

# Otantik Olmanın Duyuşsal İyi Oluşu (Pozitif-Negatif Duygu Durumu) Yordama Gücü: Türk ve İngiliz Üniversite Öğrencileri Arasında Otantik Olma ve Pozitif-Negatif Duygu Durumu

The Predictive Power of Authenticity on Emotional Well-being  
(Positive-Negative Affect): Authenticity and Positive-Negative Affect  
among Turkish and English University Students

Behire KUYUMCU, Asude KABASAKALOĞLU

## ÖZ

Bu çalışmanın amacı, otantik olmanın duyuşsal iyi oluşu yordama gücünün Türk ve İngiliz üniversite öğrencileri arasında incelenmesidir. Araştırmanın iki çalışma grubu bulunmaktadır. Çalışma grubu I Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi öğrencileri arasından seçilen 108 (56 erkek, 52 kadın) öğrenciden oluşmaktadır. Yabancı uyruklu öğrenciler araştırmaya dâhil edilmemiştir. Çalışma grubu II İngiliz üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. İngiliz çalışma grubundaki öğrenciler Middlesex Üniversitesi'nden seçilen 90 (39 erkek, 51 kadın) öğrencidir. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği, Özgünlük Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formudur. Araştırmanın sonuçlarına göre otantik olma hem Türk hem de İngiliz üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumunu yordamıştır. İngiliz Üniversite öğrencilerinin otantik olma ve negatif duygu durumu Türk öğrencilere kıyasla daha yüksek çıkmıştır. Erkek ve kadın arasında değişkenler farklılık göstermemiştir. Fakat iki ülkenin hemcinsleri karşılaştırıldığında Türk kadın ve erkeklerin otantik olma ve negatif duygu durumu düzeyleri İngiliz katılımcılara kıyasla düşüktür. Pozitif duygu durumunda ise böyle bir fark görülmemiştir. Bütün sonuçlar karşılaşılan sınırlılıklar, önceki çalışmalar ve kültür bağlamında tartışılmıştır. Sonuçların, kültür farkının olası diğer dinamiklerini (eğitim sistemi, ülke politikası, ekonomik gelişim, kentleşme, göç, kültürlerarası etkileşim, inanç, anne-baba tutumları vb.) incelemek isteyen araştırmacılara, duyuşsal iyi oluşla ilgili danışma programı hazırlamak isteyen psikolojik danışmanlara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Sözcükler:** Pozitif duygu-negatif duygu durumu, Otantik olma, Üniversite öğrencisi, Türkiye, İngiltere

## ABSTRACT

The purpose of the study was to examine the the predictive power of authenticity on emotional well-being (positive-negative affect) among Turkish and English university students. The study consisted of two groups of student participants. The first group involved 108 (56 males and 52 females) Turkish university students from Gazi University. Foreign students were not included in this group. The second group comprised 90 (39 males and 51 females) English university students from Middlesex University. Positive- Negative Affect Scale, Authenticity Inventory, and Personal Information Form were used as data collection tools. Results showed that both Turkish and

Behire KUYUMCU (✉)

ORCID ID: 0000-0003-1269-7143

Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara, Türkiye  
Gazi University, Gazi Faculty of Education, Department of Educational Sciences, Ankara, Turkey  
behirek@gmail.com

Asude KABASAKALOĞLU

ORCID ID: 0000-0001-9612-5390

Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye  
Gazi University, Institute of Educational Sciences, Ankara, Turkey  
asudekabasakaloglu@gmail.com

Geliş Tarihi/Received : 23.09.2017

Kabul Tarihi/Accepted : 21.01.2018

English university students' positive and negative affect were significantly and independently predicted by authenticity. English university students' authenticity and negative affect scores were found to be higher than Turkish students' scores. The result showed that there was no difference in terms of authenticity and positive-negative affect among females and males. However, a comparison between the females and males of Turkish and English university students indicated that both Turkish females and males had lower authenticity and negative affect scores compared to their English counterparts. For positive affect, no such difference was observed. These findings were discussed in relation to the study's limitations, previous studies and culture dimension. It is considered that the results will contribute to the psychological counselors who want to prepare a counseling program on affective well-being and to the researchers who want to examine other possible dynamics of cultural difference (education system, national politics, economic development, urbanization, migration, intercultural interaction, beliefs, parental attitudes, etc.)

**Keywords:** Positive-negative affect, Authenticity, University students, Turkey, England

## GİRİŞ

İyi oluş felsefi temelleri olmakla birlikte psikolojide kendi paradigması içerisinde tanımlanmış ve en yaygın şekliyle özerklik, yeterlilik ve ilişki kurma temel ihtiyaçlarını karşılama becerisi olarak ifade edilmiştir (Ryan & Deci, 2001). McGregor ve Little'e (1998) göre ise iyi oluş, yaşamın anlamının ve yaşamdaki amaçların değerlendirilmesiyle ilişkilidir. İyi oluş iki alan üzerinde karakterize edilmiştir: Psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluş. Psikolojik iyi oluş bireyin kendini gerçekleştirme, potansiyelini en üst seviyede kullanması ile yakından ilişkilidir (Ryff, 1989). Öznel iyi oluş, insanların kendi yaşamları hakkındaki günlük duyguları ve değerlendirmelerini içermektedir (Lyubomirsky, Sousa, & Dickerhoof, 2006). Bireyler bu değerlendirmelerini bilişsel ve duyuşsal alanda gerçekleştirirler. Bilişsel boyut yaşamdan alınan doyum; duyuşsal boyut ise olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanım şeklinde açıklanmıştır (Diener & Diener, 1996; Diener, 2000). Duygulanım boyutu bireyin mutluluğuna veya duygusal iyi oluşuna işaret etmektedir. Bu araştırmada da bireylerin duygusal iyi oluşu—pozitif-negatif duygu durumu—üzerinde durulmuştur. Fakat literatür desteğinde yer yer öznel iyi oluş ile ilgili çalışmalardan yararlanılmıştır.

Bu aşamada duygusal iyi oluşu ayrıntılandırmak yerinde olacaktır. Duygusal iyi oluş kişinin pozitif duygu durumunun yüksek, negatif duygu durumunu düşük olması anlamına gelebilmektedir. Pozitif ve negatif duygulanım karşıt boyutlar olmadığından, biri artarken diğeri düşmesinin beklenmesi ise doğru bir yaklaşım değildir (Diener, 1994). Pozitif duygu, genel olarak hoşluk hissi veren duygular olarak açıklanırken (Diener, Suh ve Oishi, (1997); pozitif duygulanım, bireyin, diğer insanlara ve aktivitelere olumlu tepkisini ve genel olumlu ruh halini içermektedir (Diener, 2006). Zevk, umut, kendine güven, şefkat, gurur duyma pozitif duyguya örnek olarak verilebilir. Negatif duygulanım ise korku, suçluluk, üzüntü, kızgınlık, utanma, kaygı gibi duyguları içermektedir (Diener, Scollon, & Lucas, 2003). Negatif duyguların yüksek olması, bireyin kendini "kötü" hissettiği, memnuniyetsizliğinin yüksek olduğu; pozitif duyguların yüksek olması ise, bireyin kendini "iyi" hissettiği, çevreyle olumlu ilişki içerisinde olduğu bilgisini sunmaktadır (Crowford & Henry, 2004).

Pozitif ve negatif duygu durumu ile ilgili mevcut çalışmalar alanda yaygındır. Pozitif duygu durumu ile benlik kavramı, olumlu genel ve günlük olaylar (McCullough, Huebner ve

Laughlin, 2000), tutkulu ve arkadaşça aşk (Kim ve Hatfield, 2004), kültürel etkileşim (Zheng, Sang ve Wang, 2004), psikolojik iyi oluş (Lyubomirsky, King ve Diener, 2005), ve gelişime açıklık (Fredrickson ve Losada, 2005) gibi psikolojik kavramlar arasında pozitif yönde ilişki olduğu bilinmektedir. Ayrıca pozitif duygulanım stresli yaşamın negatif etkilerini hafifletmektedir (Park, 2004). Negatif duygular ise kaygı ve depresiflik düzeyini artırırken (Dua, 1993; Fredrickson, 2001; Ryan, LaGuardia ve Rawsthorne, 2005) psikolojik sağlığı azaltmaktadır (Dua, 1993). Bunun yanı sıra bireyin negatif duyguları psikolojik sağlığı etkileme açısından pozitif duygulardan daha fazla etkilidir (Dua, 1994).

Pozitif ve negatif duygu durumu ile ilişkili olduğu ifade edilen benlik saygısı, depresyon (Lopez ve Rice, 2006), stres, kaygı (Wood ve ark., 2008) gibi kavramların otantik olma ile ilişkili olduğu bilinmektedir. Literatür incelendiğinde, negatif duygu durumu yüksek olan kişilerin otantik olma eğilimlerinin düşük, pozitif duygu durumu yüksek olanların ise otantik eğilimlerinin yüksek olduğu görülmüştür (İlhan & Özdemir, 2013; Goldman & Kernis, 2002). Pozitif ve negatif duygu durumunun üst başlığı olarak ifade edilebilen öznel iyi oluş/mutluluk ile otantik olma arasında olumlu yönde ilişki olduğunu ortaya koyan araştırmalar da oldukça fazladır (Aydoğan, Özbay, & Büyüköztürk, 2017; İlhan & Özdemir, 2013; Kernis & Goldman, 2006; Kifer et al., 2013; Wood et al., 2008). Bu araştırmalarda görülen sınırlılık öznel iyi oluş ile otantik olma arasındaki ilişki incelenirken öznel iyi oluş boyutlarının—bilişsel ve duyuşsal boyutların—otantik olma ile nasıl bir ilişkide olduğuna yer verilmemiş olmasıdır. Türkiye'de sadece İlhan ve Özdemir (2013) araştırmasında duyuşsal boyut bileşenleri ile otantik olma arasındaki ilişkiyi incelemiş; başka bir çalışmada da kültür faktörü konuya dâhil edilmiştir (Özdemir & İlhan, 2013). Fakat Özdemir ve İlhan (2013)'ün çalışmasının sınırlılığı farklı bir kültürün çalışma grubu ile sonuçları karşılaştırma imkânı sunmamış olması ve ayrıca duyuşsal iyi oluşa değişmemiş olmasıdır. Bu durumdan hareketle, bu araştırmada pozitif ve negatif duygu durumu ile otantik olma arasındaki ilişki ülke (Türkiye ve İngiltere) ve cinsiyet değişkenine dayalı olarak incelenmiştir.

Bu aşamada "otantik olma"nın açıklanması faydalı olabilir. Otantik olmak, felsefe ekolünün incelediği bir terim olarak ortaya çıkmıştır. Bireyin kendi özerkliği ile kararlar alması ve davranışta bulunması anlamına gelen (Burks ve Robbins, 2011;

Starr, 2008) otantik olma son zamanlarda psikolojide varoluşçu (Yalom, 1980), pozitif psikoloji (Ryan ve Deci, 2004; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000), kişilik psikolojisi (Kernis ve Goldman, 2006) gibi farklı yaklaşımların bakış açısı ile incelenerek önem kazanmıştır. Kernis (2003) otantikliği, bireyin herhangi bir baskı altında kalmadan gerçek benliğini bağımsızca ortaya koyması olarak tanımlamaktadır. Kernis ve Goldman (2006), Heidegger ve Sartre gibi felsefecilerden ve öz-belirleme kuramından yola çıkarak otantikliği tanımlamada çoklu bir yapı ortaya koymuştur. Bu yapı *tarafsızlık, otantik davranış, ilişkisel uyum ve farkındalık* boyutlarını kapsamaktadır. *Tarafsızlık/yansızlık*, kişinin kendisini, duygularını, tüm kişilik özelliklerini ve yaşamını yansız olarak ele almasıdır. *Otantik davranış*, kişinin davranışlarının sonucundan bir beklenti olmaksızın, kendi değerlerine uygun ve ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde hareket etmesini ifade etmektedir. İlişkisel uyum, kişinin çevresinin onu birey olarak kabul ettiği açık ve içten gerçek kimliğini sergilemesidir. *Farkındalık*, bireyin ihtiyaçlarının, değerlerinin, olumlu ve olumsuz özelliklerinin, kültürel normlarının kabulü ile gerçekleşmektedir.

Otantik bireyler, kendi düşünce, duygu ve değerlerine uygun yaşarlar. Başkalarının görüşlerine, kültürel değerlere, cinsiyet beklentilerine göre hareket etme eğilimleri düşüktür (Wood et al., 2008). Markus ve Kitayama (1991), otantikliğin toplulukçu kültürde bireysel kültürde olduğu kadar ihtiyaç olmadığını, bu kültürde bireylerin daha çok başkalarının beklentilerine göre davrandıklarını belirtmişlerdir. Bireysel kültürde ise birey içinde yaşadığı gruptan bağımsızdır, kişisel amaçları grubun amaçlarından önce gelir, ikili ilişkiler önemli olmakla birlikte kişinin kendi haklılığı ilişkilerin devamından daha önemlidir ve davranışlarının belirleyicisi grup normlarından ziyade kendi tutumlarıdır (Triandis, 1994). İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk (2011) ise otantikliğin kültürden bağımsız olduğunu ifade etmişlerdir. Otantik olma, iyi oluş ve kültür arasındaki ilişkiye bakıldığında, Neff ve Suizzo (2006), otantik olmamanın hem daha toplulukçu kültürden gelen Meksika kökenli Amerikalıların hem de bireyselciğin daha baskın olduğu Avrupa kökenli Amerikalıların iyi oluşu için olumsuz bir durum olduğunu ortaya koymuştur. Spencer Rodgers ve ark. (2009) da toplulukçu kültürlerde bireylerin otantik olmalarının iyi oluşları için anlamlı bir etken olmadığını ifade etmiştir. Görüldüğü gibi bu konuda sonuçlar arasında da farklılıklar bulunmaktadır. Bunun üzerine benzer bir çalışmanın Türk çalışma grubu üzerinde karşılaştırmalı olarak incelenmemiş olması bu çalışmaya ihtiyaç duyurmuştur. Bu nedenle çalışmanın amacı, otantik olmanın duyuşsal iyi oluşu yordama gücünün Türk ve İngiliz üniversite öğrencileri arasında incelenmesidir.

## YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları, veri toplama süreci ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel teknikler hakkında bilgi verilmiştir.

### Araştırma Modeli

Bu araştırma, Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin pozitif ve negatif duygu durumları ile otantik olmaları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlayan betimsel bir çalışmadır. Betimsel

yöntem var olan olay/olguyu araştırmacının müdahalesi olmadan tanımlamayı amaçlayan araştırma yöntemidir (Karasar, 1995: 77).

Araştırma modelinin kültürlerarası araştırma modelleri açısından da tanımlanması gerektiği düşünülmektedir. Kültürlerarası psikoloji araştırmalarının hangi araştırma modelinde olduğu araştırmanın amacına göre belirlenmektedir. *Genelleme araştırması, psikolojik farkların belirlendiği araştırmalar, kuram temelli araştırmalar ve dışsal geçerlilik çalışmaları* kültürlerarası araştırma modelleridir. Psikolojik farkların belirlendiği araştırma modelinde orijinal araştırmaların tekrarı yapılabileceği gibi yeni araştırmalar da yapılabilmektedir (Aycan, 2002). Bu araştırmanın amacı göz önünde bulundurulduğunda araştırma modeli, psikolojik farkların belirlendiği çalışmalar grubunda yer almaktadır.

### Araştırma Grubu

Araştırmada iki çalışma grubu oluşturulmuştur. Araştırma grubu-I Türkiye’de, Araştırma grubu-II İngiltere’de oluşturulmuştur. Bireysel kültür Kuzey Amerika ve Batı Avrupa toplumlarının sahip olduğu kültür olarak ifade edilirken, Asya, Güney Avrupa’nın birçok ülkesi, Latin Amerika ve Afrika toplumlarında ise toplulukçu kültürün daha yaygın olduğu yerler olarak kabul edilmektedir (Markus & Kitayama, 1991). Buradan hareketle Türkiye daha ziyade doğu kültürüne örnek bir ülke; İngiltere batı kültürüne örnek bir ülke olarak düşünülmüştür. Araştırma gruplarına ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

### Araştırma Grubu I

Araştırma grubu I olarak adlandırılan Türk araştırma grubu, Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışma grubunun seçiminde ulaşılabilirlik ilkesi kullanılmıştır. Verilerin uygunluğu incelendiğinde uç değerleri fazla olan 4 kişi ve ölçek maddelerinin çoğunu boş bırakan 8 öğrenci veri setinden çıkarılmıştır. Araştırma grubu-I için analizler 108 üniversite öğrencisi üzerinden gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan Türk üniversite öğrencilerinin %51,9’u (N=56) erkek, %48,1 i (N=52) kadındır. Yaş aralığı 19 ile 25 olan grubun yaş ortalaması 21.22’dir.

### Araştırma Grubu II

Araştırma grubu II olarak adlandırılan İngiliz araştırma grubu İngiltere’de oluşturulmuştur. İngiltere bireysel kültürün yaygın olduğu ülkeler arasından kasıtlı örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Kasıtlı örnekleme yöntemi ya kuram temelli ya da elverişli seçim şeklinde olmaktadır (Aycan, 2002). Veri toplama araçlarının orijinal dilinin İngilizce olması nedeniyle İngiltere, elverişli seçim yöntemiyle belirlenmiştir.

Araştırma grubu II, Middlesex Üniversitesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Çalışma grubunun oluşturulmasında ulaşılabilirlik (“convenience”) ilkesi kullanılmıştır. Verilerin uygunluğu incelendiğinde uç değerleri fazla olan altı öğrenci ve İngiliz yerli halkından (“native student/home student”) olmadığı anlaşılan yedi öğrenci veri setinden çıkarılmıştır. Araştırma grubu II için analizler 90 İngiliz üniversite öğrencisi üzerinden gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya katılan İngiliz üniversite öğrencilerinin

%43.3'ü (N=39) erkek, %56.7'si (N=51) kadındır. Yaş aralığı 18 ile 29 olan grubun yaş ortalaması 20.43'tür.

### Veri Toplama Araçları

#### Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği

Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır (Watson, Clark, & Tellegen, 1988). Bu maddelerden on tanesi pozitif duygu durumunu ölçmek için olumlu duygudur (örneğin; ilgili, heyecanlı, kararlı). Geriye kalan on madde ise negatif duygu durumunu ölçmek için kullanılan olumsuz duygulardır (örneğin; mutsuz, utanmış, korkmuş). Ölçek, 1= *hiç hissetmedim*'den 5= *çok hissettim*'e doğru beşli Likert tipinde derecelenmektedir. Her bir faktör için (pozitif duygu-negatif duygu) ölçekten alınabilecek en düşük puan 1; en yüksek puan ise 50'dir. Ölçeğin olumlu maddelerden alınacak yüksek puan olumlu duygulara; olumsuz maddelerden alınacak yüksek puan olumsuz duygulara işaret etmektedir. Ölçekten her bir faktör için ayrı puanlar elde edilebileceği gibi toplam puan da kullanılabilir. Bu çalışmada iki ayrı puan üzerinden analizler yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlamasında pozitif duygu durumu faktörü için iç tutarlılık katsayısı .86; negatif duygu durumu faktörü için .83'tür (Gençöz, 2000). Bu çalışmada Türk çalışma grubunun pozitif duygu faktörü için iç tutarlılık katsayısı .84; negatif duygu faktörü için ise .79 olarak hesaplanmıştır. İngiliz çalışma grubunun pozitif duygu için iç tutarlılık katsayısı .84; negatif duygu için ise .83 çıkmıştır.

#### Özgünlük Ölçeği

Ölçek 39 madde ve dört alt boyuttan oluşmaktadır: *Farkındalık* (12 madde), *yansızlık* (6 madde), *davranışsal* (10 madde), *ilişkisel uyum* (11 madde) (Kernis, 2006). Bu maddeler sayesinde bireylerin ne kadar otantik oldukları ölçülmektedir. Ölçek, 1= *tamamen katılmıyorum*'dan 5= *tamamen katılıyorum*'a doğru beşli Likert tipinde derecelenmektedir. Soru örnekleri şu şekildedir: "Genelde duygularım hakkında belirsizlik yaşarım" (farkındalık); "sınırlılıklarımı ve eksikliklerimi olduğu gibi değerlendirmekten rahatsızlık duyarım" (yansızlık); "gerçekte hoşlanmasam da sıklıkla bir şeylerden hoşlanmış gibi yaparım" (davranışsal); "yakın oldukları benim güçlü yönlerimi anlamalarını isterim" (ilişkisel). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 1; en yüksek toplam puan ise 195'tir. Ters çevrilmesi gereken 18 madde vardır. Ölçekten faktör puanları elde edilebildiği gibi toplam puan da kullanılabilir. Puanın yüksekliği otantikliğin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Aydoğan, Özbay ve Büyükoztürk (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin alt boyutlar için iç tutarlılık katsayısı .59 ile .69 arasında değişmiştir—(farkındalık .69; yansızlık .59; davranışsal .66; ilişkisel .65). Toplam puan için iç tutarlılık katsayısı ise .86'dır (Aydoğan, Özbay, & Büyükoztürk, 2011). Bu çalışmada sadece toplam puan kullanıldığı için Türk çalışma grubu için tutarlılık katsayısı .83; İngiliz çalışma grubu için ise .86 bulunmuştur.

#### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından bu çalışma için hazırlanmıştır. Yaş, cinsiyet, uyruk sorularına yer verilmiştir.

### İşlem

Araştırma grubu I 'e ait veriler sınıf ortamında araştırmacı tarafından toplanmıştır. Araştırmanın amacı ve verilerin kullanım alanı hakkında bilgi verildikten sonra gönüllü öğrencilere ölçme araçları dağıtılmıştır. Katılımcılardan kimlik bilgileri istenmemiştir. Uygulama 20 dakika sürmüştür. Araştırma grubu II'e ait veriler Middlesex Üniversitesi yerleşkesinde araştırmacı tarafından toplanmıştır. Uygulama öncesinde araştırmanın amacı açıklanmıştır. Verilerin araştırma dışında başka bir amaç için kullanılmayacağı belirtilmiştir. Araştırmanın sadece yerli öğrenciler ("home student/native student") üzerinde yürütüldüğü açıklanmıştır. Sonrasında gönüllü olan öğrencilere ölçme aracı verilmiştir. Araştırma grubu II'nin verileri bir aylık sürede toplanmıştır.

### Veri Analizi

Araştırmada katılımcılardan toplanan verilerin analizinde SPSS-23 programından yararlanılmıştır. İstatistiksel işlemler yapılmadan önce verilerin normal dağılımı, ham puan üzerinden basıklık ("kurtosis") ve çarpıklık ("skewness") katsayılarının incelenmesi ile yapılmıştır. Standart normal dağılımların basıklık ve çarpıklık katsayıları sıfırdır. Bu değerlerin, (+ 1 ile - 1) arasında kalması, dağılımın normalden aşırı sapma göstermediğinin bir kanıtı olarak değerlendirilebilir (Çokluk, Şekercioğlu, & Büyükoztürk, 2010: 16). Bu bilgi ışığında hem araştırma grubu I'in değerleri (otantik olma için çarpıklık -.41, basıklık -.18; pozitif duygu için çarpıklık -.60, basıklık .94 ve negatif duygu için çarpıklık .35, basıklık -.007) hem de araştırma grubu II'nin değerleri (otantik olma için çarpıklık -.07, basıklık .20; pozitif duygu için çarpıklık .15, basıklık -.42 ve negatif duygu için çarpıklık .43 ve basıklık -.45) dağılımın normalden aşırı sapma göstermediğini ortaya koymuştur.

Değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı katsayısı analiziyle hesaplanmıştır. Değişkenlerin sürekli değişken olması nedeniyle Pearson korelasyon analizi tercih edilmiştir. Otantik olmanın pozitif ve negatif duygu durumunu yordama gücünü test etmek için hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Birinci adımda otantik olma, ikinci adımda yaş ve cinsiyet modele dâhil edilmiştir. Gruplar arasındaki fark ise bağımsız t testi ile analiz edilmiştir.

### BULGULAR

Bu bölümde Pearson momentler çarpımı katsayısı analizi, hiyerarşik regresyon analizi ve bağımsız t testi analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Bu sonuçlara geçmeden önce puanlar hakkında bilgi vermek adına değişkenlerin ortalama ve standart sapma puanları Tablo 1'de sunulmuştur. Değerler Türk ve İngiliz çalışma grubu için ayrı ayrı verilmiştir.

Daha önce de belirtildiği gibi Türk ve İngiliz öğrencilere ait, otantik olma, pozitif ve negatif duygu durumları arasındaki ilişki Pearson korelasyon momentler çarpımı tekniği ile incelenmiştir. Tablo 2'de sunulan sonuçlara göre Türk üniversiteli gençlerin otantik olma puanı arttıkça pozitif duygu durumu puanını artmış ( $r = .39, p < .01$ ); negatif duygu durumu puanı azalmıştır ( $r = -.29, p < .01$ ).

İngiliz araştırma grubu için ilişkilere bakıldığında ise, İngiliz gençlerin otantik olma puanı arttıkça pozitif duygu durumu puanının arttığı ( $r = .38, p < .01$ ); negatif duygu durumu puanının ( $r = -.27, p < .01$ ) azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Tablo 3'te de görüldüğü gibi yaş ile otantik olma arasında olumlu yönde ilişki ortaya çıkmıştır ( $r = .21, p < .05$ ). Yaş ilerledikçe otantik olma eğilimi artmıştır.

Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin otantik olma puanlarının duyuşsal iyi oluş (pozitif ve negatif duygu durumu) puanlarını yordayıcılığına bakıldığında hiyerarşik regresyon analizi sonucuna göre (Tablo 4) Türk araştırma grubunun otantik olma puanı pozitif duygu durumu puanını yordamıştır ( $\beta = .39, p < .001$ ). Otantik olma, pozitif duygu durumu puanında gözlenen toplam varyansın %15'ini açıklamıştır. Otantik olmanın varyansa olan bu katkısı ( $R^2 = .15, F_{reg(1/107)} = 18.87, p < .05$ ) anlamlıdır. Cinsiyet ve yaş açıklanan varyansı %18'e çıkarmıştır. Fakat bu değişim istatistiksel olarak manidar çıkmamıştır ( $R^2 = .18, F_{reg(3/107)} = 7.53, p > .05$ ).

İngiliz araştırma grubuna ait sonuçlara bakıldığında da (Tablo 5), otantik olma puanının pozitif duygu durumu puanını yorda-

dığı görülmüştür ( $\beta = .38, p < .001$ ). Otantik olma, pozitif duygu durumu puanında gözlenen toplam varyansın %15'ini açıklamıştır. Otantik olmanın varyansa olan bu katkısı ( $R^2 = .15, F_{reg(1/89)} = 15.05, p < .05$ ) anlamlıdır. Yaş ve cinsiyetin modele dâhil edilmesi açıklanan varyansta değişiklik yaratmamıştır ( $R^2 = .15, F_{reg(3/89)} = 4.93, p > .05$ ).

Negatif duygu durumu puanına ait hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarına göre, Türk araştırma grubunun otantik olma puanı, negatif duygu durumu puanını yordamaktadır ( $\beta = -.29, p < .01$ ). Tablo 6'da da görüldüğü gibi otantik olmanın açıkladığı varyans %8'dir ve anlamlıdır ( $R^2 = .08, F_{reg(1/107)} = 9.52, p < .001$ ). Yaş ve cinsiyetin modele dâhil edilmesiyle açıklanan varyanstaki değişiklik manidar değildir ( $R^2 = .09, F_{reg(3/107)} = 3.29, p > .05$ ).

Tablo 7'de görüldüğü gibi, İngiliz araştırma grubunun otantik olma puanı negatif duygu durumu puanını yordamaktadır ( $\beta = -.27, p < .05$ ). Otantik olmanın açıkladığı varyans %7'dir ve anlamlıdır ( $R^2 = .07, F_{reg(1/89)} = 6.94, p < .001$ ). Yaş ve cinsiyetin modele dâhil edilmesiyle açıklanan varyanstaki değişiklik manidar değildir ( $R^2 = .11, F_{reg(3/89)} = 3.51, p > .05$ ).

**Tablo 1:** Değişkenlere Ait Ortalama ve Standart Sapma Puanları

Değişkenler	Ülke	Cinsiyet	N	Ort.	Ss.
Otantik Olma	Türkiye	Erkek	56	6.19	.169
		Kadın	52	6.20	.228
		Toplam	108	6.19	.199
	İngiltere	Erkek	39	6.27	.221
		Kadın	51	6.30	.195
		Toplam	90	6.28	.206
Pozitif Duygular	Türkiye	Erkek	56	3.43	.730
		Kadın	52	3.59	.731
		Toplam	108	3.51	.731
	İngiltere	Erkek	39	3.57	.557
		Kadın	51	3.58	.512
		Toplam	90	3.57	.529
Negatif Duygular	Türkiye	Erkek	56	2.11	.619
		Kadın	52	2.18	.608
		Toplam	108	2.15	.612
	İngiltere	Erkek	39	2.74	.554
		Kadın	51	2.54	.570
		Toplam	90	2.63	.569

**Tablo 2:** Türk Araştırma Grubu İçin Değişkenler Arasındaki İlişki

Değişkenler	1.	2.	3.	4.
1. Otantik Olma	-			
2. Pozitif Duygu	.39**	-		
3. Negatif Duygu	-.29**	-.16	-	
4. Yaş	.09	.16	-.05	-

\*\* $p < .01$ .

**Tablo 3:** İngiliz Araştırma Grubu İçin Değişkenler Arası Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1.	2.	3.	4.
1. Otantik Olma	-			
2. Pozitif Duygu	.38**	-		
3. Negatif Duygu	-.27**	-.23*	-	
4. Yaş	.21*	.10	.03	-

\*\*\* $p < .001$ , \* $p < .05$ .

**Değişkenlerin Ülke ve Cinsiyete Göre Karşılaştırılması**

Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin otantik olma, pozitif ve negatif duygu durumları karşılaştırılmıştır. Tablo 8'de görüldüğü gibi, Türk ve İngiliz öğrencilerin otantik olma ( $t = 3.09$ ,  $p < .01$ ) ve negatif duygu durumu ( $t = 5.70$ ,  $p < .001$ ) düzeyleri farklılık göstermiştir. İngiliz üniversite öğrencilerinin otantik olma düzeyleri ( $Ort_{(TR)} = 6.19 / Ort_{(İNG)} = 6.28$ ) ve negatif duygu durumları ( $Ort_{(TR)} = 2.15 / Ort_{(İNG)} = 2.63$ ) Türk öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır.

Türk kız ve erkek üniversite öğrencilerinin otantik olma, pozitif ve negatif duygu durumu karşılaştırılmıştır. Türk kız ve erkek üniversite öğrencilerinin otantik olma, pozitif ve negatif duygu durumu arasında fark görülmemiştir. İngiliz kız ve erkek üniversite öğrencilerinin karşılaştırıldığı analiz sonuçları da cinsiyete dayalı fark olmadığını göstermiştir. Sonuçlar Tablo 9'da sunulmuştur.

Türk kız öğrencilerle İngiliz kız öğrenciler; Türk erkek öğrencilerle İngiliz erkek öğrencilere ait puanlar karşılaştırılmıştır. Tablo 10'da görüldüğü gibi Türk kız öğrencileri ile İngiliz kız

**Tablo 4:** Türk Araştırma Grubu İçin Pozitif Duygu Durumunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Model	Yordayan	R	R <sup>2</sup>	F <sub>reg</sub>	Sh	Df	β	P
1. Adım	(Sabit) Otantik olma	.39	.15	18.87	.67	1/107	.39	.010* .000***
2. Adım	(Sabit) Otantik olma Yaş Cinsiyet	.42	.18	7.53	.67	3/107	.37 .14 -.11	.003** .000*** .214 .128

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ .

**Tablo 5:** İngiliz Araştırma Grubu İçin Pozitif Duygu Durumunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Model	Yordayan	R	R <sup>2</sup>	F <sub>reg</sub>	Sh	Df	β	P
1. Adım	(Sabit) Otantik olma	.38	.15	15.05	.49	1/89	.38	.016* .000***
2. Adım	(Sabit) Otantik olma Yaş Cinsiyet	.38	.15	4.93	.49	3/89	.38 .02 .03	.015* .000*** .849 .815

\*\*\* $p < .001$ , \* $p < .05$ .

**Tablo 6:** Türk Araştırma Grubu İçin Negatif Duygu Durumunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Model	Yordayan	R	R <sup>2</sup>	F <sub>reg</sub>	Sh	Df	β	P
1. Adım	(Sabit) Otantik olma	.29	.07	9.52	.58	1/107	-.29	.000*** .003**
2. Adım	(Sabit) Otantik olma Yaş Cinsiyet	.29	.09	3.29	.59	3/107	-.29 -.02 -.06	.000*** .003** .826 .532

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ .

**Tablo 7:** İngiliz Araştırma Grubu İçin Negatif Duygu Durumunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi

Model	Yordayan	R	R <sup>2</sup>	F <sub>reg</sub>	Sh	Df	β	P
1. Adım	(Sabit) Otantik olma	.29	.07	6.94	.55	1/89	-.27	.000*** .010*
2. Adım	(Sabit) Otantik olma Yaş Cinsiyet	.29	.11	3.51	.54	3/89	-.28 .11 .17	.000*** .008** .281 .102

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ .

**Tablo 8:** Otantik Olma, Pozitif ve Negatif Duygu Durumunun Ülke Değişkenine Göre Karşılaştırıldığı t Testi Sonuçları

Değişken	Ülke	N	Ortalama	Ss	t	p
Otantik Olma	Türkiye	108	6.19	.19	3.09	.002**
	İngiltere	90	6.28	.20		
Pozitif Duygu	Türkiye	108	3.51	.73	.675	.500
	İngiltere	90	3.57	.52		
Negatif Duygu	Türkiye	108	2.15	.61	5.70	.000***
	İngiltere	90	2.63	.56		

\*\*\* $p < .001$ , \*\* $p < .01$ .**Tablo 9:** Otantik Olma, Pozitif ve Negatif Duygu Durumuna Ait t Testi Sonuçları

Türk Çalışma Grubu İçin	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	p
Otantik Olma	Kız	52	6.20	.22	.259	.796
	Erkek	56	6.19	.16		
Pozitif Duygu	Kız	52	3.59	.73	1.073	.286
	Erkek	56	3.43	.73		
Negatif Duygu	Kız	52	2.18	.60	.565	.574
	Erkek	56	2.11	.61		
İngiliz Çalışma Grubu İçin	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	p
Otantik Olma	Kız	51	6.30	.19	.729	.468
	Erkek	39	6.27	.22		
Pozitif Duygu	Kız	51	3.57	.51	.081	.935
	Erkek	39	3.56	.55		
Negatif Duygu	Kız	51	2.54	.57	-1.671	.098
	Erkek	39	2.74	.55		

**Tablo 10:** Otantik Olma, Pozitif ve Negatif Duygu Durumunun Türk ve İngiliz Kız Öğrenciler Arasında karşılaştırıldığı t Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	p
Otantik Olma	TR-Kız	52	6.20	.12	-2.35	.021*
	İNG-Kız	51	6.30	.19		
Pozitif Duygu	TR-Kız	52	3.59	.73	.096	.924
	İNG-Kız	51	3.57	.51		
Negatif Duygu	TR-Kız	52	2.18	.60	-3.80	.003**
	İNG-Kız	51	2.54	.57		

\*\* $p < .01$ , \* $p < .05$ .**Tablo 11:** Otantik Olma, Pozitif ve Negatif Duygu Durumunun Türk ve İngiliz Erkek Öğrenciler Arasında karşılaştırıldığı t Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	t	p
Otantik Olma	TR-Erkek	56	6.19	.16	1.90	.060
	İNG-Erkek	39	6.27	.22		
Pozitif Duygu	TR-Erkek	56	3.43	.73	.936	.352
	İNG-Erkek	39	3.56	.55		
Negatif Duygu	TR-Erkek	56	2.11	.61	5.05	.000***
	İNG-Erkek	39	2.74	.55		

\*\*\* $p < .001$ .

öğrencileri arasında otantik olma ( $t=-2.35$ ,  $p<.05$ ) ve negatif duygu durumu ( $t=-3.08$ ,  $p<.01$ ) düzeylerinde fark bulunmuştur. Türk kız öğrencilerinin otantik olma ( $Ort_{(TR)}=6.20$ /  $Ort_{(İNG)}=6.30$ ) ve negatif duygu durumunun ( $Ort_{(TR)}=2.18$ /  $Ort_{(İNG)}=2.74$ ) İngiliz kız öğrencilerine göre daha düşük olduğu bulunmuştur.

Tablo 11’de görüldüğü gibi Türk erkek öğrencileri ile İngiliz erkek öğrencileri arasında negatif duygu durumu ( $t=5.05$ ,  $p<.001$ ) düzeylerinde fark bulunmuştur. Türk erkek öğrencilerinin negatif duygu durumunun ( $Ort_{(TR)}=2.11$ /  $Ort_{(İNG)}=2.74$ ) İngiliz erkek öğrencilerine göre daha düşük olduğu bulunmuştur.

## TARTIŞMA

Bu araştırmanın amacı Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duyusal iyi oluş (pozitif ve negatif duygu durumu) ile otantik olma puanları arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Ülke ve cinsiyet değişkenine göre de bazı sonuçlar ortaya konmuştur. Araştırma sonuçlarından ilki otantik olma puanı arttıkça katılımcıların negatif duygu durumu puanı azalmış; pozitif duygu durumu puanı artmıştır. Otantik olmanın pozitif ve negatif duygu durumunu yordayıcılığı hem Türk öğrenciler için hem de İngiliz öğrenciler için anlamlı görülmüştür. Fakat açıklanan varyanslara bakıldığında Otantik olma pozitif duygu durumu için önemliken ( $R^2_{(TR\ için)}=\%15$ ;  $R^2_{(İNG\ için)}=\%15$ ) negatif duygu durumunu açıklamanın beklenenden daha kompleks olduğudur ( $R^2_{(TR\ için)}=\%8$ ;  $R^2_{(İNG\ için)}=\%7$ ). Bu sonucun anlamı, herhangi bir baskı altında kalmadan gerçek benliğin bağımsızca ortaya koyması bireyin zevk, umut, kendine güven, şefkat, gurur duyma gibi duyguların (Diener, Scollon, Lucas, 2003) artmasına yol açabileceğidir. Otantik olma negatif duygu durumunda açıkladığı varyans çok düşük olsa da ikisi arasındaki ilişki önceki çalışmalarla tutarlılık göstermektedir (Heine ve Lehman, 1999; Neff ve Suizzo, 2006). Regresyon analizi sonuçlarının iki ülkede de birbirine yakın olması otantik olma ve negatif duygu durumu ilişkisinin kültürden bağımsız olduğu yorumunu akla getirmektedir.

Araştırmanın diğer bir sonucu, İngiliz öğrencilerin otantik olma puanının Türk öğrencilerin puanlarına nazaran daha yüksek olduğudur. Bu sonuç göstermektedir ki İngiliz araştırma grubundaki gençler olumlu ve olumsuz yönlerine ilişkin farkındalığa sahip, kendini değerlendirmede yansız, kendi değerleriyle ve tercihleriyle uyum içinde, yakın ilişkilerinde açık, içten (Kernis ve Goldman, 2006), ve gerçek benliklerini ortaya koyabilmektedirler (Kernis, 2003). Elde edilen bu sonuç üzerinde kültürün etkili olabileceği düşünülmektedir. Çünkü kültür benlik oluşumunda etkilidir (Kağıtçıbaşı, 2010). Batı toplumlarında daha baskın olduğu kabul edilen bireysel kültürde “ben” önceliklidir ve “kimlik” toplumun kurallarını arkada bırakarak yapılır. Aile, cemiyet, gelenek, ulus ya da genel geçer roller “ben”i tanımlamaz. Bu kültür kişiye özgürlük sağlamakla birlikte kendi hayatını yönetme hakkı vermektedir. Kişi kararlarını, aile, akran, inanç, kariyer, eş, arkadaş, kişisel amaçlar ya da değer yargılarından bağımsız alabilir. Bunun aksine, toplulukçu toplumlarda bireyler grup içi davranışlarda birlikte hareket etmekte; kendi amaçlarını toplumsal amaçların gerisinde tutmaktadır. “Kimlik” bireysel özelliklerden ziyade sosyal sisteme dayalı oluşur. Kişinin önemi içinde bulunduğu büyük gruptaki konumundan ve rolünden ileri gelmektedir (Kağıtçıbaşı, 2010). Türk toplumu ise

özellikle 1980’li yıllardan sonra geleneksel/toplulukçu yapıdan modern/bireysel yapıya doğru bir değişim gösterse de (Göregenli, 1995; İmamoğlu, 1998; Kağıtçıbaşı, 1998) Batı ülkelerine kıyasla Türk toplumunda hâlâ toplulukçu kültürün karakteristik özellikleri hâkimdir (Kağıtçıbaşı, 2010; Uskul, Hynie ve Lalonde, 2004). Buradan hareketle Türk araştırma grubunun otantik olma puanının İngiliz öğrencilerine kıyasla daha düşük olması anlaşılabilir bir durumdur.

Araştırmanın başka bir sonucu, iki ülkenin öğrencileri arasında pozitif duygu durumunda fark yokken İngiliz gençlerin negatif duygu durumlarının Türk öğrencilerine kıyasla daha yüksek çıkmasıdır. Bu sonuç, İngiliz çalışma grubundaki öğrencilerin maddi-manevi kaynaklı olumsuzluklardan dolayı negatif duygularının yüksek olabileceği yorumunu akla getirmektedir. Fakat İngiltere’nin gelişmiş ülkeler arasında olması, refah düzeyinin Türkiye’ye oranla daha yüksek olması bu ihtimali sorgulatabilir. Kültürel açıdan bakıldığında ise bireysel kültürün olumlu-olumsuz duyguları tanıma ve ifade etme becerisini desteklemesi (Bagozzi, Wong ve Yi, 1999; Martinez ve Dukes, 1997; Markus ve Kitayama, 1991; Oyserman, Coon ve Kimmelmeier, 2002) bu sonuç üzerinde etkili olabilir. İngiliz ve Türk üniversite öğrencilerinin duygularını fark etme ve ifade etme yetilerinin karşılaştırıldığı bir çalışmada (Kuyumcu, 2012) Türk öğrencilerinin duygusal farkındalık ve duyguları ifade etme puanlarının daha düşük olduğu ortaya konmuştur. Araştırmanın bir önceki sonucu olan İngiliz çalışma grubunun otantik olma ortalamasının da daha yüksek olması bu kişilerin negatif duygularını fark edecek ve ne hissettiğini ifade edecek kadar farkındalık sahibi olduğunu, kendilerine karşı yansız olduklarını göstermektedir.

Cinsiyete dayalı sonuçlara bakıldığında ise kadın ya da erkek olmanın otantik olma üzerinde etkili olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Otantikliğin cinsiyete göre değişmediği sonucunu destekleyen araştırmalar (Neff ve Harter, 2002; Erickson ve Ritter, 2001) olduğu gibi kızların daha otantik olduğunu söyleyen araştırmalar da bulunmaktadır (İmamoğlu, Günaydın, & Selçuk, 2011; Neff & Suizzo, 2006; Theran, 2011). Benzer şekilde, pozitif ve negatif duygu durumlarının da cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonucu destekleyen araştırmalar olduğu gibi (Eryılmaz ve Ercan, 2011; Kuiper ve Martin, 1998), erkek öğrencilerin pozitif duygu durumunun kız öğrencilerden daha yüksek olduğunu ortaya koyan çalışmalar da vardır (Topal, 2011). Türk kız öğrenciler İngiliz kız öğrencilerle, Türk erkek öğrenciler İngiliz erkek öğrencilerle karşılaştırılmıştır. Sonuç olarak Türk kız öğrencilerinin otantik olma düzeyi ve negatif duygu durumu İngiliz kız öğrencilerine kıyasla daha düşüktür. Bu sonucun anlamı, katılımcı kız öğrenciler kendini özgürce ortaya koymasına da yaşamında olumsuz duygular İngiliz kız öğrencilere göre daha azdır. Türk erkek öğrencilerin ise sadece negatif duygu durumu İngiliz erkek öğrencilerine kıyasla daha düşüktür.

## SONUÇ

Sonuç olarak bu çalışmada, Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin otantik olması ile duyusal iyi oluş—pozitif-negatif duygu durumları—arasındaki ilişki ortaya konmuş olsa da araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak, sonuç-



lar sadece kültür bağlamında tartışılmıştır. Yeni araştırmalar çalışma grupları arasındaki kültür farkının diğer dinamiklerini (eğitim sistemi, ülke politikası, ekonomik gelişim, kentleşme, göç, kültürlerarası etkileşim, inanç, anne-baba tutumları vb.) inceleyebilir. Sonuçların genellenebilmesi için en az iki ya da daha fazla emik (kültürü, o topluma ait olan kendi ölçütlerine ve anlamlar sistemine göre değerlendiren bakış) araştırmaya; emik bulguların karşılaştırılması için ise kültürler arası bakış açısına ihtiyaç vardır (Kağıtçıbaşı, 2010). Bu nedenle benzer çalışmaların tekrarlanması yararlı olacağı söylenebilir. Araştırma, üniversite öğrencileri üzerinden oluşturulan çalışma grubuyla gerçekleştirilmiştir. Sonucun genellenebilmesine yardımcı olmak için araştırma daha geniş çalışma gruplarında ve diğer gelişim dönemlerinde olan (ergen, yetişkin gibi) bireyler üzerinde yürütülebilir. Yeni araştırmalarda değişkenler arasında neden-sonuç bilgisi verebilecek araştırma modelleri oluşturulabilir. Bu sınırlılıklara rağmen araştırma, otantik olma ile duyuşsal iyi oluş arasında ilişki olduğunu, bu ilişkinin ülke/kültüre göre farklılaşmasa da değişkenlerin bağımsız olarak ülke ve cinsiyete göre farklılaşabildiğini ortaya koymuştur. Bu sonuçların ileride yapılacak benzer çalışmalara zemin hazırlamış olabileceği düşünülmektedir. Çalışmaya dayanarak psikolojik danışma uygulayıcıları duyuşsal iyi oluşla özellikle de pozitif duygu durumuyla ilgili hazırlayacakları danışma programlarına otantik olmayı dâhil edebilirler; bireylerin otantik olmalarını destekleyici ortamlar yaratılabilir. Özellikle uluslararası öğrencisi olan üniversitedeki uygulayıcılar hazırlayacakları psikolojik danışma ya da diğer rehberlik programlarda kültürel farklılaşmayı—iki ülkenin hemcinsleri arasında otantik olma ve negatif duygu durumunun farklılaşmasına istinaden—göz önünde bulundurulabilir.

### KAYNAKLAR

- Aycan, Z. (2002). *Kültürlerarası psikoloji araştırmaları: Kuramsal yaklaşımlar ve yöntem*. XII. Ulusal Psikoloji Kongresi. (9-13 Eylül). (Bildiri). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Aydoğan, D., Özbay, Y., & Büyüköztürk, Ş. (2017). Özgünlük Ölçeği'nin uyarlanması ve özgünlük ile mutluluk arasındaki ilişkide maneviyatın aracı rolü. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 38-59.
- Bagozzi, R. P., Wong, N., & Yi, Y. (1999). The role of culture and gender in the relationship between positive and negative affect. *Cognition & Emotion*, 13(6), 641-672.
- Baştuğ, G., Metin, S. C., & Bingöl, E. (2014). Investigation of perceived stress levels together with positive and negative moods of students in school of physical education and sports. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(4), 72-79. Retrieved from <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/91755>
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik*. Ankara: Pegem Akademi.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E. (2006). Guidelines for national indicators of subjective well-being and ill-being. *Journal of Happiness Studies*, 7, 397-404.
- Diener, E. & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181-185.
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. *Subjective Well-being: An Interdisciplinary Perspective*, 21, 119-139.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Dua, J. K. (1993). The role of negative affect and positive affect in stress, depression, self-esteem, assertiveness, Type A behaviors, psychological health, and physical health. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 119(4), 515-552.
- Dua, J. K. (1994). Comparative predictive value of attributional style, negative affect, and positive affect in predicting self-reported physical health and psychological health. *Journal of Psychosomatic Research*, 38(7), 669-680.
- Erickson, R. J., & Ritter, C. (2001). Emotional labor, burnout, and inauthenticity: Does gender matter? *Social Psychology Quarterly*, 64(2) 146-163.
- Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları, kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 139-151.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218.
- Fredrickson, B. L., & Losada, M. F. (2005). Positive affect and the complex dynamics of human flourishing. *American Psychologist*, 60(7), 678.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif-negatif duygu öçeği: Geçerlik ve güvenilirlik araştırması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46),19-26.
- Goldman, B. M., & Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5(6), 18-20.
- Göregenli, M. (1995). Kültürümüz açısından bireycilik-toplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç araştırması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10(35), 1-14.
- İlhan, T., & Özdemir, Y. (2013). Otantiklik ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik araştırması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(40), 142-153.
- İmamoğlu, O. (1998). Individualism and collectivism in a model and scale of balanced differentiation and integration. *Journal of Psychology*, 132(1), 95-105.
- İmamoğlu, E. O., Günaydin, G., & Selçuk, E. (2011). Özgün benliğin yordayıcıları olarak kendileşme ve ilişkililik: Cinsiyetin ve kültürel yönelimlerin ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 27.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1998). *Kültürel psikoloji: Kültür bağlamında insan ve aile*. İstanbul: Evrim Yayınevi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi kültürel psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.

- Karasar, N. (1995). *Bilimsel araştırma yöntemi*. (7. Basım). Ankara: 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık.
- Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*, 14, 1-26.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: Theory and research. *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 283-357.
- Kifer, Y., Heller, D., Perunovic, W. Q. E., & Galinsky, A. D. (2013). The good life of the powerful: The experience of power and authenticity enhances subjective well-being. *Psychological Science*, 24(3), 280-288.
- Kim, J., & Hatfield, E. (2004). Love types and subjective well-being: A cross-cultural study. *Social Behavior and Personality*, 32(2), 173-182.
- Kuiper, N. A., & Martin, R. A. (1998). Laughter and stress in daily life: Relation to positive and negative affect. *Motivation and Emotion*, 22(2), 133-153.
- Kuyumcu, B. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin duygusal farkındalık duyguları ifade etme ve psikolojik iyi oluşlarının ülke ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(1).
- Lopez, F. G., & Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 362-371.
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success?. *Psychological Bulletin*, 131(6), 803.
- Lyubomirsky, S., Sousa, L., & Dickerhoof, R. (2006). The costs and benefits of writing, talking, and thinking about life's triumphs and defeats. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(4), 692-708.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Martinez, R. O., & Dukes, R. L. (1997). The effects of ethnic identity, ethnicity, and gender on adolescent well-being. *Journal of Youth and Adolescence*, 26(5), 503-516.
- McCullough, G., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2000). Life events, self-concept, and adolescents' positive subjective well-being. *Psychology in the Schools*, 37(3), 281-290.
- 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.
- Neff, K. D., & Harter, S. (2002). The role of power and authenticity in relationship styles emphasizing autonomy, connectedness, or mutuality among adult couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19(6), 835-857.
- Neff, K. D., & Suizzo, M. A. (2006). Culture, power, authenticity and psychological well-being within romantic relationships: A comparison of European American and Mexican Americans. *Cognitive Development*, 21(4), 441-457.
- Oyserman, D., Coon, H., & Kimmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: Evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128(1), 3-72.
- Özdemir, Y., & İlhan, T. (2013). Benlik kurguları ve öznel iyi oluş: Otantik olmanın aracılık rolü. *Uluslararası Sosyal Bilim Dergisi*, 6(2), 593-611.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 25-39.
- 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., LaGuardia, J. G., & Rawsthorne, L. J. (2005). Self-complexity and the authenticity of self-aspects: Effects on well being and resilience to stressful events. *North American Journal of Psychology*, 7(3), 431-448.
- 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.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychology*, 55(1), 5-14.
- Spencer Rodgers, J., Boucher, H. C., Peng, K., & Wang L. (2009). Cultural differences in self-verification: The role of naive dialecticism. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 860-866.
- Theran, S. A. (2011). Authenticity in relationships and depressive symptoms: A gender analysis. *Personality and Individual Differences*, 51, 423-428.
- Topal, M. (2011). *Üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma stilleri ve pozitif ve negatif duygu arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış yüksek lisan tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Triandis, H. C. (1994). Theoretical and methodological approaches to the study of collectivism and individualism. In U. Kim, H. C. Triandis, Ç. Kağıtçıbaşı, S. C. Choi, & G Yoon. (Eds.), *Individualism and collectivism* (pp. 41-52). London: Sage publication.
- Uskul, A. K., Hynie, M., & Lalonde, R. N. (2004). Interdependence as a mediator between culture and interpersonal closeness for Euro-Canadians and Turks. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 174-191.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385.
- Zheng, X, Sang, D., & Wang, L. (2003). Acculturation and subjective well-being of Chinese students in Australia. *Journal of Happiness Studies*, 5, 57-72.