan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyinin daha dengeli kalmasına ve sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına yönelme ihtimalinin azalmasına katkı sağlanacaktır.

5.3.4. Psikolojik Danışmanlara Yönelik Öneriler: Sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama kavramı, alanyazında yeni bir kavram olduğundan uzmanların bu konuda var olan bilgilerinin kısıtlı olması muhtemeldir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular ışığında üniversite öğrencilerinin sağlıksız baş etme stratejisi olan harcama davranışına yöneldiği tespit edilmiştir. Bu nedenle özellikle üniversitelerin psikolojik danışma merkezlerinde üniversite öğrencilerine psikolojik danışma hizmeti veren psikolojik danışmanların konuyla ilgili okuma ve araştırmalar yaparak bilgi edinmesi önerilmektedir. Böylece konuyla ilgili farkındalık kazanan uzmanların, bu stratejiyi kullanan danışanlarına yönelik iyileştirici rehberlik çalışmaları yapmalarına katkı sağlanacaktır. İyileştirici çalışmalar kapsamında bireylere kategorik bütçe oluşturma, tasarruf planları yapma, para yönetimi, finansal hedefler belirleme, finansal bilinç oluşturma gibi beceriler kazandırılması önerilmektedir.

Bireylerin psikolojik ihtiyaç doyumu sağlanmadığında sağlıksız baş etme stratejilerine yönelmemeleri için öncelikle sağlıklı ve sağlıksız baş etme stratejilerinin ne olduğunu bilmeleri gerekmektedir. Bu bağlamda psikolojik danışmanlara; hem öğrencilere hem de ailelere kontrolsüz yeme, madde kullanımı, harcama davranışına yönelme gibi sağlıksız baş etme stratejileri hakkında önleyici rehberlik çalışmaları yapmaları önerilmektedir. Böylece kriz anında bireyin kullandığı stratejinin sağlıksız olduğunu anlamasına ve stratejiyi kullanmaya devam etmemesine katkı sağlanacaktır.

Geçmiş araştırmalar bireyin, psikolojik ihtiyaçlarından birinde dahi doyum sağlayamadığında öznel iyi oluş düzeyinin düştüğüne vurgu yapmaktadır (Guo ve diğerleri, 2019). Bu araştırmanın bulguları ise öznel iyi oluş düzeyinin düşmesinin sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına sebep olacağını göstermektedir. Bu risk göz önünde bulundurularak psikolojik danışmanlara, bireylere sağlıklı baş etme stratejilerini kazandırmak için geliştirici rehberlik çalışmaları yapmaları önerilmektedir. Böylece psikolojik ihtiyacını doyuramadığında öznel iyi oluş düzeyi düşen bireylerin, sağlıklı baş etme stratejileri kullanarak bu durumu atlatmalarına katkı sağlanacaktır.

Bu araştırmanın bulguları sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışı ile psikolojik ihtiyaç doyumu alt boyutlarının ilişkisine vurgu yapmaktadır. Bu bağlamda değerlendirildiğinde sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışının önlenebilmesi için bireylerin psikolojik ihtiyaç doyumunun sağlanması önemlidir. Bu araştırmada psikolojik ihtiyaç doyumunun genç yetişkinlikte önemli olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Fakat alanyazından yola çıkıldığında psikolojik ihtiyaç doyumunun temellerinin bireyin toplumla ilk teması olan aile ortamına dayandığı görülmektedir (Gu, Wang, Xu, Zhan ve Wang, 2023; van der Kaap- Deeder ve diğerleri, 2015). Bu nedenle psikolojik danışmanlara; ailelere, çocuğun ilişkisellik ihtiyacının doyurabilmesi için aile içi ilişkilerin gelişmesine katkı sağlayacak etkinlikler yapmaları ve çocuğun sosyalliğini desteklemeleri yönünde müşavirlik hizmeti vermeleri önerilmektedir. Aynı şekilde çocuğun yeterlilik ihtiyacını doyurabilmesi için gösterdiği başarıların aile içinde ödüllendirilmesi ve özerklik ihtiyacını doyurabilmesi için küçük yaştan itibaren suçlamadan ve yargılamadan çocuğa sorumluluklar verilmesi yönünde konsültasyon yapmaları önerilmektedir. Böylece çocuğun küçük yaştan itibaren psikolojik ihtiyaçlarında doyuma ulaşması ve sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışına yönelmesinin önüne geçilmesine katkı sağlanacaktır.

KAYNAKÇA

Adamau, S. (2018). *The influence of social support and basic psychological needs satisfaction on student academic motivation at a Cameroonian University: Structural equation modeling* [Doktora tezi, Andrews Üniversitesi]. ProQuest.

Akbağ, M. ve Ümmet, D. (2017). Predictive role of grit and basic psychological needs satisfaction on subjective well-being for young adults. *Journal of Education and Practice, 26*(8), 127- 135.

Akbağ, M., ve Ümmet, D. (2018). Ana-babaya bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 8*(50), 59-85.

Akkoç, Ö. (2023). *Üniversiteden iş yaşamına geçişte kariyere ilişkin kararsızlık ile başa çıkma stratejileri, karar verme güçlükleri ve öznel iyi-oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Alsubaie, M. K. (2023). *Unhealed wounds: From complex trauma exposure to wellbeing and the role of coping* [Doktora Tezi, Seattle Pacific Üniversitesi]. ProQuest.

Amjad, A. & Dasti, R. (2022). Humor styles, emotion regulation and subjective well-being in young adults. *Current Psychology*, 41, 6326–6335

Andersen, SM., Chen, S. ve Carter, C. (2000). Fundamental human needs: Making social cognition relevant. *Psychological Inquiry, 11*(4), 269-275.

Arnow, B., Kenardy, J., & Agras, WS. (1995). The Emotional Eating Scale: The development of a measure to assess coping with negative affect by eat ing. *International Journal of Eating Disorders, 18*, 79–90.

Arslan, B. ve Öz, A. (2016). Üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerinin kompulsif satın almaları üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi, 55*, 341-351.

Aydın, G. ve Belli, E. (2023). Akademik personelin psikolojik iyi oluş düzeylerine göre sportif ürün satın almada hedonik ve faydacı tüketim davranışlarının incelenmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi, 4*(1), 129- 140.

Aydoğan, SS. (2020). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin araştırılması* [Yüksek lisans tezi, İstnabul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Aykutoğlu, B. (2021). Jealousy, basic need satisfaction and well-being in romantic relationships [Doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Ayseli, C. ve Yıldırım, A. (2023). Basic need satisfaction and self-forgiveness: The mediating role of emotion regulation difficulties. *Curr Res Soc Sci, 9*(1), 16- 29.

Avcı, M. ve Güngör, A. (2023). Examining the relationships between basic psychological needs and wellness in college students: The mediating role of stress coping styles. *International Journal of Psychology and Educational Studies, 10*(1), 113- 126.

Bahar, R. ve Villi, B. (2023). Hedonik tüketim ile gelişmeleri kaçırma korkusu (FOMO) arasındaki ilişkinin incelenmesi: Z kuşağı tüketiciler üzerine bir araştırma. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 13*(1), 588- 607.

Barański, M. & Poprawa, R. (2024). Interpersonal differences in stress, coping, and satisfaction with life in the context of individual profiles of satisfaction and frustration of basic psychological needs. *Health Psychology Report*, 12(1), 26- 39.

Baumeister, RF., ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*(3), 497–529. doi:10.1037/0033-2909.117.3.497.

Baumeister, RF. (2002). Yielding to temptation: Self-control failure, impulsive pur chasing, and consumer behavior. *Journal of Consumer Research, 28,* 670–676.

Bedel, A., Işık, E., & Hamarta, E. (2014). Psychometric properties of the KIDCOPE in Turkish adolescents. *Education & Science/Egitim ve Bilim, 39*(176).

Belen, H., ve Barmanpek, U. (2020). Fear of happiness & subjective well-being: Mediating role of gratitude. *Turkish. Studies- Educational Sciences, 15*(3).

Bell, B. A., Kromrey, J. D. & Ferron, J. M. (2009). Missing data and complex samples: The ımpact of listwise deletion vs. subpopulation analysis on statistical bias and hypothesis test results when data are MCAR and MAR. *Survey Research Methods Section,* 26, 4759–4770.

Bilir, A. (2017). *Yetişkinlerde psikolojik ihtiyaç doyumunun yaşam kalitesi ve mental iyi oluşla ilişkisinin incelenmesi (Beykoz ilçesi örneği)* [Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Bonneville-Roussy, A., Hruska, E., Trower, H. (2020). Teaching music to support students: How autonomy supportive music teachers increase students' well-being. *Journal of Research in Music Education, 68*(1), 97- 119.

Bowerman B. L. & O'Connell R. T. (1990). *Linear statistical models: An applied approach* (2nd ed.). PWS-Kent Publishing.

Brown, K. W., ve Ryan, R. M. (2004). Fostering healthy self-regulation from within and without: A self-determination theory perspective. *Positive Psychology İn Practice*, 105-124.

Can, S. (2018). *Ergenlerin akademik erteleme davranışları, internet bağımlılığı ve temel psikolojik ihtiyaçları: Bir model önerisi* [Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Carver, CS., Scheier, MF., & Weintraub, JK. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 56*, 267–283.

Cassidy, K. (2020). *Attachment style moderates the relationship between social media use and user mental health and wellbeing* [Doktora Tezi, University of Nebraska]. ProQuest.

Ceylan, T. (2022). Spor yöneticilerinin psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaç doyumunda denge düzeylerinin incelenmesi [Yüksek lisans tezi, Yozgat Bozok Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Chang, JH. Huang, C-L., & Lin., Y-C. (2015). Mindfulness, basic psychological needs fulfillment and wellbeing. *Journal of Happiness Studies, 16*, 1149- 1162. https://doi.org/10.1007/s10902-014-9551-2

Chang, L. & Arkin, RM. (2002). Materialism as an attempt to cope with uncertainty. *Psychology & Marketing, 19,* 389–406.

Chekola, MG. (1975). *The concept of happiness* [Doktora tezi, Michigan Üniversitesi].

Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap- Deeder J., Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Van Petegem S., & Verstuyf, J. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion, 39,* 216-236.

Chen Lu, Y. (2016). *Investigating the effects of perfectionism on compulsive buying behavior and their relationships to depression, stress, and emotional intelligence* [Doktora Tezi, La Sierra Üniversitesi]. ProQuest.

Cheng, C., Chan, A. O. O., Hui, W. M., & Lam, S. K. (2003). Coping strategies, illness perception, anxiety and depression of patients with idiopathic constipation: a population-based study. *Alimentary Pharmacology & Therapeutics*, *18*(3), 319-326.

Cihangir Çankaya, Z. ve Denizli, S. (2020). An explanation of happiness with secure attachment, basic psychological needs and hope: the case of Turkish university students. *European Journal of Educational Research, 1*(9), 433- 444.

Ciyin, G. ve Erturan İlker, G. (2014). Student physical education teachers' well-being: contribution of basic psychological needs. *Journal of Education and Training Studies, 2*(3), 44- 51.

Coşkun, E. (2019). *Duygusal zeka ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün stresle başa çıkma tarzlarına etkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vkıf Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Csikszentmihalyi, M. (2014). *Flow and the foundations of positive psychology*. Springer.

Çelik, AT. (2018). *Gündüz ve akşam derslerine devam eden üniversite öğrencilerinin, psikolojik ihtiyaç doyumu, algılanan stres düzeyleri ve akademik erteleme davranışları yönünden karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Çıngı, H. (1994). *Örnekleme kuramı* (2. baskı). Hacettepe Fen Fakültesi Matbaası.

Deci, E. L., La Guardia, J. G., Moller, A. C., Scheiner, M. J. and Ryan, R. M. (2006) On the benefits of giving as well as receiving autonomy support: Mutuality in close friendships. *Personality and Social Psychology Bulletin, 32*(3), 313-327.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self- determination in human behavior*. New York: Plenum.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality.InR. Dienstbier (Ed.), Nebraska symposium on motivation: Perspectives on motivation (Vol. 38, pp. 237–288). Lincoln: University of Nebraska Press.

Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). The" what" and" why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227 268.

Deci, E. L. and Ryan, R. M. (Ed.). (2004). *Handbook of self-determination research.* University Rochester Press.

Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian psychology/Psychologie Canadienne, 49*(3), 182.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. *The Oxford handbook of human motivation*, *18*(6), 85-107.

Deci, E. L., & Ryan, R. M., P. A. M., Kruglanski, A. W. & Higgins, E. T. (Eds.). (2012). *Self-determination theory, in Van Lange, Handbook of theories of social psychology*. Sage Publications Ltd.

Demir Güdül, M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon profillerinin psikolojik ihtiyaç doyumu, akademik erteleme ve yaşam doyumu ile ilişkisi* [Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Demirel, AC. Ve Tapan, MG. (2023). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya ve kompulsif çevrimiçi alışveriş bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 12*(1), 60-78.

Deniz, E. (2020). Üniversite öğrencilerinde çevrimiçi kompülsif satın alma davranışına etki eden faktörlerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (40), 209-226.

Desrumaux, P., Lapointe, D., Ntsame Sima, M., Boudrias, JS., Savoie, A. ve Brunet, L. (2015). The impact of job demands, climate, and optimism on well-being and distress at work: What are the mediating effects of basic psychological need satisfaction?. *Revue européenne de psychologie appliquée, 65*, 179- 188.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542-575.

Diener, E. ve Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science, 7*(3), 181-185.

Diener, E. (2000) Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. (1), 34- 43.

Diener E., Oishi S. & Lucas R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology, 54*(1), 403–425.

Dittmar, H. (2005). A new look at "compulsive buying": Self-discrepancies and mate rialistic values as predictors of compulsive buying tendency. *Journal of Social and Clinical Psychology, 24*, 832–859.

Donnelly, G. E., Ksendzova, M., Howell, R. T., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2016). Buying to blunt negative feelings: Materialistic escape from the self. *Review of General Psychology*, 30, 272–316.

Doron, J., Hayotte, M., d'Arripe Longueville, F. & Leprince, C. (2023). Coping profiles of adolescent football players and association with interpersonal coping: Do emotional competence and psychological need satisfaction matter? *Scand J Med Sci Sports. 2024*, 34.

Dressler, W. W. (1985). The social and cultural context of coping. *Social Science and Medicine, 21,* 499–506.

Durmaz, M. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinin (10. sınıf) temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmışlık düzeyleri, motivasyon ve matematik kaygısı arasındaki ilişkilerin belirlenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi].YÖKTEZ.

Elliot, A. J., McGregor, H. A. and Thrash, T. M., E. L. Deci and R. M. Ryan (Eds.). (2002). *The need for competence. In Handbook of self determination research*. University of Rochester Press.

Endler, NS., & Parker, JD. (1990). Multidimensional assessment of coping: Acritical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *58*(5), 844–854.

Eraslan, M. (2015). Spor bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin ve stresle başa çıkma stillerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7*(12), 65-82.

Ergin, E., Çevik, K. ve Pakiş Çetin, S. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin eğitimlerine ilişkin algıladığı stres ve stresle baş etme davranışlarının incelenmesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi, 15*(1), 16-22.

Ergin, A., Uzun, S. U., & Bozkurt, A. İ. (2014). Tıp fakültesi öğrencilerinde stresle başa çıkma yöntemleri ve bu yöntemlerin sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Fırat Tıp Dergisi, 19*(1), 31-37.

Ertaş, İ. (2020). *Lise öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn tutumları ve stresle baş edebilme yaklaşımının öznel iyi oluş düzeylerini yordaması* [Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Ertaş, S. (2024). *Covid-19 sonrası yüz yüze eğitime geçişle lise öğrencilerinin iyilik hali, öznel iyi oluş ve başa çıkma yollarının incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry & Neurological Sciences, 24*(3), 209-215.

Eryılmaz, A. & Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun, öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 10*(37), 170-181.

Estey, AJ. (2016). *Attributional style for positive and negative events, psychological need satisfaction, and well-being* [Doktora tezi, Wyoming Üniversitesi]. ProQuest.

Faber, RJ., & Christenson, GA. (1996). In the mood to buy: Differences in the mood states experienced by compulsive buyers and other consumers. *Psychology and Marketing, 13*, 803–819.

Faber, RJ., & O'Guinn, TC. (1992). A clinical screener for compulsive buying. *Journal of Consumer Research, 19*, 459–469.

Feeney, JA. (2005). Hurt feelings in couple relationships: Exploring the role of attachment and perceptions of personal injury. *Personal Relationships, 12*, 253 271.

Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. Sage.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 219-239.

Folkman.S., Lazarus.RS., Gruen.RJ., Delongis.A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology, 50*(3), 571-579.

Folkman, S. & Lazarus, RS. (1988). Coping as a mediator of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*, 466- 475.

Folkman, S. & Moskowitz, JT. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology, 55*, 745–774.

Forgeard, M. J. C., Jayawickreme, E., Kern, M. L. & Seligman, M. E. P. (2011). Doing the right thing: Measuring well-being for public policy. *International Journal of Wellbeing*, 1, 79-106.

Frost, RO., Kyrios, M., McCarthy, KD., & Matthews, Y. (2007). Self-ambivalence and attachment to possessions. *Journal of Cognitive Psychotherapy, 21*(3), 232.

Gaudreault, S. (2021). *Une exploration des liens entre les buts, la satisfaction des besoins psychologiques et le bien-être chez des étudiants universitaires* [Doktora tezi, Québec Üniversitesi], ProQuest.

Gerrig, R. (2013). *Psychology and life* (20.B). Pearson Education.

Glasser, W. (1998). *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. HarperCollins.

Godinic, D., Obrenovic, B., & Khudaykulov, A. (2020). Effects of economic uncertainty on mental health in the Covid-19 pandemic context: Social identity disturbance, job uncertainty and psychological well-being model. *International Journal of Innovation and Economic Development, 6*(1), 61-74.

Gönç, Y. (2022). *The effect of basic psychological needs and ways of coping on mental well-being and psychopathology: A cross-cultural study in Turkey, Brazil and Switzerland* [Yüksek lisans tezi, İzmir Ekonomi Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Gravetter, F. & Wallnau, L. (2014). *T statistic*. (J. Hague, T. Matray, T. Williams, & L. Sarkisian; Eds.). Essentials of statistics for the behavioral sciences. Cengaged Learning.

Gu, J., Wang, H., Xu, Y., Zhan, P., & Wang, J. L. (2023). Childhood maltreatment, basic psychological needs satisfaction, internet addiction and internalizing problems. *Journal of Applied Developmental Psychology, 86*, 101533.

Guo, H., Tong, Z. ve Li, S. (2019, Temmuz). *The relationship between autonomy support, basic psychological needs and deceptive consumption behavior*. Paper Presented at the 16. International Conference on Service Systems and Service Management (ICSSSM), Shenzhen, China.

Gunnel, KE., Crocker, PRE., Mack, DE., Wilson, PM. ve Zumbo, BD. (2014). Goal contents, motivation, psychological need satisfaction, well-being and physical activity: A test of self-determination theory over 6 months. *Psychology of Sport and Exercise, 15*, 19-29.

Gülaçtı, F. (2010). The effect of perceived social support on subjective well-being. *Procedia - Social and Behavioral Sciences 2*(2), 3844–3849.

Gündoğan, S. (2016). *Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin algılanan sosyal destek ve öznel iyi oluş açısından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Gürbüz, C. ve Çetinkaya Bozkurt, Ö. (2022). Tüketim toplumunda tüketim türlerinin öznel iyi oluş üzerindeki etkisine ilişkin bir araştırma. *Tüketici ve Tüketim Araştırmaları Dergisi, 14*(2), 357-391.

Gross, JJ. (2014). *Handbook of emotion regulation*. Guilford Press.

Harpaz, G., Vaizman, T.& Yaffe, Y. (2023). University students' academic grit and academic achievements predicted by subjective well- being, coping resources, and self-cultivation characteristics. *Higher Education Quarterly, 2024*(78), 192- 211.

Heppner, PP., Heppner, MJ., Lee, DG., Wang, YW., Park, HJ. ve Wang, LF. (2006). Development and validation of a collectivist coping styles inventory. *Journal of Counseling Psychology, 53*(1), 107.

Hite, BC. (2015*). Positive psychological capital, need satisfaction, performance, and well-being in actors and stunt people* [Doktora tezi, Walden Üniversitesi]. Proquest.

Holen, S., Waaktaar, T., Lervåg, A., & Ystgaard, M. (2012). The effectiveness of a universal school-based programme on coping and mental health: a randomised, controlled study of Zippy's Friends. *Educational Psychology, 32*(5), 657–677. https://doi.org/10.1080/01443410.2012.686152

Holt, A. D., Smedegaard, S., Pawlowski, C. S., Skovgaard, T. & Christiansen, L. B. (2019). Pupils' experiences of autonomy, competence and relatedness in "Move for Well-Being in Schools": A physical activity intervention. *Europian Physical Education Review, 25*(3), 640- 658.

Holzer, J., Lüftenegger, M., Käser,U., Korlat, S., Pelikan, E., Krumbholz, AS., Spiel, C., Wachs, S. ve Schober, B. (2021). Students' basic needs and well-being during the COVID-19 pandemic: A two-country study of basic psychological need satisfaction, intrinsic learning motivation, positive emotion and the moderating role of self-regulated learning. *International Journal of Psychology, 6*(56), 843- 852.

Horne, RM. (2023). Navigating conflicts of interest and psychological need satisfaction in romantic relationships [Doktora tezi, Toronto Üniversitesi]. ProQuest.

Huang, L. & Zhnag, T. (2021). Perceived Social Support, Psychological Capital, and Subjective Well-Being among College Students in the Context of Online Learning during the COVID-19 Pandemic. *Asia-Pacific Education Researches, 31*(5), 563- 574.

Hudson, AH. (2016). *Exploring the ınfluence of social networking site usage on online compulsive buying behavior and ınternet addiction among us college students* [Doktora Tezi, St. Thomas Üniversitesi]. ProQuest.

Ingledew, D. K.,Markland, D., & Sheppard, K. E. (2004). Personality and self-determination of exercise behaviour. *Personality and Individual Differences, 36*(8), 1921-1932.

İlhan, T. ve Özbay, T. (2010). Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4* (34), 109-118.

Jin, T. (2022). *Basic psychological needs satisfaction, autonomy support, and mindsets as predictors of self-regulation in university online learners* [Doktora tezi, Andrews Üniversitesi]. ProQuest.

John, OP., & Gross, JJ. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and lifespan development. *Journal of Personality, 72*, 1301-1334.

Julian, M. (2023). *Online versus on-campus learning, ıntrinsıc motivation, and psychological needs as predictors of life-satisfaction of undergraduate students* [Doktora tezi, Capella Üniversitesi]. ProQuest.

Kahneman, D., Diener, E. ve Schwarz, N. (Eds.), Cantor, N. ve Sanderson, CA. (1999). *Life task participation and well-being: The importance of taking part in daily life, Well-being: The foundations of hedonic psychology* içinde. Russell Sage Foundation.

Karabacak Çelik, A. (2021). Psikolojik ihtiyaç doyumu ile iyi oluş arasında akademik öz-yeterlik akademik motivasyon ve akış yaşantılarının aracı rolü [Doktora tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel Akademik Yayıncılık.

Kardaş, F. ve Yalçın, İ. (2018). Psikolojik ihtiyaç doyumunda denge ölçeği: Türkçe uyarlama çalışması. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 47*(2), 357-383.

Kellett, S., & Bolton, JV. (2009). Compulsive buying: A cognitive-behavioural model. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 16,* 83–99.

Khosa, A., Wilkin, C. & Burch, S. (2024). PhD students' relatedness, motivation and well-bening with multiple supervisors. *Accounting Education, 33*(2), 131- 163.

Kiani, M. I. (2020). *The influence of materialistic values and hedonic values on compulsive buying behaviour: Study on Pakistani shoppers* [Doktora Tezi, Cardiff Metropolitan Üniversitesi]. ProQuest.

Kiltz, L., Trippenzee, M., Fleer, J., Fokkens- Bruinsma, M. & Jansen, E. (2024). Student well-being in times of COVID-19 in the Netherlands: Basic psychological need satisfaction and frustration within the academic learning environment. *European Journal of Psychology of Education,* 39, 319–339.

Knussen, C. ve Sloper, P. (1992). Stress in families of children with disability: A review of risk and resistance factors. *Journal of Mental Health, 1(*3), 241–256.

Koçakoğlu, MG. (2023). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları, geleceğe ilişkin tutumları ile algılanan gelecekteki istihdam edilebilirlik arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Korkmaz, S. (2021). *Down sendromlu ergen çocuk sahibi olan ailelerin cinsiyete bağlı olarak anksiyete, depresyon,baş etme yöntemleri ve yaşam kalitesi bakımından incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Kozma, A. ve Stones, MJ. (1980). The measurement of happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology, 35,* 906-912.

Lazarus, RS. (2006). *Stress and emotion: A new synthesis.* Springer Publishing Company.

Lazarus, RS. & Folkman, S. (1984), *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Leung, Q. K. (2021). *Stress, coping, and psychological well-being in Asian American breast cancer survivors* [Doktora Tezi, University of California]. ProQuest.

Lewinsohn, PM., Rohde, P. ve Seely, JR. (1998). Major depressive disorder in older adolescents: Prevalence, risk factors and clinical ımplications. *Clinical Psychology Review, 18*(7), 765-794.

Littleton, H., Horsley, S., John, S., ve Nelson, DV. (2007). Trauma coping strategies and psychological distress: a meta-analysis. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of the International Society for Traumatic Stress Studies, 20*(6), 977-988.

Liu, Q. X., Fang, X. Y., Wan, J. J., & Zhou, Z. K. (2016). Need satisfaction and adolescent pathological Internet use: comparison of satisfaction perceived online and offline. Computers in Human Behavior, 55, 695 700.

Liu, WM. (2011). *Social class and classism in the helping professions: Research, theory, and practice*. Thousand Oaks.

Lou, Y. (2016). The impact of international students' adjustment strains on self-esteem, happiness, and engagement in compulsive online buying [Yüksek Lisans Tezi, Auburn Üniversitesi]. ProQuest.

Lyyra, N., Thorsteinsson, E.B., Eriksson, C., Madsen, K.R., Tolvanen, A., Löfstedt, P., Välimaa, R. (2021). The association between loneliness, mental well-being, and self-esteem among adolescents in four Nordic countries. *International Journal of Environment Research Public Health, 18,* 7405. https://doi.org/10.3390/ijerph18147405

Ma, R. (2021). *The role of ethnic identity, parenting, and psychological needs satisfaction in Asian American emerging adults' exposure to risks for disordered eating* [Yüksek lisans tezi, Michigan State Üniversitesi]. ProQuest.

Manchiraju, S., & Son, J. (2014). Materialistic (and unhappy?) adult now, economi cally deprived child then: How are felt formative economic deprivation, materi alism, and well-being measures related. *Journal of Business and Management Research, 5,* 125–127.

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review, 50*(4), 370-96.

Maslow, A. H. (1987). *Motivation and personality*. Pearson Education.

McFadden, P., Ross, J., Moriarty, J., Mallett, J., Schroder, H., Ravalier, J., Manrhorpe, J., Currie, D., Harron, J. & Gillen P. (2021). The role of coping in the wellbeing and work-related quality of life of UK health and social care workers during Covid-19. *International Journal of Environment Research Public Health,* 18, 815.

McGregor, I. & Little, B.R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(2), 494.

Mead, NL., Baumeister, RF., Stillman, TF., Rawn, CD., & Vohs, KD. (2011). Social exclusion causes people to spend and consume strategically in the service of affiliation. *Journal of Consumer Research, 37*, 902–919.

Michalos, AC. (1980). Satisfaction and happiness. *Social Indicators Research, 8,* 385-422.

Mikulincer, M. ve Shaver, PR. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological Inquiry, 18*(3), 139-156.

Mitchell, R.E., Billings, A.G. & Moos, R.H. (1982). Social support and well-being: Implications for prevention programs. *J Primary Prevent,* 3, 77–98.

Morris, CG. (2002). *Psikolojiyi Anlamak: Psikolojiye Giriş* (HB. Ayvaşık ve M. Sayıl, Çev.) Türk Psikologlar Derneği.

Müller, A., Mitchell, JE., & De Zwaan, M. (2015). Compulsive buying. *American Journal on Addictions, 24*, 132–137.

Myers, DG. ve Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological Science, 6*(1), 10-19.

Nislin, M. & Pesonen, H. (2019). Associations of self-perceived competence, well-being and sense of belonging among pre- and in-service teachers encountering children with diverse needs. *European Journal of Special Needs Education, 34*(4), 424–440.

O'Guinn, TC., & Faber, RJ. (1989). Compulsive buying: A phenomenological exploration. *Journal of Consumer Research, 16*, 147–157.

Oğuz Duran, N. (2019). Psikososyal gelişim kuramı: Erik H. Erikson. Gençtanırım Kurt, D. ve Çetinkaya Yıldız, E. (Eds). Kişilik kuramları: Gerçek yaşamdan kişilik analizi örnekleriyle (192- 218). Pegem Akademi.

Ok, Z. (2023). *Çocuk sahibi olan ve olmayan evli bireylerde stresle baş etme, öznel iyi oluş ve psikolojik esneklik* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Kent Üniversitesi]. YÖKTEZ.

O'Shea, A. & Salzer, M. (2020). Autonomy supportive classrooms and wellbeing in college students with psychiatric disabilities. J*ournal of Postsecondary Education and Disability, 33*(2), 155-168.

Önem Akçakaya, R. ve Çelik Erden, S.(2014). Stres ve stresle baş etmede psikiyatrik yaklaşım. *Turkish Family Physician, 5*(2), 18-25.

Özer, G. (2009). *Öz-Belirleme Kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri* [Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American Psychologist*, 55, 44–55.

Philipp Muller, N. M. (2023). *Academic stress and cultural coping: The moderating effect of heritage language proficiency on well-being in a multilingual sample* [Yüksek Lisans Tezi, University of Windsor]. ProQuest.

Piagiani, Y., Zoccante, L., Zocca, A., Arzenton, A., Menegolli, M., Fdel, S., Ruggeri, M. & Colizzi, M. (2020). Adolescent lifestyle behaviors, coping strategies and subjective wellbeing during the Covid-19 pandemic: An online student survey. *Healthcare*, 8, 472.

Pirog, SF., & Roberts, JA. (2007). Personality and credit card misuse among col lege students: The mediating role of impulsiveness. *Journal of Marketing Theory and Practice, 15*, 65–77.

Preacher, K. J. & Kelley, K. (2011). Effect size measures for mediation models: quantitative strategies for communicating indirect effects. *Psychol Methods, 16*(2), 93.

Rand, KL., Shanahan, M., Fischer, IC. & Fortney, SK. (2020). Hope and optimism as predictors of academic performance and subjective well-being in college students. *Learning and Individual Differences, 81*, 1-9.

Reeve, J. ve Lee, W. (2018). A neuroscientific perspective on basic psychological needs. *Journal of Personality*, *87*(1), 102-114. https://doi.org/10.1111/jopy.12390

Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., and Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26(*4), 419-435.

Rice, A., Garrison, YL. & Liu, WM. (2020). Spending as social and affective coping (SSAC): measure development and ınitial validation. *The Counseling Psychologist, 48*(1), 78-105.

Richins, ML., McKeage, KKR., & Najjar, D. (1992). An *exploration of materialism and consumption-related affect*, in John F. Sherry, Jr. and Brian Sternthal, (Eds.) NA - Advances in Consumer Research Volume 19 (pp. 229 236). Provo, UT: Association for Consumer Research.

Roberts, JA., & Clement, A. (2007). Materialism and satisfaction with over-all quality of life and eight life domains. *Social Indicators Research, 82*(1), 79–92.

Roberts, JA., Manolis, C., & Pullig, C. (2014). Contingent self-esteem, self-pre sentational concerns, and compulsive buying. *Psychology and Marketing, 31*, 147–160.

Ryan, R. M. ve Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 749-761.

Ryan, R. M. ve Deci, E.L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation. *Psychologist, 55*(1), 68.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.

Ryan, R. M. and Stiller, J. (1991) The social contexts of internalization: Parent and teacher influences on autonomy, motivation and learning, In P. R. Pintrich and M. L. Maehr (Eds.), Advances in motivation and achievement: Vol. 7, Goals and self 131 regulatory processes (pp. 115-149). Greenwich, CT: JAI.

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. ve Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. Journal of Personality and Social Psychology, 69(4), 719- 727.

Savaş, N. (2023). *Boşanmış kadınlarda algılanan sosyal destek ile psikolojik sağlamlık ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Çağ Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Savcı, M. ve Aysan, F. (2014). Üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyi ile stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 2014*(3), 44- 56.

Seki, T., Şimşir, Z., Dilmaç, B., Bircan, HH. ve Baykan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin fakülte yaşamının nitelikleri, akademik özyeterlikleri ve öznel iyi oluşları arasındaki yordayıcı ilişkiler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 48*(48).

Selen, S. (2022). *Psikolojik ihtiyaç doyumu, yaşam doyumu ve tükenmişliğin üniversite öğrencilerinin akademik motivasyonlarıyla ilişkisi* [Yüksek lisans tezi, Ufuk Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Seligman, M. E. P., Parks, A. & Rashid, T. (2006). Positive psychotherapy. *Am. Psychol.* 61, 774–888.

Seepersad, S. (2004). Coping with loneliness: Adolescent online and offline behavior. *CyberPsychology & Behavior, 7*, 35–39.

Schunk, D. H., & Pajanes, F., A. J. Elliot ve C. S. Dweck (Eds.). (2005). *Competence Perceptions and Academic Functioning in Handbook of competence and motivation*. Guilford Publications.

Scitovsky, T. (1976). *The joyless economy*. Oxford University Press.

Sheldon, K. M. & Hilpert, J. C. (2012). The balanced measure of psychological needs (BMPN) scale: An alternative domain general measure of need satisfaction. *Motivation and Emotion, 36*, 439–451.

Sheldon, K. M., Ryan, R. ve Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin, 22*(12), 1270-1279. https://doi.org/10.1177/01461672962212007

Siff, L. P. (2022). *Coping style and well-being during Covid-19* [Yüksek Lisans Tezi, American Üniversitesi]. ProQuest.

Smith, T. F., Russell, H. F., Kelly, E. H., Mulcahey, M. J., Betz, R. R., & Vogel, L. C. (2013). Examination and measurement of coping among adolescents with spinal cord injury. *Spinal Cord*, *51*(9), 710-714.

Soylu, Ö. B. (2019). Gelir ve harcama düzeylerinin tasarruf davranışına etkisi. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 38, 109- 130.

Spreitzer, G. M., Kizilos, M. A. ve Nason, S. W. (1997). A dimensional analysis of the relationship between psychological empowerment and effectiveness satisfaction, and strain. *Journal of Management, 23*(5), 679- 704. https://doi.org/10.1177/014920639702300504

Spirito, A., Stark, L. J., & Tyc, V. L. (1994). Stressors and coping strategies described during hospitalization by chronically ill children. *Journal of Clinical Child Psychology, 23*(3), 314–322.

Stan, R. (2023). Psychological needs satisfaction, gender specific patterns and coping strategies related to bullying behaviors in the case of Romanian adolescents. *International Journal of Education and Psychology in the Community, 13*(1-2), 45- 49.

Şenocak, SÜ. (2016). *Hemşirelik öğrencilerinde algılanan stres, algılanan sosyal destek, öznel iyi oluş ve ilişkili faktörler* [Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Tabachnick, B. & Fidell, L. (2013). *Using multivariate statistics* (6th International Ed. Cover Edn). Sage Publications.

Tang, M., Wang, D. ve Guerrien, A. (2020), Temel psikolojik ihtiyaç tatmini, motivasyon ve ileriki yaşamda refah üzerine sistematik bir inceleme ve meta-analiz: Öz belirleme teorisinin katkıları. *Psych Journal*, 9, 5-33.

Tatarkiewicz, W. (1976). Analysis of happiness. Martinus Nijhoff.

Temeloğlu, E. (2014). *Çiftlerden birisi eksen I tanısı almış evli bireylerin evlilik uyumlarının, patolojiye dair atıfları, kontrol odakları ve baş etme yolları açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Terzioğlu, ZA. ve Çakır, SG. (2020). Üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluş ve stres belirtilerinin yordayıcılarının incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 55*, 206- 225.

Thoits, P.A. (1985). Social support and psychological well-being: Theoretical possibilities. Sarason, I.G., Sarason, B.R. (Eds) Social Support: Theory, Research and Applications. NATO ASI Series, 24. Springer.

Thompson, E. R., & Prendergast, G. P. (2015). The influence of trait affect and the five-factor personality model on impulse buying. *Personality and Individual Differences, 76*, 216–221.

Tokgöz, E. (2019). Hedonik ve faydacı tüketimin dürtüsel ve kompulsif satın alma üzerinde etkisi. *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bililmler Enstitüsü Dergisi, 35*, 93-108.

Turan, N. (2023). Pandemi sonrası psikolojik stres ile baş etmede öz-belirlenim ve farkındalık. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 24*(3), 1744- 1786.

Turner, R. J. (1981). Social support as a contingency in psychological well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, *22*(4), 357–367.

Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri.* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi].

Tuzgöl Dost, M. (2005). Öznel İyi Oluş Ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 23*(3), 103- 111.

Tuzgöl Dost, M. (2006). Subjective well-being among university students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.

Tümkaya, S. (2011). Humor styles and socio-demographic variables as predictors of subjective well-being of Turkish university students. *Education and Science, 36,* 160.

Uygun, E. (2023). *Üniversite öğrencilerinde olumlu düşünme becerileri ve duygusal öz-yeterliğin öznel iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Medipol Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Ümmet, D. (2015). Self esteem among college students: a study of satisfaction of basic psychological needs and some variables. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 174*, 1623- 1629.

Van der Kaap-Deeder, J., Brenning, K., & Neyrinck, B. (2021). Emotion regulation and borderline personality features: The mediating role of basic psychological need frustration. *Personality and Individual Differences, 168*, 110365.

Van der Kaap-Deeder, J., Vansteenkiste, M., Soenens, B., Loeys, T., Mabbe, E., & Gargurevich, R. (2015). Autonomy-supportive parenting and autonomy-supportive sibling interactions: The role of mothers' and siblings' psychological need satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *41*(11), 1590-1604.

Vansteenkiste, M. ve Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and *need fr Journal of Psychotherapy Integration, 23*(3), 263–280. https://doi.org/10.1037/a ustration as a unifying principle. 0032359

Vansteenkiste, M., Ryan., R. M. ve Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and Emotion, 44*(1), 1-31.

Verduzco, GRF., Sing, BSF. & Fonnlem, COT. (2020). School environment as a mediating variable between family support and social wellbeing in high school students. *International Journal of Emotional Education, 12*(2), 26- 40.

Vural Yüzbaşı, D., Oktay, P. N. ve Turan, M. (2021). Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 23*(3), 791- 804.

Wang, J., & Xiao, JJ. (2009). Buying behavior, social support and credit card indebt edness of college students. *International Journal of Consumer Studies, 33*, 2–10.

Wang, P. (2023). *A cross-cultural analysis of impulsive and compulsive buying among Chinese, Indians and American consumers* [Doktora Tezi, Florıda State Üniversitesi]. ProQuest.

Wilson, WR. (1960). *An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone* [Doktora tezi, Northwestern Üniversitesi].

Wood, Z. B. (2022). *Impact of religious coping on student athlete flow experience and wellbeing* [Doktora Tezi, Biola University]. ProQuest.

Yamaç, Ö. (2009). Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek ile stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişki. [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Yeşil, S., Yıldız, S. ve Şıtak, B. (2022). Kompulsif çevrimiçi satın alma davranışının yaşam doyumu ve akademik başarı üzerine etkisi: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma. *Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Dergisi – USBED, 4*(6), 309-332.

Yeşilyurt, C. (2019). *Rekreatif bisikletçilerde motivasyon, öznel iyi oluş ve temel psikolojik ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkinin analizi* [Doktora tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri* (1. Baskı) . Bağlam Yayıncılık.

Yıldırım, S. (2018). *Ergenlerin öznel iyi oluş ve anne baba tutumları ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Yıldız, M. A. (2014). *Ergenlerde anne-babaya bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide duygu düzenleme ve baş etme yöntemlerinin çoklu aracılık rolü*. [Doktora Tezi, Mersin Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Yılmaz, F. (2020). *Mediating role of coping with stress styles in relation between mindfulness and basic psychological needs satisfaction* [Doktora tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi]. YÖKTEZ.

Yola Çetin, İ. (2021). Bağlanma stilleri ile nedensellik yönelimleri arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaç doyumu aracı rolünün etkisi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 3*(23), 759-773.

Young, L., Kolubinski, D. C. & Frings, D. (2020). Attachment style moderates the relationship between social media use and user mental health and wellbeing. *Heliyon*, 6, 1- 7.

Zeidner, M., Matthews, G., & Olenik Shemesh, D. (2016). Cognitive-Social sources of wellbeing: Differentiating the roles of coping style, social support and emotional intelligence. *Journal of Happiness Studies*, 17.

Zeng, T. (2019). Construal level and well-being: the role of psychological needs satisfaction [Doktora tezi, The Chinese Üniversitesi]. ProQuest.

Zewude, G. T. (2022). *Psychological capital and teacher well-being: The mediation role of coping with stress and work task motivation* [Doktora Tezi, Unıversıty Of Szeged]. ProQuest.

Zhou, X., & Gao, DG. (2008). Social support and money as pain management mech anisms. *An International Journal for the Advancement of Psychological Theory, 19*(3-4), 127–144.

EKLER

EK 1: Etik Kurul Onayı

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULLARI
(Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu)
TOPLANTI TUTANAĞI

OTURUM TARİHİ	**OTURUM SAYISI**
25 KASIM 2022	**2022-10**

KARAR NO 49: Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'nden alınan Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı öğretim üyesi Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN'ın danışmanlığında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Bilgenur ARPAĞ'ın "Üniversite Öğrencilerinin İyi Oluş Düzeyleri, Psikolojik İhtiyaç Doyumları ve Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" konulu tez çalışması kapsamında uygulanacak ölçek sorularının değerlendirilmesine geçildi.

Yapılan görüşmeler sonunda; Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı öğretim üyesi Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN'ın danışmanlığında Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı yüksek lisans programı öğrencisi Bilgenur ARPAĞ'ın "Üniversite Öğrencilerinin İyi Oluş Düzeyleri, Psikolojik İhtiyaç Doyumları ve Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Davranışları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi" konulu tez çalışması kapsamında uygulanacak ölçek sorularının fikri, hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçeğine ilişkin sorumluluğu başvurucuya ait olmak üzere uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Feridun YILMAZ
Kurul Başkanı

Prof. Dr. Abamüslim AKDEMİR
Üye

Prof. Dr. Doğan ŞENYÜZ
Üye

Prof. Dr. Ayşe OĞUZLAR
Üye

Prof. Dr. Vejdi BİLGİN
Üye

Prof. Dr. Gülay GÖĞÜŞ
Üye

Prof. Dr. Alev SINAR UĞURLU
Üye

EK 2: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği Kullanım İzni



ÖLÇEK KULLANIM İZNİ Gelen Kutusu ×

Bilgenur Arpağ 17 Eyl 2022 Cmt 18:15
Alıcı: demet.vural.yuzbasi

Sayın hocam;
Ben Bursa Uludağ Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü yüksek lisans öğrencisi Bilgenur Arpağ. Danışmanım Prof. Dr. Nagihan Oğuz Duran ile yürüteceğim tez çalışmamda uyarlamış olduğunuz Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeğini izninizle kullanmak istiyorum. İzninizle ölçeği kullanmam halinde ölçek maddelerine ve puanlama bilgilerine ihtiyacım olacak. Gerekli bilgileri paylaşabilirseniz memnun olurum. Teşekkür ederim. Saygılarımla...

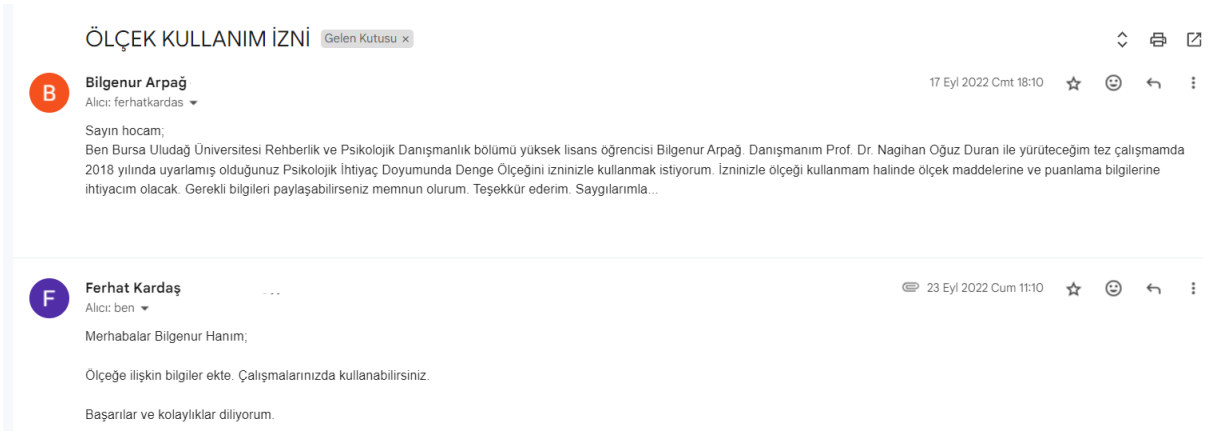
Demet Vural Yüzbaşı 20 Eyl 2022 Sal 11:37
Alıcı: ben

Merhabalar, ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ölçek maddeleri makalede yer almaktadır. Son 4 madde (16-17-18-19) ters maddedir. Hem alt boyutlar için hem de tüm ölçek için toplam puan alınabilmektedir. Kolaylıklar dilerim.

Kimden: "Bilgenur Arpağ"
Kime: "demet vural yuzbasi"
Gönderilenler: 17 Eylül Cumartesi 2022 18:15:40
Konu: ÖLÇEK KULLANIM İZNİ

Bir ek • Gmail tarafından tarandı

EK 3: Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği Kullanım İzni



ÖLÇEK KULLANIM İZNİ Gelen Kutusu ×

Bilgenur Arpağ 17 Eyl 2022 Cmt 18:10
Alıcı: ferhatkardas

Sayın hocam;
Ben Bursa Uludağ Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü yüksek lisans öğrencisi Bilgenur Arpağ. Danışmanım Prof. Dr. Nagihan Oğuz Duran ile yürüteceğim tez çalışmamda 2018 yılında uyarlamış olduğunuz Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeğini izninizle kullanmak istiyorum. İzninizle ölçeği kullanmam halinde ölçek maddelerine ve puanlama bilgilerine ihtiyacım olacak. Gerekli bilgileri paylaşabilirseniz memnun olurum. Teşekkür ederim. Saygılarımla...

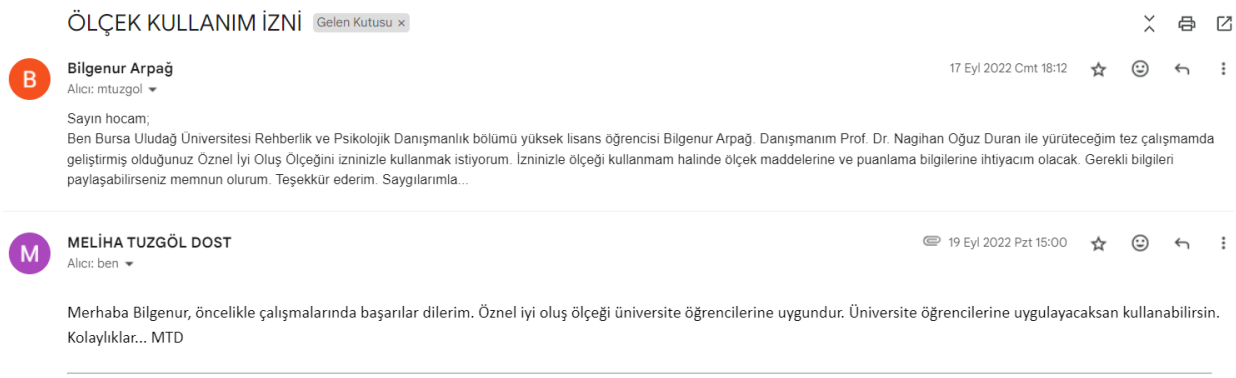
Ferhat Kardaş 23 Eyl 2022 Cum 11:10
Alıcı: ben

Merhabalar Bilgenur Hanım;

Ölçeğe ilişkin bilgiler ekte. Çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.

Başarılar ve kolaylıklar diliyorum.

EK 4: Öznel İyi Oluş Ölçeği Kullanım İzni



ÖLÇEK KULLANIM İZNİ Gelen Kutusu ×

Bilgenur Arpağ 17 Eyl 2022 Cmt 18:12

Alıcı: mtuzgol

Sayın hocam;
Ben Bursa Uludağ Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü yüksek lisans öğrencisi Bilgenur Arpağ. Danışmanım Prof. Dr. Nagihan Oğuz Duran ile yürüteceğim tez çalışmamda geliştirmiş olduğunuz Öznel İyi Oluş Ölçeğini izninizle kullanmak istiyorum. İzninizle ölçeği kullanmam halinde ölçek maddelerine ve puanlama bilgilerine ihtiyacım olacak. Gerekli bilgileri paylaşabilirseniz memnun olurum. Teşekkür ederim. Saygılarımla...

MELİHA TUZGÖL DOST 19 Eyl 2022 Pzt 15:00

Alıcı: ben

Merhaba Bilgenur, öncelikle çalışmalarında başarılar dilerim. Öznel iyi oluş ölçeği üniversite öğrencilerine uygundur. Üniversite öğrencilerine uygulayacaksan kullanabilirsin. Kolaylıklar... MTD

EK 5: Kişisel Bilgi Formu

Değerli Katılımcı;

Bu araştırma Bursa Uludağ Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik yüksek lisans programı öğrencisi Bilgenur ARPAĞ'ın tez çalışması kapsamında yürütülmektedir. Bu araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin iyi oluş düzeyleri, psikolojik ihtiyaç doyumları ve sosyal ve duygusal baş etme olarak harcama davranışları arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmaktadır. Aşağıda yer alan ifadeleri cevaplarken size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz. Vereceğiniz yanıtların objektif ve samimi olması araştırmanın doğruluğu açısından önemlidir. Yanıtlarınız gizli tutulup, araştırma amacı dışında kullanılmayacaktır. Formun cevaplanması yaklaşık 10 dakika sürmektedir. Seçeneklerin doğru ya da yanlış olması söz konusu değildir. Katılımınızla sağladığınız katkı için teşekkür ederiz.

☐ Yukarıdaki bilgilendirmeyi okudum. Araştırmaya katılmayı kabul ediyorum.

Bilgenur ARPAĞ- Psikolojik Danışman (Yüksek Lisans Öğrencisi)
Prof. Dr. Nagihan OĞUZ DURAN- Tez Danışmanı

1.BÖLÜM- KİŞİSEL VE DEMOGRAFİK BİLGİLER

1. Yaşınız

_____

2. Cinsiyetiniz
( ) Kadın ( ) Erkek

3. Okuduğunuz Fakülte

( ) Diş Hekimliği F.	( ) İktisadi ve İdari Bilimler F.	( ) Sağlık Bilimleri F.
( ) Eğitim F.	( ) Mimarlık F.	( ) Tıp F.
( ) Fen- Edebiyat F.	( ) Mühendislik F.	( ) Veteriner F.
( ) Güzel Sanatlar F.	( ) Spor Bilimleri F.	( ) Ziraat F.

4. Sınıf Düzeyiniz
( )1.sınıf ( )2.sınıf ( )3.sınıf ( )4.sınıf ( )5.sınıf ( )6.sınıf

5. Aylık Maddi Geliriniz
( ) 0- 2750 TL ( ) 2750- 5500 TL ( ) 5500 TL üstü

5. Gelir Kaynağınız (Birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.)
( ) KYK Bursu/ Kredisi ( ) Burs (KYK dışında bir kurum veya kişiden) ( ) Çalışıyorum.
( ) Ailem ( ) Diğer(belirtiniz)_____

EK 6: Sosyal ve Duygusal Baş Etme Olarak Harcama Ölçeği

4.BÖLÜM- SDBEOHÖ **Aşağıda yer alan maddeleri dikkatlice okuyunuz. Size en uygun olan dereceyi işaretleyiniz.**	**Kesinlikle katılmıyorum**	**Katılmıyorum**	**Kararsızım**	**Katılıyorum**	**Kesinlikle katılıyorum**
1. Kendimi negatif duygulardan uzaklaştırmak için bazen para harcarım.	1	2	3	4	5
2. Moralim bozuk olduğunda bir şeyler alma ihtimalim daha yüksektir.	1	2	3	4	5
3. İncindiğimde para harcarım.	1	2	3	4	5
4. Bunaldığımda daha iyi hissetmek için para harcarım.	1	2	3	4	5
5. Olumsuz duygulara tahammül edemediğimde para harcarım.	1	2	3	4	5
6. Yalnız hissettiğimde bir şeyler alma ihtimalim daha yüksektir.	1	2	3	4	5
7. Para harcamak, problemlerimi düşünmekten kaçınmama yardımcı olur.	1	2	3	4	5
8. Eğer iyi şeylere sahip olursam popüler biri olma ihtimalim daha yüksek olur.	1	2	3	4	5
9. Uyum sağlamama yardımcı olacak eşyalara sıklıkla para harcarım.	1	2	3	4	5
10. Akranlarımın sahip olduğu varlıklara sahip olmak benim için önemlidir.	1	2	3	4	5
11. Eğer pahalı şeylere sahip olursam, insanlar bana daha pozitif yaklaşırlar.	1	2	3	4	5
12. Popüler olan şeyleri alma ihtimalim daha yüksektir.	1	2	3	4	5
13. Saygın insanların sahip olduğu şeyleri satın alma ihtimalim daha yüksektir.	1	2	3	4	5
14. En son moda şeyleri alamıyorsam diğerleri sıkıcı olduğumu düşünebilir.	1	2	3	4	5
15. Uyum sağlamak için belli başlı deneyimlere para harcarım.	1	2	3	4	5
16. Yalnızca gerekli olduğunda alışveriş yaparım.	1	2	3	4	5
17. İstediğim bir şeyi satın almaktan kaçınmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5
18. Alışverişe gittiğimde sadece planladığım şeyleri alırım.	1	2	3	4	5
19. Bir şey satın almayı planlamadığım sürece alışveriş yapmam	1	2	3	4	5

EK 7: Psikolojik İhtiyaç Doyumunda Denge Ölçeği

3.BÖLÜM- PİDDÖ **Aşağıda yer alan maddeleri dikkatlice okuyunuz. Size en uygun olan dereceyi işaretleyiniz.**	**Kesinlikle katılmıyorum**	**Katılmıyorum**	**Kararsızım**	**Katılıyorum**	**Kesinlikle katılıyorum**
1. Beni önemseyen ve benim önemsediğim insanlarla aramda bir bağ olduğunu hissederim	1	2	3	4	5
2. Benim için önemli olan insanlara karşı kendimi yakın ve ilişkili hissederim.	1	2	3	4	5
3. Genelde zamanımı geçirdiğim insanlara karşı, güçlü bir yakınlık hissederim.	1	2	3	4	5
4. Önem verdiğim insanlar tarafından takdir edilmediğimi hissederim.	1	2	3	4	5
5. Genel olarak kendimi yalnız hissederim.	1	2	3	4	5
6. Genelde iyi anlaştığım insanlarla anlaşmazlık veya çatışmalar yaşarım.	1	2	3	4	5
7. Zor şeyleri bile iyi yaparım.	1	2	3	4	5
8. Aldığım zor görevleri veya projeleri başarıyla tamamlarım.	1	2	3	4	5
9. Zorlayıcı engellerin üstesinden gelirim.	1	2	3	4	5
10. Kendimi yetersiz hissettiren aptalca şeyler yaparım.	1	2	3	4	5
11. Genellikle başarısızlıklar yaşarım veya bir şeyleri iyi yapamam.	1	2	3	4	5
12. İyi olmam gereken şeyleri yaparken zorlanırım.	1	2	3	4	5
13. Tercihlerim "gerçek benliğimi" yansıtır.	1	2	3	4	5
14. Bir şeyleri kendi istediğim gibi yapmakta özgürüm.	1	2	3	4	5
15. Gerçekten ilgimi çeken şeyleri yaparım.	1	2	3	4	5
16. Bana sürekli ne yapmam gerektiğini söyleyen insanlar var.	1	2	3	4	5
17. İsteğimin aksine bazı şeyleri yapmak zorunda kalırım.	1	2	3	4	5
18. Kurtulmak istediğim halde, üzerimde kurtulamadığım birçok baskı var.	1	2	3	4	5

EK 8: Öznel İyi Oluş Ölçeği

2. BÖLÜM- ÖİOÖ **Aşağıda yer alan maddeleri dikkatlice okuyunuz. Size en uygun olan dereceyi işaretleyiniz.**	**Kesinlikle katılmıyorum**	**Katılmıyorum**	**Kararsızım**	**Katılıyorum**	**Kesinlikle katılıyorum**
1. Geleceğe yönelik planlar yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
2. Yaşamımda zevk alarak yaptığım etkinlik sayısı azdır.	1	2	3	4	5
3. Genel olarak kendimi neşeli hissediyorum.	1	2	3	4	5
4. Geriye dönüp baktığımda istediklerimin çoğunu elde edemediğimi görüyorum.	1	2	3	4	5
5. Kişilik özelliklerimden genel olarak memnunum.	1	2	3	4	5
6. İstediğim nitelikte ve sayıda arkadaşım olmamasına üzülüyorum.	1	2	3	4	5
7. Günlük yaşamımdaki sorumluluklarımı başarıyla yerine getiririm.	1	2	3	4	5
8. Ulaşmak istediğim ideallerim var.	1	2	3	4	5
9. İlgi ve yeteneklerime uygun etkinliklerin yaşamımdaki yeri istediğim ölçüdedir.	1	2	3	4	5
10. Küçük sorunları bile büyütürüm.	1	2	3	4	5
11. Kendimi genel olarak canlı ve enerjik hissederim.	1	2	3	4	5
12. Yakın gelecekte yaşamımda güzel gelişmeler olacağına inanıyorum.	1	2	3	4	5
13. Kişilerarası ilişkilerde sıklıkla hayal kırıklığı yaşıyorum.	1	2	3	4	5
14. Yaşamıma beni ona bağlayacak anlamlar katmakta zorlanmam.	1	2	3	4	5
15. Beni eğlendiren faaliyetlere yeterince katılamıyorum.	1	2	3	4	5
16. Umutlarımın gerçekleşeceğine inanıyorum.	1	2	3	4	5
17. Mümkün olsa geçmiş hayatımı değiştiririm.	1	2	3	4	5
18. Ailemle olan ilişkilerimden memnunum.	1	2	3	4	5
19. Genelde hüzünlü ve düşünceliyim.	1	2	3	4	5
20. Yaşamımda yapmam gerekenleri düşünmek hoşuma gider.	1	2	3	4	5
21. Kendimi yalnız hissediyorum.	1	2	3	4	5
22. Amaçlarıma ulaşmak için çevremdeki olanakları etkili bir şekilde kullanabilirim.	1	2	3	4	5
23. Genel olarak kendimi huzurlu hissediyorum.	1	2	3	4	5
24. Başkalarının mutlu göründüğü kadar mutlu olmayı isterdim.	1	2	3	4	5
25. Sorunları yaşamın öğretici ve doğal bir parçası olarak görürüm.	1	2	3	4	5
26. Çevremdeki insanların yaşamlarına imreniyorum.	1	2	3	4	5
27. Amaçlarıma ulaşmak için yeterince kararlı davranabilirim.	1	2	3	4	5
28. Yaşamımı genel olarak monoton ve sıkıcı buluyorum.	1	2	3	4	5
29. Sosyal ilişkilerimdeki girişkenlik yanımdan hoşnutum.	1	2	3	4	5
30. Kendime hedefler koymakta zorlanıyorum.	1	2	3	4	5

31. İç dünyamın zaman geçtikçe zenginleştiğini hissediyorum.	1	2	3	4	5
32. Tanıdığım insanların çoğundan daha fazla sıkıntım var.	1	2	3	4	5
33. Yaşamın zorluklarıyla baş etme gücüme güveniyorum.	1	2	3	4	5
34. Sevilen ve güvenilen biri olduğumu hissediyorum.	1	2	3	4	5
35. Geçmişte yaptığım hatalardan dolayı yoğun suçluluk duygusu yaşıyorum.	1	2	3	4	5
36. Serbest zamanlarımda zevkle vakit geçirecek bir uğraşı bulurum.	1	2	3	4	5
37. Yaşamım başarısızlıklarla dolu.	1	2	3	4	5
38. Güçlükler karşısında çabuk pes ederim.	1	2	3	4	5
39. Çevremde ihtiyaç duyduğumda destek alabileceğim insanlar var.	1	2	3	4	5
40. Sıklıkla ümitsiz ve çökkün hissediyorum.	1	2	3	4	5
41. Okumak ve çalışmak benim için zevkli uğraşılardır.	1	2	3	4	5
42. İsteklerime ve değerlerime uygun bir hayat sürüyorum.	1	2	3	4	5
43. Ailemle olan ilişkilerimde sorunlar yaşıyorum.	1	2	3	4	5
44. Yaşama iyimser bir açıyla bakabilme yönümden memnunum.	1	2	3	4	5
45. Arkadaşlarıma kendimi istediğim gibi ifade edemiyorum.	1	2	3	4	5
46. Başkalarına yardım edebilme ve onlara destek olma becerimden hoşnutum.	1	2	3	4	5

ÖZGEÇMİŞ

Adı-Soyadı	Bilgenur ARPAĞ		
Bildiği Yabancı Diller	İngilizce		
Eğitim Durumu	**Başlama-Bitirme**		**Kurum Adı**
Lise	2012	2016	Midyat Anadolu Lisesi
Lisans	2017	2021	Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı
Lisans (Çift Ana Dal)	2018	2021	Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Temel Eğitim Bölümü Sınıf Öğretmenliği Ana Bilim Dalı
Yüksek Lisans	2021	2024	Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
Doktora			
Çalıştığı Kurum	**Başlama-Ayrılma**		**Çalışılan Kurumun Adı**
1.	2021	2022	Özel Gebze Uğur İlkokulu
2.	2022	Devam Ediyor	İstanbul Okan Üniversitesi
Üye Olduğu Bilimsel ve Meslekî Kuruluşlar			
Katıldığı Proje ve Toplantılar			

Yayınlar:	- A Literature Review on The Examination of The Level of Uncertainty at Different Developmental Stages (4. International Cappadocia Scientific Research Congress, Nevşehir, Turkey, 16 April 2022, ss.197- 204) (Tam Metin Bildiri) - Examination of the Academic Motivation Level of Music Education Senior Students Duringthe Covid-19 Pandemic (VI. International European Conference on Social Sciences, Kyiv, Ukraine, 04 Haziran 2021, ss.189-200) (Tam Metin Bildiri) - Investigation of the Academic Motivation Level of Pre-Service Teachers During The Covid-19Pandemic: The Case of Bursa Uludag University (12th Eurasian Conferences on Language & Social Sciences, Ekaterinburg, Russia, 18 Haziran 2021, ss.144-146) (Özet Bildiri) - Investigation of the Academic Motivation Level of Pre-Service Teachers During The Covid-19Pandemic: The Case of Bursa Uludag University (12th Eurasian Conferences on Language & Social Sciences, Ekaterinburg, Russia, 18 June 2021, ss.541- 549) (Tam Metin Bildiri) - Investıgatıon of Intolerance of Uncertainty Levels of High School Students In Terms of Gender And Grade Level (4. International Cappadocia Scientific Research Congress, Nevşehir, Turkey, 16 April 2022, ss.205- 216) (Tam Metin Bildiri) - Oğuz Duran, N., Arpağ, B. ve Kuşçi İ.. (2022). COVID-19 Pandemi sürecinde üniversite son sınıf öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları, akademik motivasyonları, sınav kaygıları ve KPSS'ye yönelik tutumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Ünüvar, P. (Ed). EğitimBilimlerinde Yeni Trendler içinde (371-394). Duvar Yayınevi.
Diğer:	Bursa Uludağ Üniversitesi Lisans Öğrencisi Katılımlı Bilimsel Araştırma Projesi (Proje No:SLO-2021-434)
Tarih **İmza** **Adı-Soyadı**	