

**T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
TEMEL EĞİTİM ANA BİLİM DALI
SINIF EĞİTİMİ BİLİM DALI**

**İLKOKUL ÇOCUKLARINDA MUTLULUK VE MİZAÇ
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

**Hazırlayan
Ümmügülsüm TANRIVERDİ**

**Danışman
Doç. Dr. Alper KAŞKAYA**

Eylül 2025, ERZİNCAN

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK

“İlkokul Çocuklarında Mizaç ve Mutluluk İlişkisinin İncelenmesi” isimli **“Yüksek Lisans”** tezim tarafımda incelenmiştir. Buna göre tezimde bilimsel etik ihlali ve intihal olarak nitelendirilebilecek herhangi bir durum olmadığını taahhüt ederim. Bu çalışmadaki tüm bilgilerin, akademik ve etik kurallara uygun bir biçimde elde edildiğini; aynı zamanda bu kural ve davranışların gerektirdiği gibi, bu çalışmanın özünde olmayan tüm materyal ve sonuçları tam olarak aktardığımı ve referans gösterdiğimi beyan ederim.

Ümmügülsüm TANRIVERDİ

T.C.
ERZİNCAN BİNALİ YILDIRIM ÜNİVERSİTESİ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü

Ana Bilim Dalı : Temel Eğitim
Program Adı : Tezli Yüksek Lisans
Tez Başlığı : İlkokul Çocuklarında Mutluluk ve Mizaç İlişkisinin
İncelenmesi

Yukarıda bilgileri verilen tez çalışmasının a) Giriş b) Ana bölümler ve c) Sonuç kısımlarından oluşan (Kapak, Ön söz, Özet, İçindekiler ve Kaynakça hariç) toplam 69 sayfalık kısmına ilişkin 26/09/2025 tarihinde **Turnitin** intihal programından aşağıda belirtilen filtreleme uygulanarak alınmış olan özgünlük raporuna göre tezin benzerlik oranı %8'dir.

Filtrelemeye tırnak içerisindeki alıntılar dahil edilmiştir. Filtrelemede yedi (7) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç tutulmuştur.

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez İntihal Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmasının herhangi bir intihal içermediğini, aksinin tespit edilmesi durumunda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Gereğini bilgilerinize arz ederim. 26/09/2025

Danışman: Doç. Dr. Alper KAŞKAYA

Öğrenci: Ümmügülsüm TANRIVERDİ

KILAVUZA UYGUNLUK

“İlkokul Çocuklarında Mutluluk ve Mizaç İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı Yüksek Lisans Tezi Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Lisansüstü Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak hazırlanmıştır.

Hazırlayan

Ümmügölsüm TANRIVERDİ

Danışman

Doç. Dr. Alper KAŞKAYA



KABUL VE ONAY TUTANAĞI

Doç. Dr. Alper KAŞKAYA danışmanlığında **Ümmügülsüm TANRIVERDİ** tarafından hazırlanan “**İlkokul Çocuklarında Mutluluk ve Mizaç İlişkisinin İncelenmesi**” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Temel Eğitim Ana Bilim Dalı Sınıf Eğitimi Bilim Dalı’nda **Yüksek Lisans Tezi** olarak oy birliği kabul edilmiştir.

26/09/2025

JÜRİ:

Danışman	: Doç. Dr. Alper KAŞKAYA	(İmza)
Üye	: Prof. Dr. İhsan ÜNLÜ	(İmza)
Üye	: Prof. Dr. Oğuzhan Kuru	(İmza)

ONAY:

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu'nun /.... /2023 tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

..... /..... /2025

Prof. Dr. Necdet TOZLU

Enstitü Müdürü

ÖNSÖZ

Tez sürecim boyunca yol gösteren, olumlu tavrıyla cesaretlendiren, bilgi birikimiyle çalışmama destek olan danışmanım Doç. Dr. Alper KAŞKAYA hocama, tez savunmamda değerli görüşlerini paylaşarak tezime katkı sunan ve yol gösteren değerli jüri üyeleri Prof. Dr. İhsan ÜNLÜ ve Prof. Dr. Oğuzhan KURU hocalarıma teşekkür ederim.

Çalışma sürecimde bilgi ve desteklerini esirgemeyen, vaktini ayıran Dr. Öğr. Üyesi Ümit DOĞAN'a ve bu süreçte her zaman yanımda olan arkadaşım Burcu SAĞLAM DOĞAN'a teşekkür ederim.

Son olarak aldığım kararları her zaman destekleyen, tez sürecimde beni cesaretlendiren ve sabırla yanımda olan aileme, eşime ve çocuklarıma sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Ümmügülsüm TANRIVERDİ, Erzincan, 2025

İLKOKUL ÇOCUKLARINDA MUTLULUK VE MİZAÇ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Ümmügülsüm TANRIVERDİ

Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Yüksek Lisans Tezi, Eylül 2025

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Alper KAŞKAYA

ÖZET

İnsan yaşamının giderek daha karmaşık ve zor bir hal almasıyla birlikte mutluluk kavramının, son zamanlarda daha fazla önem kazandığı görülmektedir. Literatürde mutluluk üzerine yapılan çalışmalarla birlikte farklı alanlarda yapılmış pek çok tanım ve mutluluğu etkileyen faktör ortaya koyulmuştur. Bunların en önemlilerinden biri ise kişiliğin öncüllerinden biri olarak kalıtsal bir şekilde çocuğa geçtiği ifade edilen mizaçtır. Mizaç, bebeklik döneminde ortaya çıkan bireysel farklılıkları yansıtan farklı davranış boyutları olarak tanımlanmaktadır. Mutluluk kavramı ise genel olarak bireyin hayatından memnun olması, iyi olma hâli ve saadete ulaşması şeklinde açıklanmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı, ilkokul çağındaki çocukların mizaçları ile mutlulukları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma, 2023–2024 eğitim-öğretim yılı güz yarıyılında Erzincan ili merkezinde eğitim gören ilkokul dördüncü sınıf öğrencileri ve velilerinden/vasilerinden oluşan bir örneklem üzerinde yürütülmüştür. Katılımcı bilgi formu, EAS Mizaç Ölçeği, Öznel Mutluluk Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği’nden oluşan anket formu aracılığıyla basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak 242 öğrenci ve ilgili öğrencilerin velilerine/vasilerine ulaşılmıştır. Bulgular, mizacın alt boyutlarından duygusallık ve sosyallik ile mutluluk arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğunu, bununla beraber, mizacın aktivite boyutu ile mutluluk arasında ise istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, Mizaç, Mizaç Türleri, İlkokul Öğrencileri

EXPLORING THE RELATIONSHIP BETWEEN HAPPINESS AND TEMPERAMENT IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Ümmügülsüm TANRIVERDİ

Erzincan Binali Yıldırım University

Graduate School of Social Sciences

Master Thesis, September 2025

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Alper KAŞKAYA

ABSTRACT

As life becomes more complex, the concept of happiness has gained importance. Literature presents various definitions and factors influencing happiness, among which temperament, a hereditary precursor to personality, is considered key. Temperament is defined as the set of behavioral dimensions that reflect individual differences emerging during infancy. The concept of happiness, on the other hand, is generally described as an individual's satisfaction with life, sense of well-being, and attainment of contentment. In this context, the present study aims to examine the relationship between temperament and happiness among primary school children. The research was conducted on a sample of fourth-grade primary school students studying in primary schools in the city center of Erzincan and their parents or guardians during the fall semester of the 2023-2024 academic year. Using convenience sampling method, data were collected from 242 students and their parents or guardians through a questionnaire that included a Participant Information Form, the EAS Temperament Survey, the Subjective Happiness Scale, and the Oxford Happiness Questionnaire. The findings revealed a statistically significant relationship between the emotionality and sociability dimensions of temperament and happiness. However, no significant relationship was found between the activity dimension of temperament and happiness.

Keywords: Happiness, Temperament, Temperament Types, Primary School Students

İÇİNDEKİLER

İLKOKUL ÇOCUKLARINDA MUTLULUK VE MİZAÇ İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

BİLİMSEL ETİĞE UYGUNLUK.....	i
TEZ ÖZGÜNLÜK SAYFASI	ii
KILAVUZA UYGUNLUK.....	iii
KABUL VE ONAY TUTANAĞI	iv
ÖNSÖZ	v
ÖZET	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER.....	viii
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....	xi
TABLolar LİSTESİ	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ	xiv
GİRİŞ.....	1

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR

1.1. Mizaç	9
1.1.1. Mizaca Etki Eden Etmenler	10
1.1.2. Mizaç Yaklaşımları	13
1.1.3. Mizacın Boyutları	19
1.2. Mutluluk	21
1.2.1. Mutluluğa Etki Eden Faktörler	21
1.2.2. Mutluluğun Türleri	24
1.2.3. Mutluluğun Boyutları	26

1.3. Mizaç ve Mutluluk İlişkisi.....	28
1.4. Konuyla İlgili Yapılan Çalışmalar	29
1.4.1. Mizaç ile İlgili Yapılmış Çalışmalar	29
1.4.2. Mutluluk ile İlgili Yapılan Çalışmalar	32
1.4.3. Mizaç ve Mutluluk İlişkisi Üzerine Yapılan Çalışmalar	34

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli.....	36
2.2. Evren ve Örneklem.....	36
2.3. Veri Toplama Araçları.....	38
2.4. Veri Toplama Süreci	39
2.5. Veri Analizi	40
2.6. Ölçeklerin Güvenilirlik ve Geçerlilikleri.....	40
2.6.1. EAS Mizaç Ölçeği'nin Güvenirlilik ve Geçerliliği	41
2.6.2. Mutluluk Ölçeklerinin Güvenilirlik ve Geçerlilikleri.....	47

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR ve YORUM

3.1. Tanımlayıcı İstatistikler	51
3.2. EAS Duygusalılık Boyutu ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	53
3.2.1. EAS Duygusalılık Boyutu ile Öznel Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular	54
3.2.2. EAS Duygusalılık Boyutu ile Oxford Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular	55
3.3. Sosyallik Özellikleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular.....	56

3.3.1. EAS Sosyallik Boyutu ile Öznel Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular	57
3.3.2. EAS Sosyallik Boyutu ile Oxford Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular	58
3.4. Aktivite Özellikleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular	60
3.4.1. EAS Aktivite Boyutu ile Öznel Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular	60
3.4.2. EAS Aktivite Boyutu ile Oxford Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular	61
SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER	63
KAYNAKÇA	70
EKLER	78
ÖZ GEÇMİŞ	86

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

AFA : Açımlayıcı Faktör Analizi

DFA : Doğrulayıcı Faktör Analizi



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 2.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri	37
Tablo 2.2: Duygusallık Boyutu Cronbach Alfa Değeri.....	41
Tablo 2.3: Duygusallık Madde-Toplam Korelasyonları	41
Tablo 2.4: Sosyallik Boyutu Cronbach Alfa Değeri	41
Tablo 2.5: Sosyallik Madde-Toplam Korelasyonları	42
Tablo 2.6: Aktivite Boyutu Cronbach Alfa Değeri	42
Tablo 2.7: Aktivite Madde-Toplam Korelasyonları	43
Tablo 2.8: Aktivite Madde-Toplam Korelasyonları	43
Tablo 2.9: Utangaçlık Boyutu Cronbach Alfa Değeri.....	44
Tablo 2.10: Utangaçlık Madde Toplam Korelasyonları.....	44
Tablo 2.11: Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları.....	45
Tablo 2.12: Ölçeklerin Güvenilirlik ve Geçerlilik Düzeyleri	46
Tablo 2.13: Öznel Mutluluk Ölçeği Cronbach Alfa Değeri.....	47
Tablo 2.14: Öznel Mutluluk Ölçeği Madde-Toplam Korelasyon	47
Tablo 2.15: Öznel Mutluluk Ölçeği Omega ve Alfa Güvenirlik Değerleri	48
Tablo 2.16: Öznel Mutluluk Ölçeği Madde-Toplam Korelasyon	48
Tablo 2.17: Oxford Mutluluk Ölçeği Cronbach Alfa Değeri.....	48
Tablo 2.18: Oxford Mutluluk Ölçeği Madde-Toplam Korelasyon	49
Tablo 2.19: Ölçeklerin Güvenilirlik ve Geçerlilik Düzeyleri	49
Tablo 3.1: Mizaç Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	51
Tablo 3.1: Mizaç Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler (Devamı).....	52
Tablo 3.2: Mutluluk Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	52
Tablo 3.2: Mutluluk Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler (Devamı).....	53
Tablo 3.3: Korelasyon Analizi Sonuçları	53

Tablo 3.4: Regresyon Modeli Özeti	54
Tablo 3.5: ANOVA Sonuçları	54
Tablo 3.6: Regresyon Katsayılar Tablosu	55
Tablo 3.7: Regresyon Modeli Özeti	55
Tablo 3.8: ANOVA Sonuçları	55
Tablo 3.9: Regresyon Katsayıları.....	56
Tablo 3.10: Korelasyon Analizi Sonuçları	57
Tablo 3.11: Regresyon Modeli Özeti	57
Tablo 3.12: ANOVA Sonuçları	58
Tablo 3.13: Regresyon Katsayılar Tablosu	58
Tablo 3.14: Regresyon Modeli Özeti	59
Tablo 3.15: ANOVA Sonuçları	59
Tablo 3.16: Regresyon Katsayılar Tablosu	59
Tablo 3.17: Korelasyon Analizi Sonuçları	60
Tablo 3.18: Regresyon Modeli Özeti	61
Tablo 3.19: ANOVA Sonuçları	61
Tablo 3.20: Regresyon Katsayılar Tablosu	61
Tablo 3.21: Regresyon Modeli Özeti	62
Tablo 3.22: ANOVA Sonuçları	62
Tablo 3.23: Regresyon Katsayılar Tablosu	62

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 2.1: EAS Mizaç Ölçeği Geçerlilik Sonucuna İlişkin Şekilsel Gösterim.....	46
Şekil 2.2: Öznel Mutluluk ve Oxford Mutluluk Ölçeklerine Ait Geçerlilik Sonucuna İlişkin Şekilsel Gösterim	50



GİRİŞ

İnsan yaşamının giderek daha karmaşık ve zor bir hal almasıyla birlikte mutluluk kavramının, son zamanlarda daha fazla önem kazandığı görülmektedir. Ebeveynler çocuklarının mutlu olmasını ister, işverenler çalışanlarının mutluluğunu önemser ve öğretmenler öğrencilerinin mutlu olmasını hedefler. Genel olarak, insanların çoğu mutluluk duygusunu yaşamamanın ve mutlu olmanın yollarını aramaktadır.

Literatürde mutluluk üzerine yapılan çalışmalarla birlikte farklı alanlarda yapılmış pek çok tanım ve mutluluğu etkileyen faktör ortaya koymuştur. Bu faktörlerden bazıları yaş, gelir, eğitim düzeyi, cinsiyet ve geçmiş yaşantı durumları gibi demografik ve sosyal faktörler olarak ifade edilmiştir (Şeker, 2009, s. 117; Arıcı Yalvaç, 2020). Literatür taramasında yetişkinlerin mutluluk algılarına yönelik çalışmalara sıkça rastlansa da ilkökul çağındaki çocuklar üzerine yapılan çalışmalar oldukça azdır. Bu çalışmalar, çocukların mizacı ile mutlulukları arasında güçlü bir ilişki olduğunu ve daha girişken, sosyal ve hareketli çocukların daha mutlu olduklarını göstermektedir (Parfitt & Eston, 2005; Quick, 2014). Mizaç özelliklerinin kalıtsal olarak doğuştan geldiğini savunan bir kesim olmasına rağmen sonradan yaşantı, ebeveyn tutumu gibi faktörlerden etkilenecek değişime uğrayabileceğini savunan bir kesim de vardır (Kahraman & Yılmaz Irmak, 2019). Çocuklarının mizaç özelliklerini doğumdan itibaren fark edebilen ebeveynler bu sayede çocuklarını yönlendirme daha bilinçli davranabilirler. Mizaçları doğrultusunda yönlendirilen çocukların mutluluk düzeylerinin bu durumdan olumlu olarak etkilenmesi beklenmektedir.

Problem Durumu

Mizaç, bebeklik döneminde ortaya çıkan bireysel farklılıklar şeklinde kavramsallaştırılan farklı davranış boyutları olarak tanımlanmaktadır. Başka bir tanımda ise mizaç, çocuğun ebeveynlerinden kalıtsal olarak gelen ve davranış kalıplarını şekillendiren kişisel özellikler seti olarak tanımlanmaktadır (Sönmez, 2019, s. 3). Her ne kadar mizaç araştırmacıları arasında ilgili boyutların sayısı ve doğası konusunda kesin bir uzlaşma olmasa da bu boyutların genel anlamda aktivite, duygusallık, duygusal yoğunluk ve geri çekilmeyi içerdiği ifade edilmektedir. Ayrıca büyük çoğunlukla mizacın kalıtsal olduğu ve mizacın çevresel ve bağlamsal etkenlerden etkilendiği kabul edilmektedir (Else-Quest vd., 2006). Mizacın çocukların kişilik oluşumu ve sosyal gelişimi üzerinde

etkili olduğu bilinmektedir (Cloninger, 1994; Yavuz-Müren vd., 2022). Aynı zamanda mutlulukla da yakından ilişkili olduğu ifade edilmektedir. Örneğin; daha dışa dönük ve daha az utangaç bir mizaca sahip çocukların daha mutlu olduğu ya da daha az kaygılı bir mizaca sahip çocukların daha mutlu oldukları düşünülmektedir (Holder & Coleman, 2008).

Mutluluk kavramına tarih boyunca farklı anlamlar yüklenmiştir. Genel olarak, bireyin hayatından memnun olma, iyi olma ve saadet haline ulaşma durumunu ifade eder. Mutluluk; yaşam doyumu, yaşam memnuniyeti, iyi oluş ve yaşam kalitesi gibi boyutlara sahiptir. Mutluluk algısının ise fiziksel ve sosyal çevre, demografik, ekonomik ve sosyo-ekonomik yapı, eğitim gibi değişkenlerden etkilendiğı belirtilmektedir (Arıcı Yalvaç, 2020). Bir başka deyişle, kişinin doğup büyüdüğü ortam, aldığı eğitim, yaşam standardı gibi pek çok etken mutluluğuna etki etmektedir. Mutluluk kavramının literatürde kimler açısından ve hangi bağlamlarda ele alındığını ortaya koymak amacıyla yapılan tarama sonucunda yetişkinler ve özellikle üniversite öğrencilerinin mutluluk algıları üzerine yapılmış çalışmaların fazla sayıda olduğu görülürken çocuklar üzerine yapılan oldukça az çalışmaya rastlanmıştır. Mutluluk üzerine yapılan çalışmalarda mutlu insanlardan daha başarılı, daha istekli, olumsuz durumlardan sonra kendini daha çabuk toparlayabilen insanlar olarak bahsedilmektedir. Ayrıca, sevdikleri kişilerle vakit geçirmek, ödül kazanmak, seyahat aktivitelerinde bulunmak, dilekleri yerine getirmek ve şükretmenin çocukların mutluluk seviyelerini artırdığı belirtilmektedir (Fakhri vd., 2021).

Ulusal yazında ilkokul çağındaki çocukların mutlulukları üzerine çalışmalara rastlanmamakla birlikte uluslararası yazına bakıldığında ilkokul çocuklarında mutluluk üzerine yapılan araştırmalar, çocukların mizacı ile mutlulukları arasında güçlü bir ilişki bulunduğunu ve daha girişken, daha sosyal ve daha hareketli çocukların daha mutlu olduklarını ortaya koymaktadır (Klassen ve Hons, 2008). Çocuklarda mizaç ve mutluluk arasındaki ilişkinin belirlemesi halinde, mizacın çocukların mutluluğundaki bireysel farklılıkları açıklamaya nasıl yardımcı olabileceğinin daha iyi anlaşılacağı ve hangi mizaca sahip çocukların daha düşük düzeyde mutluluk yaşama olasılığının daha yüksek olduğunun tahmin edilebileceği mümkün görülmektedir (Holder & Coleman, 2008). Literatürde ilkokul çocuklarının mizaç ve mutluluğu üzerine yapılan çalışmalardan ve Holder ve Coleman (2008) tarafından ortaya atılan düşünceden hareketle okul öncesi dönemde mizaçları şekillendiğı öne sürülen çocukların ilkokul dönemlerinde

mizaçlarının belirlenerek hangi hallerde mutlu olabildiklerinin ortaya koyulmasının, ebeveynlerin çocuklarının geleceğini şekillendirirken atacakları adımlar için bir rehber olacağı değerlendirilmektedir. Sonuç olarak, ilkokul çağındaki çocukların mutluluk durumları ile mizaçları arasında nasıl bir ilişki olduğu merak konusudur.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, ilkokul dördüncü sınıf öğrencilerinin mizaç özellikleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma kapsamında mizacın alt boyutları olan duygusallık, sosyallik, aktivite ve utangaçlık boyutlarının, çocukların öznel mutluluk ve genel mutluluk düzeyleri (Oxford Mutluluk) arasındaki ilişkiler analiz edilecektir.

Araştırmanın Alt Amaçları

1. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin duygusallık özellikleri ile Öznel mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?
2. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin duygusallık özellikleri ile Oxford mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?
3. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin sosyallik özellikleri ile Öznel mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?
4. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin sosyallik özellikleri ile Oxford mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?
5. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin aktivite özellikleri ile Öznel mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?
6. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin aktivite özellikleri ile Oxford mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?

7. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin utangaçlık özellikleri ile Öznel mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?

8. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin utangaçlık özellikleri ile Oxford mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?

Araştırmanın Önemi

Mizaç, kalıtım temelinde ortaya çıkan ve büyümenin ilk aylarından itibaren çocuklar üzerinde görülen duygu ve davranış kalıplarındaki örüntülerdir. Bu duygu ve davranış örüntüleri bireylerin yaşamlarına, tepkilerine, düşüncelerine, davranışlarına yön vermektedir (Kahraman & Yılmaz Irmak, 2019). Mutluluk kavramı ise bireyin genel olarak hayatından memnun olmasıdır.

Mizacın mutluluk ile ilişkisine bakılacak olursa bireylerin sahip oldukları özellikleriyle mutlulukları arasında güçlü bir bağ olduğu ifade edilebilir. Mizaç sadece davranışsal düzeyde değil, aynı zamanda erken yaşlardan itibaren gözlemlenebilen nörofizyolojik farklılıklarla da ilişkilidir. Bu sebeple mutluluk gibi duygusal tepkileri anlamak için mizaç temelinde yürütülen çalışmalar, biyolojik ve gelişimsel alt yapıyı da ortaya koymaktadır. Mutluluk duygusunun artırılması ve sürdürülmesi üzerine yapılan çalışmalarda mizaç, önemli bir etken olarak saptanmıştır. İlgili çalışmaların sonucunda, mizacın da içinde yer aldığı kalıtsal etkenlerin mutluluğun %20-50 oluşturduğu görülmüştür (Lomas & VanderWeele, 2023). Bu sonuca paralel olarak başka bir çalışma, mutluluktaki çeşitliliğin %32-40'ını kalıtımın oluşturduğunu ortaya koymaktadır (Nes & Røysamb, 2017). Mizacın gelişim psikolojisi üzerindeki etkisini araştıran farklı bir çalışma ise ergenlik döneminde belirlenen mizaç profillerinin 20 yıl sonraki mutluluk ve sağlıkla ilişkisini araştırmıştır. Çalışma sonuç olarak, çocukluk/ergenlik döneminde saptanan mizaç özelliklerinin, bireyin yetişkinlikteki mutluluğunun önemli etkenlerinden biri olduğunu saptamıştır. Böylece, mizaç ve mutluluk arasındaki bu ilişkinin geçici değil, uzun vadeli bir ilişki olduğu değerlendirilmektedir (Guerin vd., 2023). Bu nedenle, mizaç ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelenmesi, küçük yaşlardan itibaren insan davranışlarının anlaşılmasına katkıda bulunacağından kritik bir öneme sahiptir.

Yapılan literatür taraması sonucunda mutluluk ve mizaç ilişkisine odaklanan çalışmaların çok sınırlı olduğu görülmüştür. Klassen (2008) Amerika'nın Orta Okanagan eyaletinde gerçekleştirdiği araştırmada, ilkököl öğrencilerinde mizaç ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Holder vd. (2012), Hindistan'daki çocuklardan oluşan örneklem üzerinde yürüttüğü çalışmada kişilik ve mutluluk arasındaki bağı incelemiştir. Ato & Galián (2025), İspanyol üniversite öğrencileri ve aileleri üzerine gerçekleştirdikleri araştırmada mizacın mutluluğa etkisini incelemiştir. Holder & Coleman (2008), mizaç, popülerlik ve fiziksel görünümün çocukların mutluluğuna katkısına yönelik yaptıkları çalışmada içsel ve dışsal etkenlerin mutluluğa etkisini incelemiştir. Viñas vd. (2014), 12-16 yaş arası ergenlerden oluşan bir örneklemde mizaç ve kişisel refahın mutlulukla ilişkisini incelemiştir. Guerin vd. (2023), ergenlik dönemindeki bireylerin mizaçlarının yetişkinliklerindeki mutlulukları ve sağlıklarıyla olan ilişkilerini incelemiştir. Cleveland (2014), inanç temelli ilkökullardaki çocukların mutluluk, mizaç ve maneviyatları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. İlgili çalışmalar incelendiğinde çalışmaların farklı ülkelerden örneklemlemlerle gerçekleştirildikleri görülmekle beraber farklı çalışmalarda bireylerin bebeklikten itibaren çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik gibi farklı dönemlerinin araştırıldığı anlaşılmaktadır. Bununla beraber, mutluluk ve mizaç ilişkisinin araştırıldığı çocukluk dönemi üzerine yürütülen çalışmalar uluslararası literatürde yer alsa da ulusal literatürde bir çalışma yer almamaktadır. Bu doğrultuda mevcut çalışma, ulusal düzeyde ilkököl çocuklarında mizacın mutluluğa etkisini incelemesi sebebiyle literatürdeki diğer çalışmalardan ayrılmaktadır. Bu yönüyle özgün olan mevcut tez çalışması, ulusal literatür ve pratiğe sunacağı katkı dolayısıyla önem arz etmektedir.

İlkököl öğrencilerinin mizaçları ile mutlulukları arasındaki ilişkiyi araştıran bu tez çalışmasında, toplam 242 ilkököl dördüncü sınıf öğrencisinden veri toplanmıştır. Çalışmada 4. sınıf öğrencileri ile çalışılmasının sebepleri birkaç madde altında ifade edilebilir:

- 4. sınıf öğrencilerinin okuma–yazma, okuduğunu anlama ve düşünme seviyelerinin 1., 2. ve 3. sınıf öğrencilerine göre daha gelişmiş olmaları,
- Bu sınıf düzeyindeki öğrencilerin kendini tanıma ve ifade etme becerileri bakımından daha ileri seviyede olmaları,

- Bu sınıf düzeyindeki öğrencilerin anketlerde yer alan kavramlara ilişkin bilgilere sahip olmaları beklendiğinden ilkökul düzeyinin son sınıfına denk gelen 4. sınıf öğrencileri tez çalışması kapsamında örnekleme dahil edilmiştir.

İlkokul çocuklarının mizaçlarının mutluluk düzeyleri üzerindeki etkisini inceleyen bu çalışmanın, öncelikle ilkökul eğitimi ve çocuk gelişimi alanlarına katkı sağlaması, aynı zamanda ebeveynler ile eğitimcilerin, çocukların mizaç özelliklerini dikkate alarak onların mutluluklarını destekleyici yaklaşımlar geliştirmelerine rehberlik etmesi beklenmektedir. Araştırma sonuçlarının, çocukların kendilerini daha iyi tanımalarına ve bireysel özelliklerine uygun seçimler yapabilmelerine katkı sunacağı öngörülmektedir. Bununla birlikte, ebeveynlerin, öğretmenlerin ve çocuklarla etkileşim hâlindeki diğer yetişkinlerin, çocuklara mizaçları doğrultusunda yaklaşımları konusunda farkındalık geliştirmelerine de katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çerçevede, tez kapsamında sunulması beklenen olası katkılar aşağıda sıralanmaktadır:

- Mizaç kaynaklı farklılıkların mutluluğun üzerindeki etkilerini bilmek, öğretmenlerin sınıf içi uygulamalarda, öğretim yöntemlerinde bireysel farklılıkları gözetmelerini sağlayacaktır. Böylelikle öğrencilerde öğrenme motivasyonunun olumlu yönde etkilenmesi beklenmektedir.

- Öğretmenler için sınıftaki mizaç kaynaklı bireysel farklılıklar dikkate alınarak öğretim sürecinde uygulanan yöntemlerde kişiselleştirmeye yardımcı olabilir. Mizaç özelliklerinin dikkate alınmasının çocukların mutluluk düzeylerini ve dolayısıyla okul başarısı ve sosyal uyumlarını destekleyeceği değerlendirilmektedir.

- Çocukların dikkat süreçleri ve duygu düzenleme becerileri mizaçla yakından ilişkilidir. Ebeveynler farkında olmaları halinde çocuklarına daha uygun destek stratejileri geliştirebileceklerdir. Bu ise çocukların mizaçlarının farkında olarak onları nelerin daha mutlu edebileceği yönünde desteklemelerine katkı sağlayacaktır.

- Çalışma sonuçlarının aynı zamanda eğitim politikacılarına katkı sunması beklenmektedir. Bu kapsamda eğitim politikacıları tarafından öğrencilerin bilişsel, duygusal ve dikkat düzenleme kapasitelerinin geliştirilmesine yönelik programlar tasarlanabileceği düşünülmektedir. Öğrencilerin mutluluk düzeylerini geliştirmeye yönelik tasarlanacak olası programlar, sadece akademik başarıyı değil, aynı zamanda uzun vadede yaşam doyumunu da artırma potansiyeline sahiptir.

Varsayımlar

Araştırmanın varsayımları şu şekildedir:

- Katılımcı velilerin EAS Mizaç Ölçeği'ni çocuklarını objektif bir şekilde değerlendirerek doldurdıkları varsayılmaktadır.
- İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin Öznel Mutluluk Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği'ndeki maddeleri anlayarak samimi bir şekilde yanıtladıkları varsayılmaktadır.
- Veri toplama sürecinde öğrencilerin dış etkenlerden (yorgunluk, dikkat dağınıklığı, sosyal istenirlik etkisi vb.) minimum düzeyde etkilendikleri varsayılmaktadır.
- Katılımcıların demografik bilgi formunu, doğru ve eksiksiz bir şekilde doldurdıkları varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

Bu araştırma;

- 2023-2024 eğitim-öğretim yılını kapsamaktadır.
- 274 öğrenciden oluşan bir çalışma grubundan veriler toplanmıştır.
- Analizler 242 öğrenci ve velisinden elde edilen veriler üzerinden gerçekleştirilmiştir.
- Veri toplama aracı olarak Lyubomirsky ve Lepper (1999) tarafından oluşturulan “Öznel Mutluluk Ölçeği”, Hills ve Arygle (2002) tarafından oluşturulan “Oxford Mutluluk Ölçeği (Kısa formu)” ve Buss ve Plomin (1984) tarafından ortaya koyulan “duygusallık aktivitesi ve sosyallik (EAS) mizaç ölçeği” kullanılmıştır.
- Mevcut tez çalışması, 5 aydan oluşan bir veri toplama süresi ile sınırlandırılmıştır.

Problem Cümlesi

Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin mizaç özellikleri ve mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?

Tanımlar

Bu yüksek lisans tez çalışmasında ele alınan temel iki kavram çalışmada aktarıldıkları anlamları göz önünde bulundurularak aşağıda tanımları ile birlikte verilmiştir.

Mutluluk: Mutluluk kavramına tarih boyunca farklı anlamlar yüklenmesiyle beraber genel olarak bireyin hayatından memnun olma, iyi olma, saadet haline ulaşma anlamlarına gelmektedir. Mutluluk algısını etkileyen bazı değişkenler fiziksel ve sosyal çevre, demografik, ekonomik ve sosyo-ekonomik yapı, eğitim olduğu belirtilmektedir.

Mizaç: Mizaç, bebeklik döneminde ortaya çıkan bireysel farklılıklar şeklinde kavramsallaştırılan farklı davranış boyutları olarak tanımlanmaktadır. Çocuğun ebeveynlerinden kalıtsal olarak gelen ve davranış kalıplarını şekillendiren kişisel özellikler setidir.

BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ÇALIŞMALAR

1.1. Mizaç

Mizaç kavramı, Latince *temporale* ve İngilizce *temperament* kelimelerinden gelmektedir. Anlamı ise karışım olarak ifade edilmektedir. Bir başka tanıma göre mizaç, büyümenin ilk aylarından itibaren görülen, çocukların duygu ve davranış kalıplarındaki kalıtım temellinde ortaya çıkan farklılıklardır (Kahraman & Yılmaz Irmak, 2019). Literatürde araştırmacıların farklı mizaç tanımları bulunsa da mizaç genel olarak, bir çocuğun kendisine özgü olan hali, tepkilerine yön veren, kalıtsal olarak getirdiği özellikleri olarak tanımlanmaktadır. Bu özellikleriyle çocuk, çevreyi kavrama biçimini ve davranışlarını belirlemektedir. Örneğin, çabuk sinirlenmek, girişken ya da utangaç olmak, sakin yapılı olmak, hareketli olmak, mutlu olmak mizaçla ilgili öne çıkan özelliklerdir (Berdan vd., 2008). Mizaç, bir çocuğun karakteristik ve öngörülebilir kişiliğini veya davranış tarzını (Kartal, 2022) temsil ettiğinden çocuklar için "sakin bir mizacı var", "heyecanlı bir mizacı var" veya "her şey hakkında her zaman olumsuz" gibi ifadeler kullanılabilir (Prior vd., 2000).

Her bireyin kalıtsal özelliklerinin farklı olması dolayısıyla çevredeki olaylara verdikleri tepkiler de farklılık gösterebilmektedir. Çocuklar tarafından dünyaya geldikleri zamandan itibaren birbirlerine oldukça çeşitli tepkiler vermelerinin temel sebebi olarak genellikle mizaç gösterilmektedir. Bununla birlikte mükemmel bir mizacın biyolojik bileşenlerin dengede olmasıyla ortaya çıkabileceği varsayılmaktadır (Arabacıoğlu & Bağçeli Kahraman, 2021).

Literatürde mizacın kalıtsal olarak geldiği ve değişmez olduğunu savunan çalışmalar bulunduğu gibi mizacın tam olarak ne kadarının biyoloji ve ne kadarının deneyimin ürünü olduğu konusunda bir fikir birliği olmadığını savunan çalışmalarda

bulunmaktadır (Çetinkaya & Özyürek, 2023). Genel olarak bu etkilerin bir kombinasyonu olduğu kabul edilmektedir (Sarı, 2018). Mizaç, her bireyin kendine özgü kılan bilinen, kabul edilen ve yaygın olarak gözlemlenen bir davranış tarzı olarak kalıcılık hissine sahiptir. Genellikle "kişilik" terimiyle birbirinin yerine kullanılmaktadır. Ancak iki kavrama dikkatlice baktığınızda, kişiliğin kişinin daha geniş bir nitelik yelpazesini içerdiği görülmektedir. Her bireyin gözlemlenebilir ve çok önemli bir özellikler kümesi vardır ve kişiliği oluşturan bu özellikler kümesinin bir kişinin dünyayla etkileşim kurma biçimi üzerinde güçlü etkileri olduğu ifade edilmektedir. Mizaç ise davranışın içeriğinden ziyade davranış tarzıyla ilgilidir. Bir başka deyişle, çocukların herhangi bir durumda ne yaptıklarındansa nasıl tepki verdikleri ve davrandıklarıyla ilgilidir (Prior vd., 2000). Mizaç özellikleri, çevreyle etkileşim sonucu belli bir düzeyde değişebilmektedir ancak temelde biyolojik kökenlidir (Yoleri, 2017). Ek olarak, geçtiğimiz 20 yılda gerçekleştirilen mizaç odaklı çalışmalarda, çocukluk dönemindeki mizaç özelliklerinin yetişkinlik dönemindeki kişilik özelliklerini açıklayabildiği ortaya koyulmuştur (Akçay & Alabay, 2022).

1.1.1. Mizaca Etki Eden Etmenler

Dünyaya gelen tüm bebekler, anneleri ve babaları başta olmak üzere aile geçmişlerinin kalıtsal özellikleri ile doğmaktadır. Mizaç, çocuğun gelişiminde kalıttan önemli ölçüde etkilendiğinden anne-babanın mizacı, çocuğun mizacı ile benzer olabilmektedir. Örnek vermek gerekirse, içedönük bir mizaca sahip olan annelerin çocukları içedönük bir mizaca, yumuşak ve güleryüzlü annelerin çocukları da güleryüzlü ve yumuşak bir mizaca sahip olabilmektedir (Kaytez, 2014). Yıllar geçtikçe, özellikle anne ve çocuk arasındaki ilişki, çocuğun davranışlarında önemli değişikliklere neden olabilmektedir. Örneğin; zor bir karaktere sahip bir çocuk, çevreye uyum sağlamış bir anne ile olumsuzluğu düzeltebilirken, sebatkar bir karaktere sahip bir çocuk, sürekli çatışma ortamında büyürse, bu olumlu özelliği giderek çatışmacı bir bireye dönüşecektir (Rothbart, 1991). Annenin kişilik özelliği olumlu yönde ne kadar artış gösterirse çocuğun mizacı da o kadar olumlu yönde artış gösterebilmektedir. Kalıtım mizacın gelişiminde etkili olduğundan annelerin kişilik özellikleri ile çocukların mizaçları arasında ilişki olması normal bir sonuç olarak ifade edilmektedir (Kaytez, 2014).

Mizaç içinde bir davranışın meydana gelmesinde pek çok etken bir arada rol almaktadır (Sarı, 2018). Bu etkenlerden biri de sosyal yaşantıdır. Bir başka deyişle, çocukların mizaç özelliklerine aileleri dışındaki sosyal çevreleriyle olan yaşantıları da etki etmektedir (Ali vd., 2017). Okul öncesinde alınan eğitimle çocuklar, kalıtımla getirdiklerine katkı sunarak gelişim göstermektedirler. Büyüme, kalıtım ve çevrenin etkileşimiyle birlikte gerçekleşmektedir. Kalıtım, insanın görünmeyen gücünü oluşturan özelliklerin anne-baba aracılığıyla insana ulaşmasında aracılık rolüne sahiptir. Çevre ise insanın bu örtülü gücünün ardında yer alan özelliklerin yeterliklere dönüşmesi beklenen ortamdır (Gürsoy & Özaslan, 2016). Okula ya da kreşe başlamayla çocuklar kendi akranlarıyla yakından etkileşim kurarken farklı duygularla, sorunlarla ve zorluklarla karşılaşp mücadele eder. Kıskançlık, öfke, özgüvensiz hissetme, aşağılanma gibi duygu durumlarını denetlemeyi öğrenir. Kendisini sorumlu hisseder, sırada bekleyip sabretmeyi, paylaşmayı, iletişim kurmayı öğrenerek gelişimde ilerleme kateder (Hoorn, 2013). Çok hareketli, girişken çocuklar ile yavaş ısınan çocuklar okula uyumda zorlanabilirler. Bu noktada ebeveynlerin okula başlama döneminde çocuklarına gereken ilgiyi göstermeleri, çocukların geleceklerinde ve kalıplaşacak davranışlarının ortaya çıkmasında belirleyici bir rol oynamaktadır (Kasten, 2017).

Çocukların mizacı ve ebeveyn tutumları arasında etkili bir iletişim olduğu görülmektedir. Mizaçları benzeyen ancak farklı ebeveyn tutumları ile yetiştirilen çocukların davranışları incelendiğinde önemli farklılıklar olduğu tespit edilmiştir (Coplan vd., 2009). Ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tutumlarda ise birçok etkenden kaynaklı farklılıklar görülebilmektedir. Bunlar ailenin içinde bulunduğu sosyoekonomik durum, kültürel etkiler, çocuğun yaşı, ebeveynler arasındaki ilişki, ebeveynlerin yetiştirilme biçimleri, çocuğun cinsiyeti gibi faktörlerdir (Çağdaş, 2005).

Yoleri (2017) yapmış olduğu çalışmada, ebeveyn davranışlarının çocukların mizaçlarına göre farklılaşan etki ve tepkiler ortaya çıkardığını vurgulamıştır. Duyarlı mizaca sahip ve çabucak üzülebilen ya da hayal kırıklığı yaşaması muhtemel hassas çocukların ebeveynlerinin katı, otoriter ve disiplinli olmaları, cezalandırıcı tutum sergilemeleri neticesinde çocuklarda kızgınlık, kurallara karşı gelme seviyesinin arttığı tespit edilmiştir. Bu ve buna benzer durumlar, çocuğun mizacı ve ebeveyninin tutumu arasındaki ilişkiye göre şekillenen ve değişen durumlar olarak ifade edilmektedir (Yoleri, 2017).

Çocukların mizaç özellikleri ile paralel bir ebeveynlik tutumu sergilemesi ve çocuk yetiştirme ortamını çocuklarının mizacına göre hazırlamasına “uyum iyiliği modeli” denmektedir. Mizacı zor olan çocuklar için ebeveynleri daha sabırlı ve tutarlı tutumlar sergilemelidir. Yavaş ısınan çocuklar için de cesaretlendiren ebeveyn tutumu sergilenmelidir (Roberta & Berns, 2016). Çocuğun mizacına uygun pozitif ebeveynlik stratejileri kullanılmalıdır (Santrock, 2015). Uygulanan ebeveyn tutumlarıyla değişen mizaç özellikleri olduğunu belirten birçok araştırma bulunmaktadır. Ebeveyn tarafından çocuğun mizacına uygun yaklaşım olmaması halinde çocuğun ilerleyen yaşamında uyum sorunları yaşaması muhtemel görülmektedir (Berk, 2013).

Mizacı etkileyen faktörlere yönelik bazı araştırmalar, bebek mizacı ve bağlanma şekli arasında bir etkileşim olduğunu vurgulamaktadır. Bu sebeple mizacın, bağlanma sürecini etkileyebileceği düşünülmektedir. Zor mizaçlı olarak nitelenen bebeklerde rutinelere ve değişikliklere karşı direnme, sinirli ve huysuz olma hali güvensiz bağlanma olasılığını artırmaktadır (Coplan, 1993).

Mizacı etkilediği ifade edilen başka bir husus da cinsiyet olarak belirtilmektedir. Cinsiyet temelli mizaç farklılıkları, doğumdan itibaren kendini göstermektedir. Bu dönemde erkek bebeklerin daha hareketli kız bebeklerin ise daha tedbirli ve çekingen olma eğiliminde olması beklenmektedir (Berk, 2013). Bununla birlikte toplumun genel geçer cinsiyetler üzerine yargıları ve tutumları olmasına rağmen mizaç ve cinsiyet arasındaki etki düşünüldüğünden çok daha düşüktür (Boyd & Bee, 2009).

Mizacın genetikten gelen bir kısmı olduğu kabul edilmekle birlikte zaman içinde değişime ve gelişime uğradığı söylenmektedir. Yaş ile birlikte bazı mizaç özellikleri aynı kalırken bir kısmı da “tecrübe” etkeninin devreye girmesi sonucunda değişmektedir. Bebeklik dönemindeki davranış ve tepkilerin yaş arttıkça farklılık gösterebildiği gözlemlenmiştir. (Benson & Haith, 2009)

Kardeş sahibi olmak, mizacın belirleyicilerinden bir başkası olarak kabul edilmektedir. Büyük kardeş ya da küçük kardeş olup olunmadığı fark etmeksizin, kardeş sahibi olmanın sosyal becerileri geliştirdiği ortaya koyulmuştur. Tek çocuklu bir aile de büyüyen çocuk, kardeşi olarak büyüyen çocuklara göre paylaşma konusunda zorlanabilmekteyken kardeşi olan çocuklar bu gibi davranışlarını geliştirmek zorundadır (Küçükütüran & Keleş, 2021). Ailedeki çocuk sayısı, çocuğun mizacını etkilemektedir.

Aynı ailede büyüyen çocukların deneyimleri aynı olmayabilmektedir (Berk, 2013). Çocuklar mizaçlarına göre davranış şekilleri gösterebilmektedir ve aynı ailede de bile olsalar farklı deneyimler yaşayabilmektedirler (Boyd & Bee, 2009). Ebeveynlerde çocuklarına karşı aynı tepkilerin işe yaramadığını fark etmekte ve çocuklarının mizacına uygun olan tepkileri düzenlemeyi öğrenmektedir (Kristal, 2005).

Çocuklarda küçük ya da büyük kardeşe sahip olma durumu bazı kişilik özelliklerinin gelişimini etkilemektedir fakat doğum sırasından kaynaklanan farklılıklar genellikle azdır (Santrock, 2015). Doğum öncesinde ise hamilelik döneminde yaşanan stres düzeyi, kötü beslenme alışkanlıkları, annenin geçirdiği hastalıklar, kullanılan sigara ve alkol gibi maddeler bebeğin mizacını etkilemektedir. Özellikle stresli bir hamilelik dönemi kaygılı bir kimlik oluşmasına sebep olmaktadır (Kagan, 2014).

Burada bahsedilmesi gereken bir başka etken de çocukların doğum sırasındır. Anne ve babaların çocukların doğum sırasına göre çocuklarına karşı tutumlarında ve ilgi göstermelerinde farklılıklar olabilmektedir. Ebeveynlerin ilk çocuklara daha fazla ilgi göstermeleri sebebiyle ilk çocuklar daha başarılı, düzenli, kurallara uyan bireyler olabilmelerinin yanında tam tersi özgüveni düşük, başkalarına bağımlı, ailesinden bağımsız hareket edemeyen bireyler de olabilmektedirler. Aynı durum son çocuk için de geçerlidir. Diğer sıradaki çocuklar ise kendi başlarına daha özgür büyürler ve bu çocukların başkalarına bağımlılık durumları az görülmektedir (Bağcıoğlu Ünver, 2015). Küçük kardeşler, büyük kardeşler ile rekabet edebilmek adına sosyal becerilerini daha fazla geliştirebilmek için kendilerinde baskı hissedebilirler (Crozier & Nicola Birdsey, 2003).

1.1.2. Mizaç Yaklaşımları

Mizacın kalıtsal olarak çocuklara aktarıldığı ve bazı unsurlar tarafından etkilendiğine söylemlere ek olarak literatürde farklı araştırmacılar ve ülkeler tarafından ortaya koyulan farklı mizaç yaklaşımları söz konusudur. İlgili yaklaşımlar, aşağıda alt başlıklar halinde açıklanmıştır.

1.1.2.1. Alexander Chess ve Stelle Thomas'ın Mizaç Yaklaşımı

Thomas, Chess, Birch, Hertzog & Korn (1963) tarafından yapılan boylamsal araştırma ile mizaç özelliklerinden yola çıkılarak üç mizaç tipi ortaya koyulmuştur. Zor çocuk, gelişimsel açıdan sorun yaratan mizaca sahip çocuklardır. Bu tür çocuklarda

tepkisellik düzeyi yüksek olup sebatkarlık düzeyi düşüktür. Kolay çocuk ise gelişimsel açıdan fayda sağlayan özelliklere sahip olup bunlar arasında sebatkarlık ve sosyalite düzeyinin yüksek olması gibi nitelikler yer almaktadır (Thomas vd., 1963'den aktaran Yoleri & Küçükyeşil, 2014).

Neşeli, yeni deneyimlere açık, belirli rutinleri olan kolay çocuklar, yeni deneyimleri ve çabuk kabul etmektedir. Yavaş, belirsiz rutinlere sahip, olumsuz ve yoğun seviyede tepki gösteren zor çocuklar durgun, uyaranlara hafif tepki gösteren, olumsuz duygular sergileyen, yeni deneyimlere yavaş uyum sağlayan ve yavaş ısınan çocuklardır (Budak & Özdemir, 2019)

Prior vd. (2000) ile Zentner & Bates (2008) yaptıkları çalışmalarda bebeklerin doğumdan itibaren sahip oldukları üç kişilik tipi olduğunu tespit etmişlerdir. Bu kişilik tipleri; zor mizaçlı, kolay mizaçlı ve yavaş uyum sağlayan mizaçlı bebekler olarak ifade edilmiştir.

Bu araştırmacılar tarafından ortaya koyulan mizaç türlerine ait açıklamalar aşağıdaki gibidir:

- Kolay ya da değişken çocuk: Kendini yaptığı işe kolay verebilen, güçlü bir odağa sahip, kendine güveni olan ve yeniliklere açık, genellikle mutlu, sakin, düzenli rutinleri olan ve değişikliklere adapte olabilen çocuklardır. Çocukların yaklaşık %40'ı bu grupta yer almaktadır.
- Aktif, alıngan ya da zor çocuk: Huzursuz, dürtüsel, dikkatsiz ve yakın çevresinin sözünü pek dinlemeyen çocuklar olarak bilinmektedirler. Çocukların yaklaşık %10'u bu grupta yer almaktadır.
- Yavaş, samimi ya da tedbirli çocuk: Öz-eleştiri yapabilen ve etrafındaki yetişkinlerce kabul gören, utangaç ve itaatkâr çocuklardır. Çocukların yaklaşık %15'i bu gruba dahildir.
- Hiçbir grupta yer almayan %35'lik grup ise farklı özelliklerin bir araya gelmesiyle oluşmaktadır (Zentner & Bates, 2008).

1.2.2.2. Arnold H. Buss ve Robert Plomin'in Mizaç Yaklaşımı

Buss ve Plomin mizacı, yaşamın ilk yıllarında meydana gelen kalıtsal özellikler olarak tanımlamaktadır. Araştırmacılar, mizacı açıklarken iki ana başlığı önemle

vurgulamışlardır. İki ana başlıktan ilki, mizacın kalıtsal olması ve çocukluk döneminde ortaya çıkarak yaşamın devamında yetişkinlik döneminde de istikrar göstermesidir. Zekâ ve diğer kabiliyetler kişilik özelliği olması sebebiyle bu kapsamın dışında tutulmuştur. Yaşamın ilk yıllarında görülen ritmiklik gibi özelliklerin daha sonra ortadan kaybolacağı düşüncesiyle mizacın parçası olmadığı ifade edilmiştir (Goldsmith vd., 1987)

Buss ve Plomin, kuramlarında mizacın başlıklarını ilk olarak aktivite, sosyallik, dürtüsellik ve duygusallık olarak dört kısma ayırmıştır. Daha sonra dürtüsellik başlığı ile ilgili tutarsız sonuçlar ortaya çıkınca bu başlık kuramdan çıkarılmıştır (De Pauw, 2010).

Buss ve Plomin mizacı oluşturan özellikleri aşağıdaki şekilde tanımlamıştır.

Duygusallık; tepkisiz kalma ile çok yoğun tepki vermeye kadar olan geniş bir alanı kapsamaktadır. Bir olay karşısında kolay sakinleşememe, öfke nöbeti geçirme ya da tepki verilmesi gereken bir durumda soğukkanlı davranarak sessiz kalma gibi duygusal uyaranları ve duygusal tepkileri içermektedir.

Aktivite; hareketli ve canlı olma bu özelliğin ana başlıklarıdır. Bu başlıktaki iki uçtan birinde cansızlık seviyesinde bir durgunluk diğer ucunda yüksek düzeyde tepki ve canlılık içeren davranışlar yer almaktadır. Bu başlıkta davranışsal boyutlar incelemektedir.

Sosyallik; yalnız olmak yerine insanlarla birlikte olmayı tercih ederler. Bu özelliğe sahip bireyler başkalarıyla aktivitelere dahil olma, çevreden ilgi görme gibi durumlardan hoşlanırlar. İletişimi başlatma, iletişimde olunan insan sayısı, iletişimde geçirilen süre bu başlığın ölçütleridir.

Buss ve Plomin duygusallık, aktivite ve sosyalliğin mizacın kalıtsal özellikleri olduğunu belirtmişlerdir. Dürtüsellik ise mizaç özellikleri arasından çıkardıklarını açıklamışlardır. Bu teorilerinin geliştirmeye, yenilemeye açık olduğunu belirtmişlerdir (Goldsmith vd., 1987).

1.1.2.3. Jerome Kagan'ın Mizaç Yaklaşımı

Mizaç, çocukların sosyal gelişim ve çevrelerini oldukça etkilemektedir (Santrock, 2015). Bu doğrultuda arkadaşlık ilişkilerini etkileyen en önemli unsurlardan biri mizaçtır. Mizacı ifade eden önemli kavramlardan birisi ise ketlenmedir. Tanımadığı kişilere (yabancılar) karşı çekingen olma ketlenme olarak tanımlanmaktadır. Ketlenme davranışı gösteren çocuklar, mizaç olarak akranlarından çekinen bir yapıya sahipken (Sanson vd.,

2004) geri duran çocuklar ise genellikle arkadaşlarını izlemekte ve endişeli görünmektedirler (Berk, 2013).

Kagan'a göre ketlenme, bebeklikten okul öncesi döneme kadar çok büyük farklılık göstermemektedir. Jerome Kagan, mizacın daha çok davranışsal ketlenme yönüne odaklanmıştır (Boyd & Bee, 2009).

Kagan'a göre mizaç kalıtım temellidir ve deneyimler sonucunda mizaçta değişiklikler görülebilir. Fazla çekingen ya da sosyal olan çocukları, bu davranışlarına yönlendiren genetikten getirmiş oldukları mizaçlarıdır. Ketlenmiş çocuklar çevreden gelen uyarılara karşı olumsuz tepki verip kaçınma davranışı gösterirken, ketlenmemiş çocuklar yeni uyarılara karşı olumlu dönüt vererek yaklaşma davranışı göstermektedirler (Berk, 2013).

Kagan (2014), bebeklikten ergenliğe kadar iki zıt grup çocuğun incelemesini ve takibini yapmıştır. Bir grupta ketlenmiş çocuklar, diğer grupta ketlenmemiş çocuklar vardır. İlk gruptakiler çekingen çocuklardan, ikinci gruptakiler sosyal çocuklardan oluşmaktadır. Araştırmacılar, iki grubu karşılaştırdıklarında utangaç çocukların, girişken çocuklara göre sosyal sorunlarla karşılaşma açısından daha fazla risk altında olduğunu göstermiştir (Coplan, 1993).

1.1.2.4. Mary Rothbart ve John E. Bates Mizaç Yaklaşımı

Mary Rothbart mizacın, ilk doğduğu andaki gibi kalmadığını, zaman içinde değişiklik gösterdiğini savunmuştur. Rothbart ve arkadaşlarına göre nörobiyolojik süreçler ile gözlenebilir davranışlar arasında güçlü bir bağ vardır. Bu yaklaşımda, çocukluk dönemi mizaç özellikleri değişerek gelişme göstermektedir. Mizacın her yaştaki bireylerde gözlenebileceğini ve farklı yaş gruplarındaki çocukların mizaç özelliklerinin ölçümleri sonucunda üç üst boyut mizaç özelliği bulunduğunu açıklamışlardır. Bu yaklaşımda mizaç özelliği üç tane üst başlık altında tanımlanmıştır (Goldsmith vd., 1987).

1. Gayretli kontrol; düşük yoğunluklu uyarılarla memnuniyet, gülümseme/kahkahayı engelleme denetimi, algısal hassasiyet ve dikkati içermektedir (Sosyallik; sosyal ilişkileri incelemektedir).

2. Olumsuz duygulanım; kızgınlık/hayal kırıklığı, rahatsızlık, azalan tepki/sakinleşme, korku ve mutsuzluğu içermektedir (Duygusalılık; duygusal uyarılmayı ifade etmektedir).

3. Dışadönüklük; aktivite düzeyi, utangaçlık, yüksek yoğunluklu uyarılarla memnuniyet, dürtüsellik ve gülümseme ve kahkaha, yakınlaşma/olumlu katılımı içermektedir (Aktivite; bireyin yaptığı yemek yemek, hareket etmek, konuşmak gibi hareket ve eylemlerde geçirdiği vakti oluşturmaktadır).

Bireyin, başkalarıyla kurduğu iletişim sosyalleşme düzeyini belirlemektedir. Bireyin, olaylar karşısındaki mutluluk ve hüznün ifadeleri duygusalılığını belirlemektedir. Bireyin, göstermiş olduğu eylemin enerjisi aktivite düzeyi belirlemektedir (Goldsmith vd., 1987).

1.1.2.5. Goldsmith ve Campos'un Yaklaşımı

Goldsmith ve Campos mizacı, duyguları açıklamadaki kişisel farklılıklar olarak ifade etmişlerdir. Bu yaklaşımda sevinç, üzüntü, korku, öfke, hoşlanma ya da iğrenme gibi farklı duyguların deneyimlenmesi ve açıklanmasındaki kişisel farklılıkların mizaçtan kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Duyguların bireyin yaşantısında önemli bir yere sahip olduğunu belirtmişlerdir. Temel duyguları dikkate alarak daha çok çocuklar ile çalışma yapmışlardır. Temel duygular dışında kalan duyguları mizacın temel faktörlerinden sayılmayacağını belirtmişlerdir. Bunun sebebi olarak da bazı duyguların temel (birincil) duygulardan daha sonra ortaya çıkması ve biyolojik hedeflerle ilişkilerinin zayıf olmasıdır. Goldsmith ve Campos mizacın ileriki yıllarda birçok davranışın temeli ve kişiliğin bir parçası olduğunu ifade etmiştir. Duygusal ifadelerin mizacın temelini oluşturduğunu savunmuşlardır. Mizacı tanımlayan bireysel farklılıklar bireylerin duygusal ifadelerini tanıma, çözme ve hissetme becerisinde etkilidir. Bu farklılıklarında sosyal ilişkilerde önemli bir yere sahip olduğunu belirtmişlerdir (Goldsmith vd., 1987).

Araştırmacılar duyguları ise dört boyutta incelemişlerdir. Birinci boyut; duygular içsel psikolojik süreçleri düzenlemektedir. İkinci boyut; duygular kişiler arası ve sosyal iletişimlerini düzenlemektedir. Üçüncü boyuta göre her duygunun kendine özgü yüz, jest, mimik ve ses kalıpları vardır. Temel duygular bu benzersiz kalıplar ile belirlenir. Dördüncü boyut; temel duygular kalıtımla gelen kodlanmamış iletişim süreçlerini ifade etmektedir. Bu mizaç yaklaşımının temelini erken çocukluk dönemi oluşturur. Çünkü,

erken çocukluk dönemi yetişkinliğe göre sosyal etkilere açık değildir. Erken çocukluk döneminde çocukların davranışlarını düzenlerken bilişsel düşünme biçimleri daha azdır. Çocukların verdikleri dönütler daha açık ve anlaşılır olmaktadır (Goldsmith & Campos, 1982).

1.1.2.6. Avustralya Mizacı Projesi

Mizacın uzun dönemde etkilerini incelemek isteyen Prior vd. (1989) 2443 ailenin katılım sağladığı ve yaklaşık 15 yıl süren boylamsal bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Ebeveynlik ve mizacın, yaşamın sonraki yıllarında ortaya çıkan duygu ve davranışlardaki etkisini incelemek bu araştırmanın başlıca amacı olmuştur. İlgili araştırmalar sonucunda araştırmacılar, mizacın üç yönünü kabul etmişlerdir. Bunlar: yaklaşma/geri çekilme, tepkisellik/negatif duygusallık, aktivite/ritmitliktir (Sanson vd., 2004). Prior vd. (1989), çocukluk dönemi mizacı ile ilgili dört farklı boyut tanımlamıştır.

- 1) Sıcakkanlılık/Utangaçlık: Yeni karşılaşılan durumlara/insanlara karşı çekingen veya girişken davranışlar sergileme eğilimidir.
- 2) Tepkisellik: Uyarılara karşı tepki verme düzeyi ve çocuğun olumsuz deneyimlerine karşı tepki verme güçlüğü olarak tanımlanmaktadır.
- 3) Sebatkârlık: Dikkati gelen uyarana karşı yoğunlaştırabilme, dikkati sürdürme ve kontrol edebilme düzeyi olarak tanımlanmaktadır.
- 4) Ritmiklik: Yeme, uyku, tuvalet düzeni gibi davranışların tutarlılığı ve düzenliliğini ifade etmektedir. Bu kurama göre mizacın duygu, davranış ve dikkatin düzenlenmesiyle önemli derecede bir ilişki içerisinde olduğu belirtilirken mizacı hangi yaşantıların etkilediğini açıklamaya çalışmışlardır. Bu kapsamda ebeveynlerin sosyal ilişkilerle etkileşimleri üzerinde durmuşlardır (Sanson vd., 2004).

Bu kuramda araştırmacılar mizacın davranışlar, duygular ve dikkatin düzenlenmesinde etkili olduğunu belirtmişlerdir. Mizacı hangi yaşantıların etkilediğini açıklamaya çalışarak daha çok ebeveyn ve sosyal ilişkilerle etkileşimleri konusuna odaklanmışlardır (Sanson vd., 2004).

1.1.3. Mizacın Boyutları

Thomas ve arkadaşları (1963) çocukların davranış stillerini daha iyi açıklamak için dokuz tane mizacın alt boyutunu ortaya koymuşlardır. Bu boyutlar aşağıda sunulduğu gibidir:

Aktivite seviyesi, çocukların genel motor düzeylerini, hareket becerilerini açıklamaktadır. Aktif olan çocukların enerjileri daha yüksektir ve her zaman heyecanlıdırlar. Yaşama karşı büyük bir zevke sahiplerdir ve davranışları hızlıdır. Bu nedenle onlarla ilgilenenleri ve bakım verenleri yorabilmektedirler (Kristal, 2005). Aktivite seviyesi düşük olan çocuklar tam aksine sakin yapılarıdır. Sessiz aktivitelerden hoşlanırlar ve yavaş tempoda hareket ederler.

Ritmiklik (Düzenlilik), çocukların fizyolojik işlevlerinin (acıkma, uyku, yeme-içme gibi) tahmin edilebilirliği olarak bilinmektedir. Yüksek düzey ritmikliğe sahip çocukların yemek yeme, uykuya yatma zamanları gibi benzer fiziksel işleyişlerinin tahmini daha kolaydır. Düşük ritmikliğe sahip çocukların rutin yeme-içme, uyku vakitleri çok öngörülemezdir (Ma, 2006).

Yaklaşma/geri çekilme, çocukların ruh halleri ve motor becerileri yoluyla dışardan gelen bir uyarana karşı verdikleri ilk tepkiyi incelemektedir. Yaklaşan çocuklar, sosyal yapıdadır. Yeni bir kişi, yeni bir yer gibi uyaranlara karşı çekingen kalmazlar, geri durmazlar. Geri çekilme davranışı yapan çocuklar ise ilk defa karşılaştıkları uyaranları reddetmektedirler (Thomas & Chess, 1997).

Uyum yeteneği, bir çocuğun değişiklere uyum sağlayıp sağlayamama durumunu belirlemektedir. Yeni karşılaşılan kişiler ve ortamlara kolay uyum sağlayan çocukların uyum yeteneği yüksektir. Eğer çocuk düşük uyum yeteneğine sahipse değişim ve yeniliklere uyum sağlaması zordur. Diğer çocuklara göre daha fazla zamana ihtiyaç duyabilmektedirler.

Tepki eşiği (Duyusal eşik/Hassasiyet), çocukta bir tepkiyi uyandırmak için gerekli olan uyarının yoğunluk düzeyidir. Yüksek duyusal eşiğe sahip çocuklar, çevrelerinden duydukları herhangi bir ses, fark ettikleri bir koku gibi uyaranlara karşı daha fazla duyarlıdırlar. Duyusal eşiği düşük olanların aksine bu gibi durumlarda yüksek eşiğe sahip çocuklar daha az toleranslıdırlar.

Yoğunluk (Tepkinin yoğunluğu), bir tepkinin enerji seviyesini belirler. Kristal'e (2005) göre, yüksek yoğunluktaki çocuklar duygularını daha çok abartarak yansıtır ve daha dramatiklerdir. Düşük yoğunluktaki çocuklar daha sakin ve sessiz yapıldırlar. Uyarılara karşı tepki yoğunlukları yüksek değildir. Örneğin, çocuk "Çocuk, başka bir çocuk oynadığını veya eşyasını aldığında çok az veya hiç tepki göstermez" sorusu ile değerlendirilebilir (Thomas & Chess, 1997).

Ruh Hali Kalitesi (Duygu durumu), neşeli ve hoş davranış olumlu ruh halini ifade ederken telaşlı, neşesiz ve hoş olmayan davranış olumsuz ruh hali olarak tanımlanmaktadır. Yüksek düzey duygu durumu olan çocuklar neşeli ve pozitifdir. Düşük düzey duygu durumu olan çocuklar negatif ve huzursuz görünmektedirler. Örnek bir soruda şöyle denmektedir: "Çocuk bir oyunu kaybettiğinde kolayca üzülür" (Thomas & Chess, 1997).

Dikkat dağınıklığı, çocukların dikkatlerinin gelen uyarılarla ne düzeyde dağıldığını ifade etmektedir. Dikkat dağınıklığı görülen çocuklar herhangi bir şey veya bireyler üzerindeki dikkati ve ilgilenme süresi kısadır. Herhangi bir şeye odaklanmakta zorluk çekmektedirler. Dikkat dağınıklığı görülmeyen çocuklar daha kolay konsantre olurlar. Dikkat süreleri uzundur (Thomas & Chess, 1997).

Kararlılık (Azim), çocukların özellikle zorlandıkları bir aktivite veya durumda bu zorluğa rağmen devam edebilme süresidir. Azimli bir çocuktan her zaman başladığı bir işi bitirebileceği beklenmektedir. Azimliliği düşük olan çocukta ise başladığı bir işte zorluk çekerse hayal kırıklığına uğrayıp devamlılık göstermemesi beklenir (Thomas ve Chess, 1977).

Prior vd. (2000), tüm mizaç türlerini bir arada düşünerek hepsini dört boyutta toplamıştır. Bu boyutlar "sebatkarlık", "sıcakkanlılık", "tepkisellik" ve "ritmiklik" olarak belirlenmiştir. İlgili boyutlar aşağıda açıklanmıştır (Prior vd., 2000):

Sıcakkanlılık; çocuğun yabancı biri ile karşılaştığında ona karşı yakın ya da uzak durma sürecini ifade etmektedir.

Tepkisellik; çocukların değişen ani duygu durumlarını ve duyguların ne düzeyde yansıtıldığını ifade eden boyuttur.

Ritmiklik; biyolojik faktörlerin bir rutine oturtulmasıdır.

1.2. Mutluluk

Günümüz dünyasında da sıkça bahsedilen ve pek çok insan tarafından arzu edilen bir duygu durumu haline gelen mutluluğun felsefede, ekonomide, psikolojide, kullanıldığı alana ve ele alınan yetişkinlik düzeyine bağlı olarak farklı tanımları ortaya çıkmıştır. Mutluluk kavramına aynı zamanda tarih boyunca farklı anlamlar yüklenmiştir. Genel olarak mutluluk, bireyin hayatından memnun olma, iyi olma, saadet haline ulaşma anlamlarına gelmektedir. Telferse ise mutluluğu “insanın yaşamında sahip olduğu her şeyden bir bütün olarak memnun olması” şeklinde ifade etmiştir (Feldman, 2008, s. 219). Buradan yola çıkarak mutluluk, kişinin sahip olduğu hayat ve hayatın içindeki her şeyi olduğu gibi kabul etmesi ve bunlardan bütüncül bir şekilde memnuniyet duyması olarak ifade edilebilir. Farklı ülkelerde toplumların mutluluk durumunu etkileyen faktörleri ve mutluluk düzeylerini araştıran çeşitli kurumlar bulunmakla birlikte ülkemizde Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) mutluluk alanında çalışmalarını sürdürmektedir.

1.2.1. Mutluluğa Etki Eden Faktörler

Mutluluk algısının fiziksel ve sosyal çevre, demografik durum, ekonomik ve sosyo-ekonomik yapı ve eğitim gibi faktörler tarafından etkilendiği belirtilmektedir (Şeker, 2009, s. 117; Arıcı Yalvaç, 2020). Bir başka deyişle, kişinin doğup büyüdüğü ortam, yaşı, aldığı eğitim, yaşam standardı gibi pek çok etken mutluluğuna etki etmektedir. Mevcut başlık altında, mutluluğu etkilediği ifade edilen ekonomik, sosyal ve eğitim faktörlerine alt başlıklar halinde değinilmiştir.

1.2.1.1. Ekonomi/Gelir

Easterlin (1974) tarafından yapılan çalışmada, belirli bir zamanda belirli bir ülke için yüksek gelirin mutluluk getirdiğini fakat uzun bir süre zarfında gelirin yüksek olmasının mutlulukla herhangi bir ilişkisinin olmadığı sonucuna varılmıştır. Bu bulguya “Easterlin Paradoksu” adı verilmiştir (Altun Erdoğan, 2022, s. 3164).

Özellikle ifade edilen gelir artışı, temel ihtiyaçlarını karşılamakta zorlanan insanların gelirlerinde oluyorsa gelirin mutluluk üzerinde etkisi daha yüksektir. Bu yüzden zaten yüksek gelire sahip kimselerin tekrar bir gelir artışı yaşamasıyla mutluluk hissetmeme durumu ile karşılaşılabilir. Elde edilen gelirin belirli bir noktadan sonra sabit kalması durumunda ekstra bir kazanç mutluluk verebilir ancak zaten yüksek olan kazanca tekrar artış olması mutluluğu etkilememektedir. Yeme içme, güvende olma,

barınabilme şeklindeki temel ihtiyaçlar bireyin mutlu olmak için temel olarak sahip olması gereken şeylerdir. Temel ihtiyaçların karşılanması halinde gelir ve mutluluk arasındaki ilişki azalmaktadır (Servet, 2017, s. 20).

1.2.1.2. Sosyal ve Demografik Faktörler

Kendisine zaman ayıran bireyler, iş temposunun stresinden soyutlanarak fiziksel ve ruhsal açıdan kendilerini rahatlamış ve daha mutlu hissederler. Spor aktiviteleri, kùltürel etkinlikler toplum ve birey ilişkilerini geliştirerek sosyalleşmeye katkı sağlamaktadır. Donati (2019)’e göre sosyalleşmek, insanları güven veren ve mutlu eden barınma ve yiyecek gibi yaşamsal ihtiyaçlardan birisidir (Altun Erdoėdu, 2022, s. 3183).

Yaş ve cinsiyet gibi demografik değişkenlerin mutluluğa etkisinin fazla olmadığı ifade edilmektedir (Diener, 1984). İnsanlardaki mutluluğa yaş faktörünün etkisinin U şeklinde olduğunu belirten bir çalışmada, gençlik ve yetişkinlik döneminde bireyler aynı düzeyde mutluyken, yaşlılık evresine doğru mutluluğun azaldığı daha sonra yaşlılıkta tekrar mutluluk düzeyinde artış olduğu ifade edilmektedir (Veenhoven, 1997). Yaşın mutluluğu etkilemediğini savunan farklı bir çalışmada (Burger, 2000) bunun sebebini, kişiliğin mutlulukta daha etkili olmasıyla ilişkilendirmiştir.

Yapılan araştırmalar incelendiğinde farklı bir demografik etken olarak medeni durumun mutluluğu etkilediği gr÷lmektedir. Buna göre bekar, eşi vefat etmiş ya da eşinden ayrılmış kimselerin evli insanlara göre mutluluk seviyelerinin daha dş÷ktür. Evli insanların öznel iyi oluşları daha y÷ksek, olumlu duyguları yaşama oranları daha fazladır (Diener vd., 2000).

Mutluluğu etkileyen faktörlere cinsiyet anlamında bakıldığında ise kadınların erkeklere nazaran daha mutlu olduğu belirtilmektedir. Bu durum, kadınların h÷z÷n ya da sevinç gibi duyguları daha ÷st düzeyde hissedebilmesiyle açıklanmıştır (Yinanç vd., 2020). Bu bilginin aksine çalışmaların bir kısmı da cinsiyet ve mutluluk arasında b÷y÷k ölçüde bir farklılık olmadığını iddia etmektedir (Tuzgöl Dost, 2004).

1.2.1.3. Sağlık

Sağlık durumuyla, mutluluk düzeyi birbirini etkilemektedir. Buna göre sağlıklı insanlar daha mutlu, mutlu insanlar daha sağlıklıdır (Hidalgo vd., 2010). ÷lkemizde T÷İK tarafından insanların mutluluk sebepleri incelenmiş ve çıkan verilere göre %69,5

oran ile en çok sağlıklı olmanın bireyleri mutlu ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Diener ve Biswas-Diener (2011) yaptıkları çalışmada buna paralel olarak mutlu bireylerin beden sağlıklarının (güçlü bir bağışıklık sistemi, iyi kalp sağlığı) daha iyi olduğunu ve sağlıklı davranışlarda bulunma olasılıklarının daha yüksek olduğunu (emniyet kemeri takma, alkol uyuşturucu vs kullanmama, spor yapma, bedenine bakma) tespit etmiştir.

1.2.1.4. Kişilik

Kişilik özellikleri mutluluğu doğrudan etkileyen faktörlerden bir diğeridir. Mutlu bireylerde bulunan dört temel kişilik özelliği iyimserlik, dışadönüklük, saygı ve kişisel kontrol duygusuna sahip olmadır (Myers & Diener, 1995). Kişilik özelliklerinden içe dönüklük ve dışa dönüklük mutluluk kavramıyla yakından ilişkilidir. Dışa dönük bireyler, pozitif duygulara daha fazla sahiptir. İçe dönük insanlarda ise mutluluk düzeyi daha düşük olabilmektedir. İyimserlik de öznel iyi oluşla ilişkilidir. İyimser bir bakış açısına sahip kimseler gelecekte iyi şeyler bekler ve mutluluk düzeylerinin daha yüksektir (Yavuz, 2016).

1.2.1.5. Eğitim

Eğitim ve mutluluk arasındaki ilişkiye bakıldığında ise eğitim seviyesi ve geliri daha düşük bireylerin daha mutlu olduğu sonucuna varılmıştır. Bunun sebebi ise meslekten beklenen gelir elde edilmediğinde mutluluğa etkisinin olumsuz yönde olmasıdır. Çünkü pek çok eğitim alan ve fazla gelir bekleyen bireyler için iş sahibi olamamak ya da az gelirli işler yapmak daha fazla negatif etki oluşturmaktadır (Servet, 2017, s. 21).

Dünya genelinde kadınların erkeklere nazaran eğitim seviyeleri ve gelirleri daha düşüktür. Kadınlarda görülen sağlık durumları daha kötü, depresyon gibi negatif duygu durumlarını yaşama olasılıkları daha yüksektir. Dolayısıyla kadınlar tarafından bildirilen mutluluk düzeylerinin erkeklere nazaran daha düşük seviyede olması beklenmektedir. Bununla beraber, literatürdeki çalışmalarda genel anlamda kadınların mutluluk seviyelerinin erkeklere göre daha yüksek olduğunu ifade edilmektedir (Terzibaş, 2020, s. 81).

1.2.2. Mutluluğun Türleri

Mutluluk, literatürde yer alan çalışmalarda farklı açılardan ele alınmıştır. Bu başlık altında mutluluğun türleri olarak ifade edilen ve farklı alanlardan mutluluğa yönelik yaklaşımlara yer verilmiştir.

1.2.2.1. Felsefede Mutluluk

İlkçağdan günümüze değin birçok insan farklı zaman ve koşullarda yaşamış olmasına rağmen mutluluk kavramı için ortak ifadelerde buluşmuşlardır. Mutluluk doğaya ve insana saygı duymayla, sevmekle, yardım etmekle, iyi bir insan olmakla ilişkilendirilmiştir (Keleş, 2020, s. 158).

Antik çağda yaşayan filozoflar mutluluk kavramını tanımlamak ve mutlu bir insan olmak için nelerin olması gerektiği konusu üzerinde durmuş ve düşünmüşlerdir. Aristoteles Antik çağda yaşayan bir filozoftur ve mutluluk kavramı üzerine odaklanan ilk filozoftur. Mutluluğun nelerden sonra gelebileceğini ölçmek istemiştir ama ondan önce mutluluğun ne olduğuna karar verilmesi gerektiğini savunmuştur. “Eudaimonia” kavramını mutluluğun tanımı olarak kullanan Aristoteles bu terimin karşılığı olarak Yunanca’da “insan gelişimi”ni kastetmektedir (Ceyda, 2017, s. 1463).

1.2.2.2. Psikolojide Mutluluk

Mutluluk kavramına son zamanlarda gösterilen ilgi artmıştır ve üzerine yapılan çalışma sayısı da buna paralel olarak artış göstermiştir. Günümüz dünyasında mutluluk kavramı gittikçe bireye indirgenmiştir. Böylelikle, kişinin kendi hayatından memnun olma durumuna göre mutlu olup olmadığı çıkarımına varılmaktadır. Nihayetinde ise bilimin de ilerlemesiyle mutluluk duygusu psikolojide yer edinmeye başlamıştır. Psikoloji alanında önder olan bilim insanları, mutluluk kavramı üzerine değil de mutsuzluğun sebepleri üzerine çalışmalara yoğunlaşmışlardır. İnsanın iyi olduğu yönlerine odaklanan pozitif psikoloji alanındaki çalışmalar artmasıyla, 1970’li yıllardan itibaren bir kişilik özelliği olarak sayılan psikolojik sağlamlık bireyin iç dünyasından ziyade dış dünya ile etkileşimiyle açığa çıkan aktif bir süreç olarak ele alınmıştır (Doğan & Yavuz, 2020, s. 313).

Mutluluk pozitif psikoloji alanının konusudur. Pozitif psikoloji, bireyin yaşamında karşılaştığı olumsuzlukları iyileştirmenin yeterli olmadığı durumlarda

başvurulan ve kişide bulunan yetenek, sevgi, özgünlük gibi olumlu özellikleri geliştirmenin önemli olduğu anlayışını savunmaktadır (Çivitçi, 2012, s. 322). Dünya sağlık örgütü, sağlıklı bir insanı herhangi bir rahatsızlığı olmaması dışında ruhsal, sosyal, fiziksel anlamda da iyi halde olma hali olarak tanımlamıştır. Bu tanıma göre birey sadece bir hastalık durumu olmaması yeterli olmamakla beraber aynı zamanda diğer alanlarda da bir iyi olma hali içerisinde olmalıdır (Demir & Türk, 2020, s. 109).

1.2.2.3. Ekonomide Mutluluk

Mutluluk ekonomisi, insanların mutluluk düzeylerini artırmak için yapılan politikaların neler olabileceğiyle ilgili çalışmaların yapıldığı bir alandır. Bireylerin mutluluk sebepleri ve bu sebepler arasında ekonomi unsurunun ne ölçüde etken olduğunu belirlemek için mutluluk ekonomisi başlığı altında incelemeler yapılmaktadır (Şeker, 2009, s. 116).

Gelişmekte olan ekonomilerde, “mutluluk ekonomisi” kavramı maddi refahla ilişkilendirilmektedir. Bireyler ihtiyaçlarını karşılayarak ruhsal anlamda memnuniyet duymakta ve gelir artışıyla birlikte artan yaşam kalitesi kişiye mutluluk vermektedir (Albayrak, 2022, s. 60).

1.2.2.4. Anlık Mutluluk/Kalıcı Mutluluk

Hedonizm hazcılık demektir. Hedonizmin tarihi M.Ö. 4. yy’a kadar gitmekle beraber kurucusu Aristippos’tur. Aristippos’a göre insan hayatının amacı en üst seviyede hazzı yaşamaktır. Haz almak için yapılan tüm faaliyetlerin toplamına mutluluk demektir. Haz veren şeylerin iyi, acı veren şeylerin kötü olduğunu savunmaktadır. Aristippos’a göre iyi ile haz kelimesi aynı anlama gelmektedir. İnsan yaşamının her anında sevinç duymaya çalışmalı, mutluluğun kaynağını bulmayı istemelidir. Anlık haza vurgu yapan Aristippos’u devamında pek çok filozof takip etmiştir. Takip eden filozoflardan olan Hobbes, mutluluğu arzularımızın başarılı bir şekilde gerçekleşmesiyle ortaya çıktığını ifade ederken, DeSade hayatın asıl amacının haz almak ve heyecan duygusunu yaşamak olduğunu söylemektedir (Balcı, 2011, s. 30).

Martin Seligman pozitif psikolojinin kurucularındandır ve anlık mutlulukla kalıcı mutluluğu birbirinden ayırmaktadır. Anlık mutluluğa ulaşma konusunda pek çok kimsenin farklı deneyimlerinin olduğunu söyleyen Seligman pozitif psikolojinin devamlı mutluluğu artırma düşüncesinde olduğunu belirtir (Balcı Arvas, 2017, s. 114).

Gazali ve Platon'un fikirlerine yaklaşan Mevlana, dünyayı gerçek olmayan ve geçici bir yer olarak görmüş, geçen ve anlık olan zevklerden gelen dünya mutluluğunu değil, asıl olan, kalıcı olan baki mutluluğu hedeflemek gerektiğini ifade etmiştir (Ayvaz, 2018). Bu iki kavrama genel olarak bakmak gerekirse anlık mutluluk; kısa süreli, geçici ve haz veren mutluluktur. Kalıcı mutluluğun ise hayatın bütün bir şekilde değerlendirilmesiyle ortaya çıkan yaşam doyumu ve yaşam memnuniyeti kavramlarıyla ilişkilendirildiği söylenebilir.

1.2.3. Mutluluğun Boyutları

Mutluluk kavramı literatürde yaşam doyumu, yaşam memnuniyeti, iyi oluş ve yaşam kalitesi boyutlarıyla ele alınmaktadır. İlgili boyutlar alt başlıklar halinde açıklanmıştır.

1.2.3.1. Yaşam Doyumu

Yaşam doyumu, bireyin hayatında olmasını istedikleri ve mevcut durumda olanlar arasındaki fark sonucu oluşan durum olarak tanımlanmaktadır (Özer & Karabulut, 2003).

Yaşam doyumu, kişilik özelliklerinin etkisi altında olduğu belirtilerek, yaşam doyumu yüksek olan kimselerin başlarına gelen herhangi bir olumsuz durumlarda iyimser bakış açısıyla yaklaşabildikleri ifade edilmiştir (Ryan & Deci, 2001, s. 149). Buradan mizaç olarak daha pozitif ve iyimser olan kimselerin yaşam doyum oranlarının daha yüksek çıkabileceği anlaşılmaktadır.

1.2.3.2. Yaşam Memnuniyeti

İnsan, yaşadığı toplum içerisinde yaşamından memnuniyet duyan bir birey olabilmek için mutlu yaşamak, daha iyi bir eğitim almak, güzel ve sağlıklı bir vücuda sahip olmak, iyi bir işe sahip olmak ve yüksek gelirler kazanmak, nitelikli sağlık hizmeti almak, sağlıklı beslenmek gibi çok alanda yaşam koşullarını iyileştirmenin yöntemlerini aramaktadır (Ulutürk Akman, 2021). Yapılan araştırmalarda, yaşamın bir anlamı olması, yaşamdan haz alma, yaşamda meşguliyetin fazla olması, ilgilenilen alanların çeşitlilik göstermesi olarak ifade edilen faktörlerin yaşam memnuniyeti ile ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur (Kümbül Güler & Emeç, 2006, s. 131).

1.2.3.3. İyi Oluş

İyi olma hali, genel olarak psikoloji alanında kullanılmakla birlikte mutluluğun tanımları içerisinde de yer almaktadır. Öznel iyi olma halinde kişi, kendi öz değerlendirmesine göre karar vermektedir. Öznel iyi oluş, olumsuz duyguları daha az yaşama, olumlu duyguları daha fazla yaşama ve yaşamdan haz alma şeklinde tanımlanmaktadır. Olumlu duygular mutluluk, güven, neşe, onurlanma ve heyecanlanmayı; olumsuz duygular ise nefret, kin, öfke ve suçluluk gibi duyguları içermektedir (Doğan & Eryılmaz, 2013, s. 108).

Yapılan araştırma sonuçlarına göre yüksek iyi olma hali ve yaşamdan memnuniyet duyma kişilerde sağlıklı ve uzun bir ömüre sahip olma, iş sahibi olma, gelir elde etme, kendini iyi hissetme, bağışıklık sistemlerinin güçlü olması, iş hayatında daha verimli olma, yaşam enerjisine sahip olma, sosyal ilişkilere açık olma gibi haller göstermektedir. Toplum için yarar sağlama niyetinin de yaşamı iyileştirdiği ifade edilmektedir (Gencer, 2018, s. 2622).

1.2.3.4. Yaşam Kalitesi

Platon'un "Devlet", Aristo'nun "Nikomakhos'a Etik" adlı eserleri, antik çağda da günümüze benzer şekilde yaşam kalitesi konusu üzerinde tartışmalar yapıldığını göstermektedir (Edisan & Kadioğlu, 2013, s. 3).

Yaşam kalitesi, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından "kişinin kendi amaçlarına, beklentilerine, standartlarına ve çıkarlarına göre bir kültür ve değer sisteminde kendi yaşamını algılaması" olarak tanımlanmıştır (Aydiner Boylu & Paçacıoğlu, 2016, s. 138).

Yaşam kalitesini açıklamak için üç temel yaklaşım kullanılmaktadır. Bu yaklaşımlardan ilki, tartışmaya açık olmayan kurallar olarak belirtilmiştir. İkincisi, tercihlerden sonra gelen doyumla ilişkilendirilmiştir. Üçüncüsü de bireysel deneyimleri ele almaktadır (Demir vd., 2021, s. 193).

Yaşam kalitesi, bireysel ve toplumsal boyut olmak üzere iki farklı boyutta incelenmektedir. Sağlıklı bir yaşam sosyal olma, kaliteli zaman, işten doyum alma, yüksek gelir gibi göstergeler bireysel yaşam kalitesini ifade etmektedir. Sağlıklı ve sosyal çevre, barış ve kullanılan kaynakların yeterliliği gibi göstergeler ise toplumsal yaşam kalitesini ifade etmektedir (Demir vd., 2021, s. 193).

1.3. Mizaç ve Mutluluk İlişkisi

Günümüzde mutluluk kavramına yönelik artan ilgi, ebeveynler ve öğretmenlerin de çocukların ya da öğrencilerin yaşamları boyunca kendilerini mutlu hissetmeleri konusunda arzularını artırmaktadır (Holder, 2012). Bu doğrultuda bazı ebeveyn ve öğretmenler koşulsuz sevgi göstererek, bazıları çocukları sanat veya spor etkinliklerine yönlendirerek, bazıları ise farklı yollar arayarak mutluluğu desteklemeye çalışmaktadır. Her durumda amaç, çocukların yaşam doyumlarını, iyi oluş düzeylerini ve dolayısıyla mutluluk düzeylerini artırmaktır (Holder & Weninger, 2015).

Mutluluğu doğrudan etkileyen önemli unsurlardan birisi, bireyin mizacı olarak ifade edilmektedir. Bunun da ötesinde mutluluğu etkileyen faktörler ele alındığında, mizaç kavramının bu faktörler içerisinde belirleyici bir ağırlığa sahip olduğu anlaşılmaktadır. Nitekim, mizacın önemli bir yere sahip olduğu kişilik oluşumunda kişiliği oluşturan değişkenler ile mutluluk arasındaki güçlü ilişki, ampirik araştırmalarla da ortaya koyulmuştur (DeNeve & Cooper, 1998). Örneğin; bireylerin genel tutumlarının iyimser ve neşeli bir yapıya sahip olması, onların mizaç özelliklerinin bir yansıması olarak değerlendirilmektedir. Buna paralel olarak literatürde, pozitif bireylerin daha mutlu, mutlu bireylerin ise daha pozitif olarak tanımlandığı görülmektedir (DeNeve & Cooper, 1998). Mizaç bakımından daha girişken, sosyal, duygusal açıdan daha dengeli ve kaygı düzeyi düşük olan çocukların ise hem öznel değerlendirmeler hem de çevresel gözlemler açısından daha mutlu oldukları değerlendirilmektedir. Ayrıca, aktivite düzeyinin de çocukların mutlulukları üzerinde etkili bir değişken olduğu belirlenmiştir. Daha yüksek aktivite düzeyine sahip çocukların, daha pasif bir yaşam tarzı sürdüren akranlarına kıyasla daha yüksek mutluluk düzeyleri sergiledikleri ifade edilmektedir (Parfitt & Eston, 2005).

Ebeveynler, öğretmenler ve eğitimciler, çocukların uzun vadeli mutluluklarını destekleyebilmek için yalnızca mizaç özelliklerini değil, aynı zamanda olumlu benlik algılarının ve kişiliğin oluşumunda kritik bir unsur olan karakter gelişimlerinin de üzerinde durmalıdır. Bu yaklaşım, mizaç kaynaklı bazı olumsuz etkilerin olumlu kişilik gelişimi sürecinde dengelenmesi ve tolere edilmesi bakımından önem arz etmektedir (Seligman, 2002). Bunun yanı sıra özyönetim becerilerinin geliştirilmesine yönelik çalışmaların artırılması da çocukların kendi potansiyellerinin farkında olarak yaşamlarını

sürdürmelerine katkı sağlamaktadır. Bu süreçte bireyler, hedeflerini düzenleme ve güçlü yönlerini tanıma fırsatı bulabilmekte, bu da olumlu benlik düzeylerinin ve mutluluklarının artmasına zemin hazırlamaktadır. Dolayısıyla, çocuklara yönelik mutluluk arayışında mizacın olumsuz yönlerini dengelemek için karakter gelişimine ilişkin stratejiler, yol gösterici bir rehber niteliği taşımaktadır (Garcia & Moradi, 2012).

Sonuç olarak, mizaç ile mutluluk arasındaki ilişki, karşılıklı bir etkileşime dayanmaktadır. Ayrıca mutluluğun sağlanması ve sürdürülebilmesinde, bireylerin duygusal tepkilerini ve alışkanlıklarını şekillendiren ve aynı zamanda bireysel farklılıkların temelini oluşturan mizaç özelliklerinin dikkate alınması önem arz etmektedir (Seligman, 2002).

1.4. Konuyla İlgili Yapılan Çalışmalar

Mizaçla ilgili yapılan çalışmalar, mutlulukla ilgili yapılan çalışmalar ve mizaç ile mutluluk arasındaki ilişki üzerine yürütülen çalışmalar ulusal ve uluslararası literatür incelenerek aşağıda alt başlıklar halinde ayrı ayrı açıklanmıştır.

1.4.1. Mizaç ile İlgili Yapılmış Çalışmalar

Denli (2024), çocukların sosyal ve ahlaki yargılarıyla algılanan ebeveyn tutumu, algılanan öğretmen tutumu ve mizaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya 9-10 yaşlarında olan 71 öğrenci ve ebeveynleri dahil edilmiştir. Araştırmacı anket, ölçek, bilgi formu ve yarı yapılandırılmış senaryoları verileri toplarken kullanmıştır. Araştırmanın bulgularına bakıldığında; ebeveyn tutumunun, algılanan öğretmen tutumunun, mizacın ve cinsiyetin ahlaki yargılarla anlamlı bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Köycekaş (2019), çocukların mizaç özellikleri ile oyun davranışlarının incelenmesi amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden kullanılmıştır. Ankara ili Yenimahalle ve Çankaya ilçelerinde yer alan bağımsız okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden, 61-71 aylık toplam 285 çocuk, 283 anne ve 33 öğretmen araştırmanın çalışma grubunda yer almıştır. Araştırmada gözlem, bilgi formu ve davranış ölçeği kullanılmıştır. Farklı mizaç özellikleri ile oyun davranışları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Mizacın davranışları etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Uyanık Koç (2020), 48-72 aylık çocukların benlik algılarının açıklayıcılarını mizaç, anne-baba ile ilişki özellikleri ve bazı değişkenler bakımından araştırmıştır. Araştırma örneklemi, Ankara ili Mamak ilçesinde bulunan MEB'e bağlı resmi bağımsız bir anaokulunda öğrenim gören 48-72 ay arasındaki 91'i kız, 109'u erkek olmak üzere 200 çocuk ile çocukların ebeveynleri oluşturmaktadır. Araştırmada bilgi formları, benlik algısı ölçeği, mizaç ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda çocukların öz yeterlilik, öz saygı ve benlik algısı puanlarında çocuğun yaş, cinsiyet ve mizaçları bakımından anlamlı bir fark bulunmazken, kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre kardeş sahibi olma durumu çocukların öz saygılarını olumlu yönde etkilemektedir. Anne-baba ile kurulan ilişki özelliklerinin çocukların öz yeterliliğini doğrudan etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Kartal (2022), ebeveyn tutumunun çocukların mizaçlarına ve kişiliklerine etkisini araştırmıştır. Araştırma örneklemi, İstanbul'da yaşayan 3-6 yaş aralığında çocuğu olan 220 anne veya babalar olarak belirlenmiştir. Araştırmada nicel yöntemlerden faydalanılmıştır. Elde edilen sonuçlar ebeveyn tutumu, çocuğun mizacı ve kişiliği arasında etkileşim olduğunu ortaya koymuştur. Ebeveyn tutumuyla çocuğun mizacı arasında anlamlı bir ilişki bulunmasa da ebeveyn tutumuyla çocuğun kişiliği arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Koç (2023), 4-6 yaş çocukları olan ebeveynlerin tutumlarının çocuklarının mizaçlarına etkisinin incelenmesi üzerine bir araştırma yapmıştır. Nicel bir araştırmadır. Araştırma grubu, İstanbul ilindeki 4-6 yaş çocukları olan 390 ebeveynlerden oluşmaktadır. Araştırmada bilgi formu, mizaç ölçeği, tutum ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın verileri Google Forms aracılığıyla online olarak toplanmıştır. Ebeveyn tutumları ile çocukların mizaç özellikleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Çöpoğlu (2024), okul öncesi dönem 48-72 ay çocuklarda mizaç özellikleri ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma yapmıştır. Düzce ilinde okul öncesi eğitime devam eden 114 kız 132 erkek 246 çocuk oluşturmuştur. Veriler, öğretmenlerle yüz yüze görüşerek toplanmıştır. Çocukların cinsiyete göre sosyal beceri alt boyutunda; mizaç özelliklerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmektedir. Çocuk yaşına göre mizaç alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Çocukların sosyal beceri puanları yaşlara göre incelendiğinde anlamlı bir farka

rastlanmıştır. Anne öğrenim durumuna göre mizaç özellikleri arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Sosyal beceriler ile bazı mizaç özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülürken bazı mizaç özellikleriyle pozitif ve negatif yönde düşük seviyede ilişkiler ortaya koyulmuştur.

Goldsmith vd. (1987), “Roundtable: what is temperament? Four approaches (Yuvarlak masa: Mizaç nedir? Dört yaklaşım)” adlı bir araştırma yapmışlardır. Yuvarlak masa toplantısında mizaç anlayışına yönelik 4 güncel yaklaşım tartışmışlardır. Çalışmada araştırmacılar 6 adet sorunun her birine yanıtlar vermişlerdir. Mizacı nasıl tanımlıyorsunuz ve kavramın sınırlarını nasıl açıklıyorsunuz? Mizacın unsurları nelerdir? Mizaç yapısı, yalnızca bu yapı çağrılırsa mümkün olan şekillerde sorunlara yaklaşmanıza veya verileri düzenlemenize nasıl izin veriyor? Mizaç nasıl gelişir? Mizacı ne ölçüde kişisel bir yapı olarak görüyorsunuz, ilişkisel veya etkileşimsel bir yapı olarak mı? Yaklaşımınız mizaçsal "zorluk" konularıyla nasıl başa çıkıyor? Soruların yanıtlarına göre mizaç için ortak yönler belirleyerek tanımını yapmışlardır.

Carrasco vd. (2020), annelerin ebeveynliği ve çocuklardaki saldırganlık davranışı arasındaki ilişki üzerine yürüttükleri çalışmada çocukların yaşlarının ve cinsiyet farklılıklarının bu ilişkiyi nasıl etkilediği araştırılmıştır. Araştırmanın örneklemi, 1-6 yaş arası 904 çocuktan oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak anket uygulanmıştır. Sonuçlar kız ve erkek çocuklar için farklılık göstermektedir. Mizaç ve ebeveynlik tutumlarının birbirlerini etkiledikleri sonucuna varılmıştır.

Berdan vd. (2008), “Mizaç ve Dışsallaştırıcı Davranış: Koruyucu Faktörler Olarak Sosyal Tercih ve Algılanan Kabul” isimli çalışmayı yapmışlardır. Araştırma örneklemi, anaokuluna giden 399 çocuktan oluşmaktadır. Yüksek mizaçlı (dışa dönük) olarak nitelenen okul öncesi çocukların gittikleri okullarda saldırganlık ve hiperaktivite gösterme eğilimlerinin yüksek olduğuna ulaşılmıştır.

Sanson vd. (2004), sosyal gelişim ve mizaç arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmanın amacı, ergen ve çocuklarda mizaç ve sosyal gelişim arasındaki bağlantının yer aldığı çalışmaları eleştirel bir yaklaşımla gözden geçirmektir. Sosyal gelişimin belirli yönleri ve mizacın boyutları arasında ilişki olduğu sonucuna varılmıştır.

1.4.2. Mutluluk ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Leung vd. (2021), yılında ilkokul öğrencileri üzerine mutluluğun belirleyicilerini ortaya koymak amacıyla bir araştırma yapmıştır. Hong Kong'taki 786 ilkokul öğrencisi tarafından ilkokul başlangıcında ve sonunda yanıtlanan anket, aile-çocuk ilişkisi, öğretmen-çocuk ilişkisi, arkadaş-çocuk ilişkisi, akademik başarı ve mutluluk üzerine yapılmıştır. Çalışmada ulaşılan sonuçlara göre kızlar arkadaşlık ilişkileri iyi olması halinde erkeklere göre daha yüksek akademik başarı elde edebilmekte ve daha yüksek akademik başarı elde ettiklerinde ise erkeklere göre daha mutlu olabilmektedir (Leung vd., 2021).

Fakhri vd. (2021), Makassar şehrindeki ilkokul öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada açık uçlu soruların yer aldığı bir form aracılığıyla nitel bir araştırma yaparak ilkokul öğrencileri için mutluluk kavramını betimlemeyi amaçlamıştır. 461 kişiden alınan yanıtların analiz edilmesi sonucunda mutluluk kavramının çocuklarda olumlu duygularla ilişkilendirildiği, sevdikleri kişilerle vakit geçirmek, ödül kazanmak, seyahat aktivitelerinde bulunmak, dilekleri yerine getirmek ve şükretmek gibi eylemlerin çocukların mutluluk seviyelerini artırdığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Fakhri vd., 2021).

Scott ve Hughes (2013), nitel araştırma olarak gerçekleştirdiği tez çalışmasında, ilkokul öğretmenleri, öğrenciler ve velilerin görüşlerini alarak sınıf mutluluğunun nasıl sağlanabileceğini ortaya koymayı amaçlamıştır. Farklı veri toplama araçları aracılığıyla 12 öğretmen, 64 öğrenci ve 66 veliden toplanan veriler analiz edilmiştir. Sonuç olarak, mutlu sınıfların oluşumu için ilişkisel pedagoji, pedagojik düşünceli olma hali, somutlaştırarak öğrenme, olasılık ahlakı ve mutluluk ahlakı olmak üzere beş ön şartın gerçekleşmesi gerektiği ortaya koyulmuştur (Scott & Hughes, 2013)

Quick (2014), 8-12 yaş aralığındaki çocuklar üzerine gerçekleştirdiği tez araştırmasında, 438 öğrenciden veri toplamış ve nicel bir araştırma yapmıştır. Araştırma ile maneviyat ve mutluluk arasındaki ilişki incelenmiş ve mizaç, cinsiyet ve sınıf düzeyinin kontrol edildiği, yani etkilerinin sabit bırakıldığı durumlarda bile mutluluk ve maneviyat arasında olumlu bir karşılıklı ilişkinin söz konusu olduğu görülmüştür (Quick, 2014).

Öztürk (2019), 9-12 yaşlarındaki ilkokul öğrencilerinin arkadaşlık ilişkilerinin mutluluk düzeylerini ne kadar etkilediğini ortaya koymayı amaçlamıştır. Ülkemizde

Doğu Anadolu bölgesindeki devlet ilkokul ve ortaokullarından 558 öğrencinin yer aldığı bir örneklem üzerine anket uygulaması aracılığıyla nicel bir araştırma gerçekleştirilmiş ve öğrencilerin arkadaşlık ilişkilerinin niteliği ve mutluluk seviyeleri arasında orta düzeyde olumlu ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Öztürk, 2019).

Ocak Karabay & Güzeldere Aydın (2017), sokakta çalışan çocuklar ve orta-yüksek ekonomik düzeye sahip bir ortamda yetişen çocukların mevcut durumları ve geleceğe yönelik bakış açıları ile öğretmen adaylarının sokakta çalışan çocuklara yönelik görüşlerini ortaya koymayı amaçlamıştır. 9-15 yaşlarında 70 çocuk ve 6 öğretmen adayından elde edilen nitel verilerin analizi ve yorumlanması sonucunda çocukların ekonomik düzey fark etmeksizin eğlenceli vakit geçirmek ve hediye almaktan mutlu oldukları ortaya çıkmıştır. Ayrıca sokakta çalışan çocukların mutluluğa yönelik algılarını ifade ederken okula gitme isteklerinden diğer gruptaki çocuklara göre daha çok vurguladıkları görülmüştür (Ocak Karabay & Güzeldere Aydın, 2017).

Şahin (2021), çocuk, aile ve öğretmen bakış açılarına göre çocuklarda mutluluğun kaynağının neler olduğunu araştırmıştır. Nitel bir araştırma olarak tasarlanan çalışmaya 8 veli, 8 öğretmen ve 9 çocuk katılmıştır. Önceden belirlenmiş soru kalıpları sırasıyla velilere ve çocuklara yöneltilerek benzer cevaplar gruplara ayrılarak mutlu olma sebepleri ortaya koyulmuştur. Öğretmenlere göre sınıfta aktif katılım, arkadaşları ile bir arada olmak, değerli hissettirilmesi, ebeveynlere göre bir işi başarmak, büyüdüğünün hissettirilmesi, ailecek vakit geçirmek, çocuklara göre aktif olmak, sosyal olmak, sevilmek, arkadaşlarıyla oyun oynamak çocukların mutluluğunun belirleyici faktörleri olarak ortaya koyulmuştur (Şahin, 2021).

Ünüvar vd. (2015), farklı iki ülkede yaşayan çocukların (Türkiye-Afganistan) mutluluğa yönelik algılarını ve çocukları mutlu eden aktivitelerin neler olduğunu keşfetmeyi amaçlamıştır. Çalışma okul öncesi döneminde olan 137 çocuk üzerine gerçekleştirilmiş ve çocuklara “Sence mutluluk nedir?” ve “Seni en çok ne mutlu eder?” soruları sorulmuştur. Nitel bir araştırma olarak yürütülen çalışmanın bulgularına göre Türkiye’deki çocukların mutluluğu çoğunlukla oyun ve eğlence ile ilişkilendirdiği, Afganistan’daki çocukların ise çoğunlukla güvenlik ve koruma ihtiyaçlarının giderilmesi ile mutluluğu ilişkilendirdikleri sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak, Afganistan’da yaşanan sık çatışmalar ve savaş durumu dolayısıyla burada bulunan çocukların etkilendiği

ve mutlu olma sebebi olarak güvende hissetme cevabını verdikleri anlaşılmıştır (Ünüvar vd., 2015).

1.4.3. Mizaç ve Mutluluk İlişkisi Üzerine Yapılan Çalışmalar

Klassen (2008), ilkokul öğrencilerinin mizaç ve mutlulukları arasında bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak üzere bir araştırma yapmıştır. Amerika’da Orta Okanagan eyaletindeki okullarda öğrenim gören 311 tane öğrenci ve aileleri, çalışmanın örneklemini oluşturmaktadır. Tek maddelik ölçeklerden oluşan bir anket kullanılarak öğrencilerin mizaçları ve mutlu olma düzeyleri derecelendirilmiştir. Çalışma daha girişken, daha hareketli, daha sosyal ve daha bağımsız olan çocukların kendilerini mutlu olarak ifade ettiğini, bulundukları ortamdaki diğer kişilerin de bu kişilerin mutlu olduklarını onayladıklarını ortaya koymaktadır. Yapılan etkinlik ve aktivitelerde daha aktif olan çocukların, daha mutlu oldukları görülmüştür. Son olarak, mizaç ve mutluluk arasında kuvvetli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Holder vd. (2012), tarafından “Hindistan'daki Çocuklarda Mizaç ve Mutluluk” adlı bir çalışma yürütülmüştür. Çalışma grubunu, Kuzey Hindistan'da yaşayan 7-14 yaş arası 441 çocuk oluşturmaktadır. Örnekleme anket uygulanarak nicel bir araştırma gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucunda daha sosyal, daha girişken, aktif ve az utanan çocukların daha mutlu olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu sonuç kişilik ve mutluluk arasında güçlü bir bağ olduğunun göstergesidir. Dışadönük mizaç özelliği mutluluk ile pozitif ilişkilidir. Mutluluk ile duygusal mizaç özelliği arasında ilişki zayıftır.

Ato & Galián (2025), “İspanyol Üniversite Öğrencilerinde Mizaç ve Aile İşlevlerinin Öznel Mutluluğa Tek ve Ortak Katkıları” adlı bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışmanın örneklemini 332 İspanyol üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışma sonucunda aile işlevselliği bakımından sağlıklı ailelerde büyüyen öğrenciler, dengesiz ailelerde büyüyen çocuklara göre öznel mutluluk seviyeleri daha yüksek çıkmıştır. Mizaç bakımından ise çekingen, pasif ya da istenmeyen mizaç profilleri bireyin doğup büyüdüğü ortamın etkisiyle şekillendiği sonucuna varılmıştır. Bu sonuçta öznel mutluluğu doğrudan etkilemektedir. Genel olarak hem aile hem mizaç mutluluğu etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Holder & Coleman (2008), “Mizaç, Popülerlik ve Fiziksel Görünümün Çocukların Mutluluğuna Katkısı” adlı çalışmada, 9-12 yaş arası 432 çocuk ile çocukların

ebeveynlerinin ve öğretmenlerinin oluşturduğu çalışma grubu üzerine nicel bir araştırma yürütmüştür. Çalışmanın sonucunda demografik veriler çocukların mutluluğunda önemli bir etkiye sebep olmadığı tespit edilmiştir. Ek olarak, mutluluk duygusunun demografik veriler gibi dışsal etkenlerden değil mizaç gibi içsel etkenlerden oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır.

Viñas vd. (2014), “12-16 Yaş Arası Ergenlerden Oluşan Bir Örneklemde Mizaç ve Kişisel Refah” adlı bir çalışma yapmıştır. Örneklem 1483 ortaöğretim öğrencisinden oluşmaktadır. Bu öğrencilerin bir kısmı kentte, bir kısmı kırsalda ve bir kısmı da kasabada eğitim görmektedir. Sonuçlar mizacın kişisel refahta yüksek düzeyde etkili olduğunu göstermektedir.

Garcia & Moradi (2012), “Ergenlerin Mizaç ve Karakteri” adlı bir çalışma yürütmüştür. Çalışmanın örneklemini, 109 ergen oluşturmaktadır. Mizaç ve karakter envanteri kullanılmıştır. Çalışmada bir yıl boyunca mizaç ve karakterin ilişkisi iki farklı zamanda veri toplanarak incelenmiştir. Sonuçlar özyönetim ve karakter gelişimi üzerine daha fazla çalışmalar yapılarak mizacın olumlu yönleri artırılabilir şeklinde olmuştur.

Guerin vd. (2023), “Ergenlik Dönemi Mizacının Gizli Profil Analizi: Yetişkinlikte Mutluluk ve Sağlıkla İlişkileri” adlı bir çalışma yürütmüştür. Çalışmanın amacı, ergenlik dönemindeki mizaç profillerinin yirmi yıl sonraki mutluluk ve sağlıkla ilişkisine yönelik uzun süreli tespitler ortaya koymaktır. Çalışma grubunu 14 ve 16 yaşlarındaki ergenler ve anneleri oluştururken çalışmada Mizaç Boyutları Anketi kullanılmıştır. Katılımcılar 38 yaşına geldiklerinde araştırma dahilinde mutluluk ve sağlığı ölçen ölçeklerden oluşan anketi doldurmaları istenmiştir. Daha az düzenli olan ve daha fazla düzenli olan iki mizacın karşılaştırılması sonucunda daha fazla düzenli olarak ifade edilen mizaç profillerinin daha mutlu ve sağlıklı oldukları tespit edilmiştir.

Cleveland (2014), “İnanç Temelli İlkokullardaki Çocuklarda Mutluluk, Mizaç ve Maneviyat Ölçeklerinin Psikometrik Yeniden Analizi” adlı bir çalışma yapmıştır. Çalışmada, öğrencilerin mizaçları da dikkate alınarak mutluluk ve maneviyatları arasında bir ilişki olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Ölçme aracı olarak anket kullanılmıştır. Araştırma sonucunda mizaç, mutluluk ve maneviyatın birbiriyle pozitif yönde ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Nicel araştırma ile tasarlanan bu araştırmada, ilkokul dönemlerindeki çocukların mizaçları ve mutlulukları arasındaki ilişkinin ortaya koyulması amaçlandığından araştırmada ilişki arayıcı araştırma modeli kullanılmıştır. İlişki arayıcı model, iki ya da daha fazla değişkenin birlikte değişim durumunu ve/veya seviyelerini ortaya koymayı amaçlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 2007).

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, Erzincan Merkez’de yer alan 44 devlet okulu ve 2 özel okul olmak üzere toplam 46 ilkokulda 2023-2024 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören 4. sınıf öğrencileri ve öğrencilerin velileri/vasilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya dahil olan ilkokulların belirlenmesinde ise basit seçkisiz örnekleme tekniği kullanılmıştır. Basit seçkisiz örnekleme tekniği, her bir örneklem için eşit seçilme ihtimali bulunan, bir başka deyişle evredeki her birimin örnekleme dahil olmak için birbirinden bağımsız bir şekilde eşit şansa sahip olduğu bir tekniktir (Kılıç, 2013).

Bu kapsamda, araştırma evreninden basit seçkisiz örnekleme yoluyla ulaşılan 274 ilkokul 4. sınıf öğrencisi ile 274 ilkokul öğrencisinin velileri/vasileri araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırmada güven düzeyi %95 ve anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. Gerçekleştirilen hesaplama sonucunda araştırma örnekleme, evreni yaklaşık $\pm 5.6\%$ hata payı ile temsil etmektedir. Böylelikle, ulaşılan örneklemin büyüklüğünün araştırma geçerliliğini sağlayacak düzeyde olduğu görülmüştür.

Tablo 2.1: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişkenler	Yüzde Dağılımı
Çocuk Cinsiyet Dağılımı	
Kız	48,8
Erkek	50,4
Çocuk Yaş	
9	44,4
10	52,7
11	2,9
Hane Gelir Dağılımı	
11.500 TL altı	7,9
11.501 TL - 20.000 TL arası	30,6
20.001 TL - 30.000 TL arası	23,6
30.001 TL - 40.000 TL arası	19,4
40.000 TL üzeri	18,6
Anne_Eğitim	
Okuryazar değil	1,7
İlkokul	16,1
Ortaokul	20,2
Lise	28,9
Üniversite	31,4
Lisansüstü	1,7
Baba_Eğitim	
Okuryazar değil	0,4
İlkokul	8,7
Ortaokul	9,1
Lise	33,9
Üniversite	37,6
Lisansüstü	10,3

Araştırma örneklemini oluşturan katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler Tablo 2.1’de gösterilmektedir. Buna göre örnekleme yer alan ilkökul öğrencilerinin yaklaşık %49’unun kız, %50’sinin de erkek olduğu görülmektedir. Katılımcıların yaş dağılımı incelendiğinde, yaklaşık %44’ünün 9 yaşında, yaklaşık %53’ünün 10 yaşında ve yaklaşık %3’ünün 11 yaşında olduğu görülmektedir. Velilerin hane gelir dağılımına ilişkin veriler incelendiğinde ise yaklaşık %8’inin aylık geliri 11,500 TL’nin altında, yaklaşık %31’inin aylık geliri 11,501 ile 20,000 TL’nin arasında, yaklaşık %23’ünün 20,001 ile 30,000 TL’nin arasında, yaklaşık %19’unun aylık geliri 30,001 ile 40,000 TL arasında, geriye kalan yaklaşık %19’luk kesimin ise aylık gelirin 40,000 TL’nin üzerinde olduğu anlaşılmaktadır. Anne ve babanın eğitim durumuna ilişkin diğer demografik bilgilere bakıldığında her iki ebeveynin de sırasıyla en çok üniversite

(anne: 31,4; baba: 37,6) ve lise mezunu (anne: 28,9; baba: 33,9) oldukları görülmektedir. Ebeveynlerin büyük çoğunluğu okuma yazma bilirken babaların lisansüstü eğitim oranlarının annelerden oldukça fazla olduğu tespit edilmiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri, nicel veri toplama araçlarından anket formu aracılığıyla toplanmıştır. EK1’de verilen anket formu Buss ve Plomin (1984) tarafından ortaya koyulan “Duygusallık Aktivitesi ve Sosyallik Mizacı (EAS) Ölçeği”, Lyubomirsky ve Lepper (1999) tarafından oluşturulan “Öznel Mutluluk Ölçeği” ve Hills ve Arygle (2002) tarafından oluşturulan “Oxford Mutluluk Ölçeği (Kısa formu)” ile kişisel bilgilerin yer aldığı formun bileşimiyle oluşturulmuştur.

Buss ve Plomin (1984) tarafından ortaya koyulan “Duygusallık Aktivitesi ve Sosyallik Mizacı (EAS) Ölçeği”nde amaç çocukların mizacını değerlendirmektir. Katılımcı grubu ebeveynlerdir. 20 maddelik, 5’li likert ölçekten oluşmaktadır (1:çok az benzer, 5: çok benzer). Ölçek kısa, açık ifadelerden oluştuğu için tercih edilmiştir. Ebeveyn değerlendirmelerinde güvenilirliği yüksektir.

4 alt boyut ve boyutlara ilişkin örnek maddeler aşağıdaki gibidir:

- Duygusallık: “Biraz duygusal olma eğilimindedir.”
- Aktivite: “Sürekli hareket halindedir.”
- Sosyallik: “Yalnız oynamaktan çok başkalarıyla oynamayı tercih eder.”
- Utangaçlık: “Utangaç olma eğilimindedir.”

Lyubomirsky ve Lepper (1999) tarafından oluşturulan “Öznel Mutluluk Ölçeği”nde amaç kişinin öznel mutluluğunu genel bir bakışla değerlendirmektir. Ölçek, çocuklar tarafından doldurulmuştur. 4 maddelik 7’li likert tipi bir ölçektir (1: daha az mutlu, 7:daha mutlu). Ölçekteki sorular yetişkin versiyonundan sadeleştirilerek çocukların anlayabileceği şekilde düzenlenmiştir.

Hills ve Arygle (2002) tarafından oluşturulan “Oxford Mutluluk Ölçeği (Kısa formu)”nde amaç kişisel mutluluk düzeyini değerlendirmektir. Ölçekler çocuklar tarafından doldurulmuştur. 8 maddelik 6’lı likert tipi ölçektir (kesinlikle katılmıyorum – kesinlikle katılıyorum). Ölçekte yer alan maddelerden biri olarak “Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum.” İfadesi örnek verilebilir.

Veri toplama aracı oluşturulduktan sonra veri toplama aracının geçerliliğinin saptanması amacıyla araştırmacı, tez danışmanı, alan uzmanı farklı bir akademisyen ve alandışı iki akademisyen veri toplama aracını cümlelerin uzunluğu, açıklığı, anlaşılabilirliği ve maddelerin örneklem düzeyini temsil etmesi bakımından incelenmiştir. Yapılan düzeltmelerden sonra, veri toplama aracına son hali verilerek veri toplama aşamasına geçilmiştir.

2.4. Veri Toplama Süreci

Araştırma süreci başlamadan önce ve başladıktan sonra veri toplamak amacıyla sırasıyla şu süreçler izlenmiştir:

- Etik kurul izninin alınması (EK-3),
- Tez önerisinin etik kurul izni ile birlikte enstitüye sunulması,
- Önerinin sunulması sonrasında süreçte Milli Eğitim Bakanlığı'ndan ilkokullardan veri toplanmasına yönelik gerekli izin alınması amacıyla başvurunun yapılması ve ilgili izinlerin alınması,
- Sonrasında, oluşturulan anket formu aracılığıyla veri toplanmasına izin verilen ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencileri ve onların velilerinden veri toplanmıştır. Bu süreçte, Veli/Vasi Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu (BGOF) ve Bilgilendirilmiş Gönüllü Veli-Vasi Olur Formu (BGVOF) aracılığıyla bilgilendirilmiş ve hem kendileri hem de öğrenciler için onayları alınmıştır. Veliler tarafından doldurulması gereken bölüm, her öğrenci için yalnızca bir veli/vasi tarafından yanıtlanmıştır. Etik kurul izni alınan bu çalışmada, katılım gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir.
- Veri toplama süreci, anket formları ve onam formlarının basılı bir şekilde araştırmacı tarafından öğrencilere ve velilere/vasilere ulaştırılması yoluyla gerçekleştirilmiştir. Velilerinin/vasilerinin onamları alınan öğrenciler ve öğrencilerin velileri/vasileri anket formunu doldurmuş, doldurulan anket formları öğrenciler aracılığıyla sınıf öğretmenlerine teslim etmiştir. Daha sonra ise araştırmacı, sınıf öğretmenlerinden anket formlarını teslim almıştır.

Öğrenciler tarafından doldurulan anketler, araştırmacının da bizzat yer aldığı sınıf ortamında sessiz bir şekilde uygulanmıştır. İlgili anketler, ortalama 40 dakikada tamamlanmıştır. Araştırmacı, öğrencilerin sorularına yardımcı olmak için anketler

yanıtlanırken sınıf ortamında hazır bulunmuştur. Öğrenciler anketleri yanıtlmaya başlamadan önce öğrencilere çalışmanın amacı ve soru türlerinin nasıl yanıtlanacağı araştırmacı tarafından açıklanmış ve sırasıyla anket soruları okunmuştur. Bu esnada, anlaşılmayan yerler araştırmacıya öğrenciler tarafından aktarılmıştır. Ankete katılım sağlamak istemeyen öğrenciler ise sınıfta öğretmen onaylı bireysel bir etkinlik ile ilgili süreyi değerlendirmiştir. Anket sonrasında katılımcı öğrencilere soru sormaları için fırsat tanınmış ve kendilerine katılımları için teşekkür edilerek veri toplama süreci tamamlanmıştır.

2.5. Veri Analizi

Mevut tez çalışması kapsamında nicel veri toplama yöntemlerinden biri olan anket tekniği ile elde edilen veriler, bir Excel dosyasına aktarılmış, ardından eksik veri olup olmadığı ve bilgisayar ortamına aktarım sürecinde meydana gelebilecek olası hatalar açısından kontrol edilmiştir. Bu süreçte tespit edilen tutarsızlıklar düzeltilerek veriseti analizlere hazır hale getirilmiştir.

Veri temizliğinin ardından analizler için IBM SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Ölçeklerin güvenilirliğini test etmek amacıyla Cronbach Alfa ve McDonald's Omega katsayıları hesaplanmış ve kontrol edilmiştir. Ölçeklerin geçerliğini belirlemek için ise JASP programı aracılığıyla doğrulayıcı faktör analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. Mizaç ve mutluluk arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon analizi, mizacın mutluluk üzerindeki etkisini ortaya koymak amacıyla ise çoklu regresyon analizleri uygulanmıştır.

2.6. Ölçeklerin Güvenilirlik ve Geçerlilikleri

Güvenilirlik analizleri, veri toplama aracında kullanılan ölçeklerin her biri için gerçekleştirilmiştir. Bunun için 0-1 aralığında bir katsayı elde edilerek ve belirli referans değerleri dikkate alınarak ölçülen Cronbach Alfa (α) değerlerine bakılmıştır. Buna göre ölçeğe ilişkin elde edilen katsayı değerlerinin 0,6'ya eşit veya bu değerden daha yüksek olması halinde ilgili yapının güvenilir olduğu ve iç tutarlılığı sağladığı kabul edilmektedir (Can, 2016).

2.6.1. EAS Mizaç Ölçeği'nin Güvenirlilik ve Geçerliliği

Bu başlık altında EAS Mizaç Ölçeği boyutlarına ilişkin güvenilirlik ve geçerlilik sonuçlarına yer verilmiştir.

Duygusallık Boyutu: Bağımsız değişken olarak ele alınan mizacın alt boyutlarından duygusallık boyutuna ilişkin değişkenin güvenilirlik analizinin yer aldığı Tablo 2.2'ye bakıldığında, Cronbach alfa değerinin %69 olduğu görülmektedir.

Tablo 2.2: Duygusallık Boyutu Cronbach Alfa Değeri

Güvenilirlik İstatistikleri	
Cronbach Alfa	Madde Sayısı
,689	5

Tablo 2.3'e bakıldığında ise duygusallık boyutuna ilişkin değişkenden herhangi bir madde çıkarılması güvenilirlik düzeyinde anlamlı bir değişiklik oluşturmamaktadır.

Tablo 2.3: Duygusallık Madde-Toplam Korelasyonları

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Varyansı	Doğrulanmış Madde-Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
DUY1	12,53	12,527	,522	,602
DUY2	11,90	14,986	,388	,662
DUY3	13,51	14,801	,349	,678
DUY4	12,36	13,195	,507	,611
DUY5	12,26	13,590	,454	,634

DUY: Duygusallık

Sosyallik Boyutu: Bağımsız değişken olarak analize dahil olan EAS Mizaç Ölçeği'nin sosyallik boyutuna ilişkin değişkenin Cronbach alfa değeri Tablo 2.4'te verilmiştir. Buna göre sosyallik boyutunun Cronbach alfa değeri %69 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2.4: Sosyallik Boyutu Cronbach Alfa Değeri

Güvenilirlik İstatistikleri	
Cronbach Alfa	Madde Sayısı
,691	5

Tablo 2.4'te verilen Cronbach alfa değeri, kabul edilebilir sınır değerine yakın bir düzeyde olsa da Tablo 2.5'te verilen madde-toplam korelasyon tablosu incelendiğinde 5 numaralı sorunun çıkarılması halinde sosyallik boyutuna ilişkin güvenilirlik düzeyinde

anlamli bir artiş gerçekleştiği gözlemlenmiştir. Bu doğrultuda soru 5'in çıkarılması sonucunda sosyallik boyutu leğinin güvenilirlik düzeyi %74'e yükselmiştir.

Tablo 2.5: Sosyallik Madde-Toplam Korelasyonları

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde lek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde lek Varyansı	Doğrulanmış Madde-Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
SOS1	15,18	10,508	,524	,620
SOS2	15,41	10,762	,357	,676
SOS3	15,64	8,532	,635	,550
SOS4	15,72	9,984	,534	,609
SOS5	16,70	9,646	,286	,738

SOS: Sosyallik

Aktivite Boyutu: Tablo 2.6, bağımsız değişken olarak ele alınan mizacın alt boyutlarından aktivite değişkeninin güvenilirlik düzeyinin (Cronbach Alfa) 0.454 olduğunu göstermektedir. Kabul edilebilir sınırlar içinde bulunmayan bu değerle ilgili olarak Tablo 2.7'deki madde silinmesi halinde oluşacak güvenilirlik değişimine bakılmıştır.

Tablo 2.6: Aktivite Boyutu Cronbach Alfa Değeri

Güvenilirlik İstatistikleri	
Cronbach Alfa	Madde Sayısı
,454	5

Tablo 2.7, aktivite boyutuna ilişkin değişkende bulunan 5 maddeden her birinin değişkenin genel güvenilirliğine (i tutarlılığına) katkısı ile birlikte her bir maddenin çıkarılması halinde ölçeğin güvenilirlik katsayısında meydana gelecek değişimi göstermektedir. Bu noktada, değişkendeki soru 3'n çıkarılması, güvenilirlik düzeyini anlamli derecede artırmakta %52 'ye yükseltmektedir.

Tablo 2.7: Aktivite Madde-Toplam Korelasyonları

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Varyansı	Doğrulanmış Madde-Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
RAKT2	14,7831	6,932	,123	,467
RAKT5	14,9169	6,952	,143	,455
AKT1	15,0245	5,175	,406	,269
AKT3	16,9263	5,518	,128	,521
AKT4	14,9883	5,260	,470	,237

AKT: Aktivite, **RAKT:** Aktivite (Ters madde)

Çalışmada aynı zamanda aktivite boyutunda ters madde olarak ölçeğe dahil edilen soru 2 çıkarıldığında ise Tablo 2.8’de görüleceği üzere güvenilirlik yaklaşık %55’e yükselmekte ve sonrasında tekrar güvenilirlik analizi yapılarak soru 5 çıkarıldığında güvenilirlik düzeyi %72’ye yükselmektedir. Sonuç olarak aktivite boyutu için soru 1 ve soru 4 ile analize devam edilmiştir.

Tablo 2.8: Aktivite Madde-Toplam Korelasyonları

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Varyansı	Doğrulanmış Madde-Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
AKT1	12,7910	3,091	,362	,399
AKT4	12,7548	3,045	,475	,286
RAKT2	12,5496	4,164	,182	,549
RAKT5	12,6834	4,098	,237	,506

AKT: Aktivite, **RAKT:** Aktivite (Ters madde)

Utangaçlık Boyutu: Tablo 2.9’da görüldüğü üzere utangaçlık boyutuna ilişkin değişkenin Cronbach Alfa değeri 0.534 çıkmıştır. Kabul edilebilir sınırlar içinde bulunmayan bu değerle ilgili olarak Tablo 2.10’daki madde silinmesi halinde oluşacak güvenilirlik değişimine bakılmıştır.

Tablo 2.9: Utangaçlık Boyutu Cronbach Alfa Değeri

Güvenilirlik İstatistikleri	
Cronbach Alfa	Madde Sayısı
,534	5

Tablo 2.10’da görüldüğü üzere utangaçlık değişkeninden herhangi bir soru çıkartılması durumunda güvenilirlik düzeyinde önemli bir değişiklik yaşanmayacağı için herhangi bir soru çıkartılmamıştır. Dolayısıyla utangaçlık değişkenine ilişkin değerler son haliyle kabul edilebilir güven düzeyine ulaşmadığından utangaçlık boyutu modele dahil edilmemiştir.

Tablo 2.10: Utangaçlık Madde Toplam Korelasyonları

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Varyansı	Doğrulanmış Madde-Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
UTN1	11,06	10,938	,417	,405
UTN2	11,31	12,547	,252	,504
UTN3	11,22	12,564	,215	,526
UTN4	11,73	10,837	,368	,432
UTN5	11,05	11,487	,254	,509

UTN: Utangaçlık

Sonuç olarak, EAS Mizaç Ölçeği’ne ilişkin yapılan güvenilirlik analizleri incelendiğinde, duygusallık, sosyallik ve aktivite boyutlarının Cronbach Alfa değerleri sırasıyla (0.69, 0.74, 0.72) olup güvenilirlik düzeylerinin kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer aldığı, bununla birlikte utangaçlık boyutunun güvenilirlik değerlerinin düşük kaldığı tespit edilmiştir. Bu nedenle, duygusallık, sosyallik ve aktivite alt boyutları modele dahil edilmiş olup utangaçlık boyutuna ilişkin alt problemler test edilmemiş ve bu doğrultuda bulgular bölümünde ilgili boyutlara ilişkin alt problemlerle ilgili herhangi bir bulguya yer verilmemiştir.

Ölçeğin faktör yapısında yapılan utangaçlık boyutunun çıkarılması ve madde çıkarımları sonucunda değişiklik meydana geldiğinden mevcut yapıya Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) gerçekleştirilmiştir.

Yapılan AFA sonucunda öncelikle örneklem büyüklüğünün faktör analizi için uygunluğunu değerlendirmek üzere Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett küresellik testi sonuçları incelenmiştir. KMO değeri 0.720 olarak bulunmuş ve Bartlett küresellik

testi anlamlı çıkmıştır ($p<0.01$). Ölçeğin faktör yapısının üç bileşenden oluşmakta ve toplam açıklanan varyans %50.62'dir. Varimax döndürme işlemi sonrasında birinci faktör (Sosyallik) toplam varyansın %20.29'unu, ikinci faktör (Duygusallık) %18.96'sını, üçüncü faktör (Aktivite) ise %11.37'sini açıklamaktadır. Sonuç olarak, elde edilen yapıda maddeler orijinal ölçeğin boyutlarına yüklenmiş ve herhangi bir binişik madde gözlemlenmemiştir. Her bir maddenin ilgili boyut altında yüksek faktör yüklerine sahip olması, ölçeğin yapı geçerliğini desteklemektedir. Açımlayıcı faktör analizine ilişkin sonuçlar ve maddelerin yük dağılımı Tablo 2.11'de gösterilmektedir.

Tablo 2.11: Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

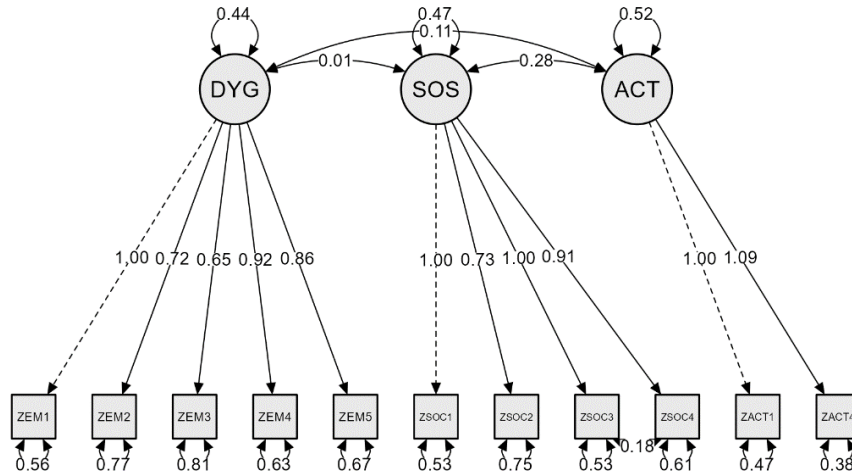
Madde	Faktör 1 (Sosyallik)	Faktör 2 (Duygusallık)	Faktör 3 (Aktivite)
SOC3	.828	-	-
SOC4	.767	-	-
SOC1	.724	-	-
SOC2	.537	-	-
SOC5	.528	-	-
EM1	-	.740	-
EM4	-	.723	-
EM5	-	.676	-
EM2	-	.619	-
EM3	-	.515	-
RACT5	-	-	.759
RACT2	-	-	.727

EAS Mizaç Ölçeği'ne ilişkin açımlayıcı faktör analizi yapıldıktan sonra Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. DFA, bir ölçeğin önceden belirlenmiş kuramsal yapısının (örneğin, EAS ölçeğinin üç boyutu duygusallık, sosyallik ve aktivite) uygulamanın yapıldığı örneklemde elde edilen veriler tarafından doğrulanıp doğrulanmadığını inceleyen bir analiz yöntemidir (Aytaç & Öngen, 2012). Tablo 2.12, EAS Mizaç Ölçeği'ne ait güvenilirlik ve DFA sonucunda elde edilen geçerlilik değerlerini bir arada göstermektedir. Buna göre ölçek boyutlarının kabul edilebilir sınırlar içinde yer aldıkları ve geçerli oldukları anlaşılmaktadır.

Tablo 2.12: Ölçeklerin Güvenilirlik ve Geçerlilik Düzeyleri

Değişkenler	Güvenilirlik Düzeyleri		Değişkenlere Ait Geçerlilik Değerleri
	Coefficient ω (McDonalds Omega)	Coefficient α (Cronbach Alfa)	
EAS Ölçeği Duygusallık Boyutu	0.69	0.68	CFI = 0.96
EAS Ölçeği Sosyallik Boyutu	0.74	0.74	GFI = 0.95
EAS Ölçeği Aktivite Boyutu	0.73	0.72	TLI= 0.94
			RMSEA=0.047
			SRMR= 0.059

Tablo 2.12 dikkate alındığında, yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda EAS mizaç boyutlarına ilişkin model uyum indeksinin kabul gören eşik değerlerini karşıladığı anlaşılmaktadır. TLI ve SRMR değerlerinin kabul görür seviyede olması, modelin yapısal geçerlilik durumunun kabul edilir olduğunu desteklemektedir.

Şekil 2.1: EAS Mizaç Ölçeği Geçerlilik Sonucuna İlişkin Şekilsel Gösterim

Şekil 2.1, EAS Mizaç Ölçeği'ne ait DFA'nın şekilsel gösterimini sunmaktadır. Şekil 2.1'de DYG, SOS, ACT daireleri yapının, ölçmek istediği temel özellikleri (boyutları) temsil etmekte iken kare şeklinde olan (ZEM1, ZSOC3, ZACT4 gibi) kutular, gizil değişkenin gözlenen göstergelerini, bir başka deyişle boyutları temsil eden maddeleri göstermektedir. Daireden kareye giden oklar, gizil değişkenin o maddeyi ne kadar iyi açıkladığını göstermektedir. Standardize edilmiş faktör yükleri 0.65 ile 1.09 aralığında olup ölçeğin yapı geçerliliğini desteklemektedir. Analiz sonucunda duygusallık (DYG), sosyallik (SOS) ve aktivite (ACT) boyutlarının her birinin ilgili maddeler tarafından anlamlı biçimde temsil edildiği görülmektedir.

2.6.2. Mutluluk Ölçeklerinin Güvenilirlik ve Geçerlilikleri

Bu başlık altında, mutluluk ölçeklerinin boyutlarına ilişkin güvenilirlik ve geçerlilik sonuçlarına yer verilmiştir.

Öznel Mutluluk Ölçeği: Tablo 2.13'te görüleceği üzere çalışmada bağımlı değişken olarak kullanılan 4 maddelik Öznel Mutluluk Ölçeği'ne ilişkin Cronbach alfa değeri %59 olarak saptanmıştır.

Tablo 2.13: Öznel Mutluluk Ölçeği Cronbach Alfa Değeri

Güvenilirlik İstatistikleri	
Cronbach Alfa	Madde Sayısı
,593	4

Tablo 2.14'te verilen madde-toplam korelasyon değerleri incelendiğinde ise 0,273 gibi düşük bir değer alan RÖM kodlu ters sorunun analizden çıkarılması halinde ölçeğin güvenilirlik değerinin %63'e yükseldiği görüldüğünden ilgili madde çıkarılmıştır.

Tablo 2.14: Öznel Mutluluk Ölçeği Madde-Toplam Korelasyon

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Varyansı	Doğrulanmış Madde- Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
ÖM1	16,3370	13,465	,472	,450
ÖM2	16,1615	14,368	,431	,487
ÖM3	16,4318	14,496	,371	,525
RÖM4	17,0027	12,801	,273	,636

ÖM: Öznel Mutluluk, **RÖM:** Öznel Mutluluk (Ters madde)

Kalan üç maddeye ilişkin puanların, ölçeğin farklı ölçeklerle kıyaslanabilirliğini sağlamak adına z-skorları alınmıştır. Tablo 2.15'e bakıldığında standartlaştırılmış puanlar dikkate alınarak yapılan güvenilirlik analizinde Cronbach Alfa ve McDonald's Omega değerlerinin 0.64 olarak bulunduğu görülmektedir.

Tablo 2.15: Öznel Mutluluk Ölçeği Omega ve Alfa Güvenirlik Değerleri

<i>Güvenilirlik</i>		
	Katsayı ω	Katsayı α
Faktör 1	0.642	0.636

Tablo 2.16 ise düzeltilmiş maddelerle birlikte oluşan yeni madde-toplam korelasyonlarını göstermektedir. Madde-toplam korelasyonlarının 0.30'un üstünde olması ölçeğin homojen olduğunu ifade etmektedir. Ölçekteki madde sayısının azlığı ve örneklemin ilköğretim seviyesinde olduğu göz önünde bulundurulduğunda ilgili değerler orta düzeyde güvenilirliğe sahip olduğu belirtilebilir.

Tablo 2.16: Öznel Mutluluk Ölçeği Madde-Toplam Korelasyon

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Varyansı	Doğrulanmış Madde- Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
(ÖM1)	,00	2,630	,487	,479
(ÖM2)	,00	2,672	,470	,503
(ÖM3)	,00	2,907	,382	,624

ÖM: Öznel Mutluluk

Oxford Mutluluk Ölçeği: Çalışmada bağımlı değişken olarak kullanılan diğer bir mutluluk ölçeği ise Oxford Mutluluk Ölçeği'dir. Bu ölçeğe ilişkin güvenilirlik analizi sonucunda Tablo 2.17'de görüleceği üzere, ölçeğin Cronbach Alfa değeri %66.5 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2.17: Oxford Mutluluk Ölçeği Cronbach Alfa Değeri

Güvenilirlik İstatistikleri	
Cronbach Alfa ,665	Madde Sayısı 8

Tablo 2.18'e göre ölçekteki soru 4'ün çıkarılması halinde güvenilirlik değeri %68'e yükseldiği için ilgili madde çıkarılmıştır.

Tablo 2.18: Oxford Mutluluk Ölçeği Madde-Toplam Korelasyon

Madde-Toplam İstatistikleri				
	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Ortalaması	Madde Silinmesi Halinde Ölçek Varyansı	Doğrulanmış Madde-Toplam Korelasyonu	Madde Silinmesi Halinde Cronbach Alfa Katsayısı
(OM2)	,038	13,771	,563	,580
(OM5)	,043	15,865	,264	,658
(OM6)	,036	15,734	,286	,652
(OM7)	,032	14,482	,466	,607
(ROM1)	,039	16,008	,248	,661
(ROM8)	,032	15,567	,309	,646
(ROM4)	,038	16,676	,160	,682
(OM3)	,027	13,674	,594	,573

OM: Oxford Mutluluk, **ROM:** Oxford Mutluluk (Ters madde)

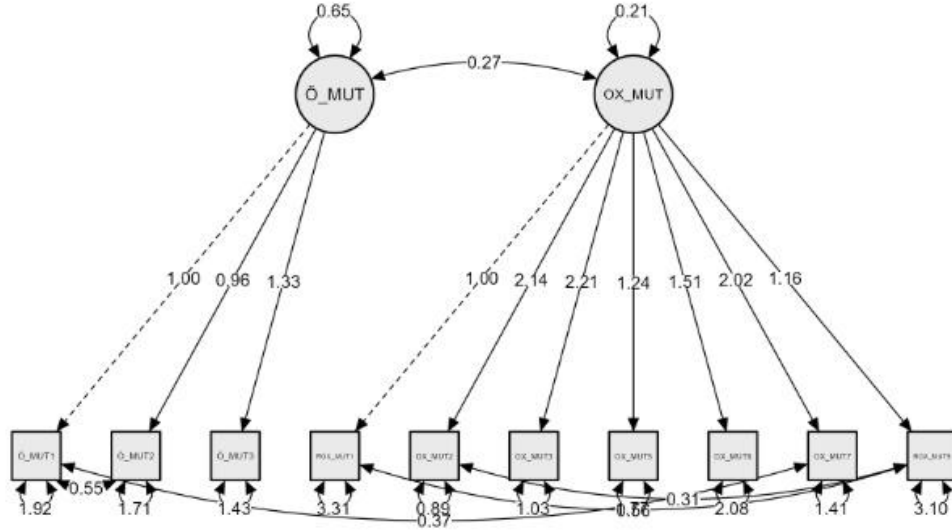
Öznel Mutluluk ve Oxford Mutluluk ölçeklerine ilişkin güvenilirlik analizi yapıldıktan sonra ölçeklerin geçerliliğini test etmek amacıyla DFA yapılmıştır. Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. DFA, bir ölçeğin önceden belirlenmiş kuramsal yapısının, uygulamanın yapıldığı örneklemden elde edilen veriler tarafından doğrulanıp doğrulanmadığını inceleyen bir analiz yöntemidir (Aytaç & Öngen, 2012). Tablo 2.19, Öznel Mutluluk ve Oxford Mutluluk ölçeklerine ait güvenilirlik ve geçerlilik değerlerini bir arada göstermektedir.

Tablo 2.19: Ölçeklerin Güvenilirlik ve Geçerlilik Düzeyleri

Değişkenler	Güvenilirlik Düzeyleri		Değişkenlere Ait Geçerlilik Değerleri
	Coefficient ω (McDonalds Omega)	Coefficient α (Cronbach Alfa)	
Öznel Mutluluk Ölçeği	0.54	0.65	CFI = 0.955
Oxford Mutluluk Ölçeği	0.66	0.75	GFI = 0.962
			TLI= 0.933
			RMSEA=0.052
			SRMR= 0.049

Tablo 2.19 dikkate alındığında yapılan doğrulamalı faktör analizi sonucunda, iki mutluluk ölçeğine ilişkin model uyum indeksinin kabul gören eşik değerlerini karşıladığı anlaşılmaktadır. TLI ve SRMR değerlerinin kabul görür seviyede olması, modelin yapısal geçerlilik durumunun kabul edilir olduğunu desteklemektedir.

Şekil 2.2: Öznel Mutluluk ve Oxford Mutluluk Ölçeklerine Ait Geçerlilik Sonucuna İlişkin Şekilsel Gösterim



Şekil 2.2, Öznel Mutluluk ve Oxford Mutluluk ölçeklerine ait DFA'nın şekilsel gösterimini sunmaktadır. Şekil 2.2'de Ö_MUT ve OX_MUT daireleri, çalışmada ölçülmek istenen iki temel gizil yapıyı temsil etmektedir. Bunlar sırasıyla Öznel Mutluluk Ölçeği (Subjective Happiness Scale) ve Oxford Mutluluk Ölçeği (Oxford Happiness Scale) olarak adlandırılmaktadır. Dairelerin altında yer alan kare biçimindeki kutular (Ö_MUT1 , Ö_MUT2 gibi) bu gizil değişkenleri ölçen gözlenen değişkenleri yani mutluluk düzeylerini ölçen maddeleri göstermektedir. Dairelerden karelere doğru yönelen tek yönlü oklar ise her bir gizil değişkenin ilgili maddeleri ne ölçüde açıkladığını göstermektedir. Bu okların üzerindeki değerler, standardize edilmiş faktör yükleridir (standardized factor loadings) ve maddelerin gizil değişkenle olan ilişki gücünü yansıtmaktadır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR ve YORUM

Bu bölümde katılımcılardan elde edilen verilerin analizi sonucunda ulaşılan bulgulara yer verilmektedir. Bu doğrultuda ilk olarak modele dahil edilen değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistiklere ve normallik analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Ardından, Erzincan ili merkezinde eğitim öğretim faaliyetinde bulunan ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin mizaç özellikleri (duygusallık ve sosyallik) ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiş ve elde edilen bulgular ilgili alt problemler çerçevesinde sunulmuştur.

3.1. Tanımlayıcı İstatistikler

Tablo 3.1’de değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler ile çarpıklık ve basıklık değerleri verilmiştir.

Tablo 3.1: Mizaç Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişken	N	Ortalama (Mean)	Standart Sapma	Minimum	Maksimum	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
EM1	242	3.11	1.46	1	5	-0.083	-1.347
EM2	242	3.73	1.21	1	5	-0.657	-0.442
EM3	242	2.12	1.31	1	5	0.816	-0.582
EM4	242	3.28	1.36	1	5	-0.211	-1.164
EM5	242	3.36	1.38	1	5	-0.348	-1.069
SOC1	242	4.48	0.89	1	6	-1.745	2.609
SOC2	242	4.25	1.05	1	6	-1.379	1.430
SOC3	242	4.02	1.19	1	5	-1.100	0.308
SOC4	242	3.94	1.00	1	5	-0.844	0.469

Tablo 3.1: Mizaç Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler (Devamı)

Değişken	N	Ortalama (Mean)	Standart Sapma	Minimum	Maksimum	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
RACT2	242	4.38	0.85	2.50	6.26	-0.430	-0.850
RACT5	242	4.24	0.80	3.00	6.36	-0.297	-1.103

Not: Güvenilirlik ve Geçerlilik Analizleri sonrasında modele dahil edilen maddelerin normallik analizi gerçekleştirilmiştir.

Tablo 3.1'e göre tüm maddelerin ortalama değerleri 2,12 ile 4,48 arasında değişmektedir. Standart sapma değerleri 0,80 ile 1,46 arasında değişmektedir. Çarpıklık (-1,745 ile 0,816 arasında) ve basıklık (-1,347 ile 2,609 arasında) değerleri incelendiğinde, verilerin büyük ölçüde normal dağılıma yakın olduğu görülmektedir. Sadece SOC1 maddesinde yüksek düzeyde sola çarpıklık ve pozitif basıklık gözlenmiştir. Bu durum, yanıtların ölçeğin üst değerlerinde yoğunlaştığını göstermektedir. Bunun dışında kalan tüm maddelerin çarpıklık ve basıklık değerleri kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer almakta olup verilerin parametrik analizler için uygun olduğu değerlendirilmiştir. Tablo 3.2, mutluluk değişkenine ait tanımlayıcı istatistikler ile çarpıklık ve basıklık değerlerini sunmaktadır.

Tablo 3.2: Mutluluk Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Değişken	N	Ortalama (Mean)	Standart Sapma (SD)	Minimum	Maksimum	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
ÖM1	242	5.62	1.60	0	7	-1.361	1.523
ÖM2	242	5.83	1.48	1	8	-1.616	2.666
ÖM3	242	5.54	1.60	1	7	-1.145	0.750
RÖM4	242	5.01	2.12	1	7	-0.647	-1.034
ROXM1	242	4.66	1.86	1	6	-1.031	-0.533
OXM2	242	5.33	1.31	1	7	-2.154	4.098
OXM3	242	5.00	1.43	1	6	-1.514	1.416
ROXM4	242	4.28	2.10	1	6	-0.628	-1.388
OXM5	242	4.92	1.42	1	6	-1.362	1.164
OXM6	242	4.62	1.59	1	6	-1.054	0.046

Tablo 3.2: Mutluluk Değişkenine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler (Devamı)

Değişken	N	Ortalama (Mean)	Standart Sapma (SD)	Minimum	Maksimum	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)
OXM7	242	5.05	1.50	1	6	-1.721	1.940
ROXM8	242	4.76	1.83	1	6	-1.131	-0.325

Not: Güvenilirlik ve Geçerlilik Analizleri sonrasında modele dahil edilen maddelerin normallik analizi gerçekleştirilmiştir.

Maddelere ilişkin ortalama değerler, 4,28 ile 5,83 arasında değişmektedir. Standart sapma değerlerinin 1,3 ile 2,1 arasında olması, yanıtların belirli bir homojenlik göstermektedir. Çarpıklık değerleri -2,154 ile -0,628 arasında, basıklık değerleri ise -1,388 ile 4,098 arasında değişmektedir. OX_MUT2 maddesinde yüksek düzeyde sola çarpıklık ve pozitif basıklık gözlenmiştir. Bunun dışında kalan tüm maddelerin çarpıklık ve basıklık değerleri kabul edilebilir sınırlar içerisinde yer almakta olup verilerin parametrik analizler için uygun olduğu değerlendirilmiştir.

3.2. EAS Duygusallık Boyutu ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Bu aşamada, 4. sınıf öğrencilerinin EAS Mizaç Ölçeği'nin duygusallık boyutu ile Oxford mutluluk ve öznel mutluluk arasındaki ilişki incelenmiştir. Yöntemi uygulamak için yapılacak testlerden önce değişkenler arası korelasyon katsayılarının incelenmesi gerekmektedir. Tablo 3.3'te korelasyon analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmektedir.

Tablo 3.3: Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Ortalama	Std hata	MA	OM	SM
Mizacın Duygusallık Boyutu	3.12	,895	1		
Oxford Mutluluk Ölçeği	4,87	,915	-.153*	1	
Öznel Mutluluk Ölçeği	5,64	1,20	-.119	.503**	1

MD: Mizaç Duygusallık, **OM:** Oxford Mutluluk, **SM:** Öznel Mutluluk

n=242, * p<0,05, ** p<0,01; İlişkinin şiddeti $0,70 \leq R_{xy} \leq 1$ Güçlü, $0,40 \leq R_{xy} < 0,70$ Orta, $0 < R_{xy} < 0,40$ Düşük

Elde edilen bulgular doğrultusunda mizacın alt boyutlarından biri olan duygusallık ile mutluluk düzeyleri (Oxford Mutluluk Ölçeği, Öznel Mutluluk Ölçeği) arasındaki ilişkiler incelendiğinde; Duygusallık ve Oxford mutluluk düzeyi arasında

negatif yönlü düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=-0.153$, $p<0.05$). Ancak duygusallık alt boyutu ile öznel mutluluk arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($r=-.119$, $p>0.05$). Değişkenler arası korelasyon katsayıları incelendikten sonra. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin mizaç özelliklerinden biri olarak duygusallık ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi doğrulamak amacıyla regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

3.2.1. EAS Duygusallık Boyutu ile Öznel Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular

İlk olarak, 4. sınıf öğrencilerinin duygusallık mizaç özelliği ile öznel mutlulukları arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar Tablo 3.4-3.6'da özetlenmektedir.

Tablo 3.4: Regresyon Modeli Özeti

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahminin Standart Hatası
1	.120	.014	.010	1.20

Tablo 3.4 incelendiğinde, duygusallık ile öznel mutluluk arasındaki ilişkiye yönelik modelin açıkladığı varyans oldukça düşüktür ($R^2 = .014$). Bu sonuç, duygusallık değişkeninin öğrencilerin Öznel mutluluk düzeylerini açıklama gücünün düşük olduğunu göstermektedir. Ancak kurulan modelin anlamlı olup olmadığını tespit edebilmek için Tablo 3.5'te verilen ANOVA sonuçlarına bakmak gerekmektedir.

Tablo 3.5: ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi (df)	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	5.057	1	5.057	3.51	.062
Artık	345.698	240	1.440		
Toplam	350.755	241			

- a. Bağımlı Değişken: Öznel Mutluluk
- b. Tahmin ediciler (Sürekli): Duygusallık

Tablo 3.5'te yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, test istatistiğinin ($F=3.51$) anlamlılık düzeyi $p = .062 > 0.05$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer, $p>0.05$ anlamlılık düzeyinden büyük olduğu için, kurulan modelin istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı ve duygusallığın öznel mutluluk üzerinde belirleyici sahip olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 3.6: Regresyon Katsayılar Tablosu

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	6.154	.280	–	21.95	.000
Duygusallık	-0.162	.086	-.120	-1.87	.062

Bağımlı değişken: Öznel Mutluluk; B: Standardize edilmemiş beta katsayısı; Std hata: Standart hata; β : Standardize edilmiş beta katsayısı.

Tablo 3.6’da katsayıların anlamlılığına bakıldığında da mizacın duygusallık boyutu ile öznel mutluluk arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı açıkça görülmektedir ($\beta = -0.162$, $p > 0.05$). Üç tablo birlikte değerlendirildiğinde, öğrencilerin duygusallık özellikleri ile öznel mutluluk düzeyleri arasında zayıf ve negatif yönlü olan bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

3.2.2. EAS Duygusallık Boyutu ile Oxford Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular

İkinci olarak Erzincan Merkezdeki öğrenim gören ilkokul 4. sınıf öğrencilerinin duygusallık mizaç özelliği ile Oxford Mutluluk Ölçeği’ne ilişkin mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, Tablo 3.7-3.9’de özetlenmektedir.

Tablo 3.7: Regresyon Modeli Özeti

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahminin Standart Hatası
1	.156	.024	.020	.906

Tablo 3.7’de duygusallık ile Oxford mutluluk arasındaki ilişkiye yönelik modelde, belirleyicilik katsayısına bakıldığında duygusallığın Oxford mutluluk düzeyinin yaklaşık %3’ünü açıkladığı saptanmıştır ($R^2 = .024$). Ancak kurulan modelin anlamlı olup olmadığını tespit edebilmek için Tablo 3.8’de verilen ANOVA sonuçlarına bakmak gerekmektedir.

Tablo 3.8: ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi (df)	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	4.920	1	4.920	5.989	.015
Artık	197.144	240	.821		
Toplam	202.063	241			

- a. Bağımlı Değişken: Oxford Mutluluk
b. Tahmin ediciler (Sürekli): Duygusallık

Tablo 3.8’de yer alan ANOVA sonuçlarına göre, modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($F= 5.989$, $p < 0.05$). Bu sonuç, duygusallık değişkeninin Oxford mutluluk düzeyleri ile ilişkisine yönelik kurulan modelin anlamlı olduğunu göstermektedir.

Tablo 3.9: Regresyon Katsayıları

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	5.375	.212	–	25.386	.000
Duygusallık	-0.160	.065	-.156	-2.447	.015

Bağımlı değişken: Oxford Mutluluk; B: Standardize edilmemiş beta katsayısı; Std hata: Standart hata; β : Standardize edilmiş beta katsayısı.

Tablo 3.9’da katsayıların anlamlılığına bakıldığında ise mizacın duygusallık boyutu ile Oxford mutluluk düzeyi arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu açıkça görülmektedir ($\beta=-0.156$, $p<0.05$). Üç tablo birlikte değerlendirildiğinde, öğrencilerin duygusallık özellikleri ile Oxford mutluluk düzeyleri arasında zayıf ve negatif yönlü olan bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başka bir deyişle, öğrencilerin duygusallık mizaç özelliğine sahip olması, Oxford mutluluk düzeylerini açıklamada belirleyicidir. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin duygusallığı bir birim arttıkça Oxford mutluluk düzeyinde yaklaşık -0.156 birimlik bir azalmaya neden olmaktadır. Sonuç olarak, duygusallık arttıkça öğrencilerin Oxford mutluluk düzeyleri azalmaktadır. Bu noktada öğrencilerin daha çok duygusal olmaları, daha çok mutsuz olmaları anlamına gelmektedir.

3.3. Sosyallik Özellikleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Bu aşamada, 4. sınıf öğrencilerinin sosyallik mizaç özellikleri ile mutluluk (Oxford Mutluluk ve Öznel Mutluluk) düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Yöntemi uygulamak için yapılacak testlerden önce değişkenler arası korelasyon katsayılarının incelenmesi gerekmektedir. Tablo 3.10’da korelasyon analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmektedir.

Tablo 3.10: Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Ortalama	Std hata	MA	OM	SM
Mizacın Sosyallik Boyutu	3,93	,757	1		
Oxford Mutluluk Ölçeği	4,87	,915	-.109	1	
Öznel Mutluluk Ölçeği	5,64	1,20	.129*	.503**	1

MS: Mizaç Sosyallik, OM: Oxford Mutluluk, SM: Öznel Mutluluk

n=242, * $p<0,05$, ** $p<0,01$; İlişkinin şiddeti $0,70 \leq R_{xy} \leq 1$ Güçlü, $0,40 \leq R_{xy} < 0,70$ Orta, $0 < R_{xy} < 0,40$ Düşük

Elde edilen bulgular doğrultusunda mizacın boyutlarından bir diğeri olan sosyallik ile mutluluk düzeyleri (Oxford Mutluluk Ölçeği, Öznel Mutluluk Ölçeği) arasındaki ilişkiler incelendiğinde; sosyallik ve öznel mutluluk düzeyi arasında pozitif yönlü, düşük düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir ($r=0.129$, $p<0.05$). Ancak mizacın sosyallik boyutu ve Oxford mutluluk arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($r=-.109$, $p>0.05$). Değişkenler arası korelasyon katsayıları incelendikten sonra. Erzincan ili merkezindeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin mizaç özelliklerinden biri olarak sosyallik ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi doğrulamak amacıyla regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

3.3.1. EAS Sosyallik Boyutu ile Öznel Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular

İlk olarak 4. sınıf öğrencilerinin sosyallik mizaç özelliği ile öznel mutluluk arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar Tablo 3.11-3.13'te özetlenmektedir.

Tablo 3.11: Regresyon Modeli Özeti

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahminin Standart Hatası
1	,179	,032	,024	1.198

Tablo 3.11 incelendiğinde sosyallik ile öznel mutluluk arasındaki ilişkiye yönelik modelin açıkladığı varyans %3 olarak tespit edilmiştir ($R^2 = .032$). Bu doğrultuda öğrencilerin sosyallik özellikleri öznel mutluluk düzeyinin yaklaşık %3'ünü açıklamaktadır. Kurulan modelin anlamlı olup olmadığını tespit edebilmek için Tablo 3.12'de verilen ANOVA sonuçlarına bakmak gerekmektedir.

Tablo 3.12: ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi (df)	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	6.354	1	6.354	4.428	.036
Artık	344.401	240	1.435		
Toplam	350.755	241			

a. Bağımlı Değişken: Öznel Mutluluk

b. Tahmin ediciler (Sürekli): Sosyallik

Tablo 3.12’de ise yer alan ANOVA sonuçlarına bakıldığında, test istatistiğinin test istatistiğinin ($F=4.43$) anlamlılık düzeyi $p = .036 < 0.05$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer, $p < 0.05$ anlamlılık düzeyinden küçük olduğu için, kurulan modelin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu ve öğrencilerin sosyallik özelliklerinin öznel mutluluk üzerinde belirleyici bir role sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3.13: Regresyon Katsayılar Tablosu

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	5.648	.077	—	73.352	.000
Sosyallik	0.217	.103	.135	2.104	.036

Bağımlı değişken: Öznel Mutluluk; B: Standardize edilmemiş beta katsayısı; Std hata: Standart hata; β : Standardize edilmiş beta katsayısı.

Tablo 3.13’te katsayıların anlamlılığına bakıldığında mizacın sosyallik boyutu ile öznel mutluluk arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu açıkça görülmektedir ($\beta=0.135$, $p<0.05$). Üç tablo birlikte değerlendirildiğinde, öğrencilerin sosyallik özellikleri ile öznel mutluluk düzeyleri arasında düşük seviyede ve pozitif yönlü olan bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin sosyalliği bir birim arttıkça öznel mutluluk düzeyinde yaklaşık 0.135 birimlik bir artış oluşmaktadır. Başka bir deyişle, öğrencilerin sosyallik mizaç özelliği arttıkça öznel mutluluk düzeyleri artmaktadır. Bu analize göre, öğrencilerin daha duygusal olmalarının mutluluk düzeylerini artırdığını söylemek mümkündür.

3.3.2. EAS Sosyallik Boyutu ile Oxford Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular

İkinci olarak, Erzincan Merkezdeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin sosyallik mizaç özellikleri ile bir diğer mutluluk ölçeği olarak Oxford mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgulara, Tablo 3.14-3.16’da yer verilmektedir.

Tablo 3.14: Regresyon Modeli Özeti

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahminin Standart Hatası
1	.143	.021	.017	.908

Tablo 3.14 incelendiğinde sosyallik ile Oxford mutluluk arasındaki ilişkiye yönelik modelin açıkladığı varyans %2 olarak tespit edilmiştir ($R^2 = .02$). Bu doğrultuda öğrencilerin sosyallik özellikleri Oxford mutluluk düzeyinin yaklaşık %2'sini açıklamaktadır. Kurulan modelin anlamlı olup olmadığını tespit edebilmek için Tablo 3.15'te verilen ANOVA sonuçlarına bakmak gerekmektedir.

Tablo 3.15: ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi (df)	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	4.160	1	4.160	5.045	.026
Artık	197.903	240	.825		
Toplam	202.063	241			

- a. Bağımlı Değişken: Oxford Mutluluk
b. Tahmin ediciler (Sürekli): Sosyallik

Tablo 3.15'te görüldüğü gibi model anlamlılığını gösteren ANOVA sonuçlarına göre mizacın sosyallik boyutu ile Oxford mutluluk ilişkisine yönelik kurulan modelin ($0.02 < 0.05$) anlamlı olduğu görülmektedir.

Tablo 3.16: Regresyon Katsayılar Tablosu

Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	4.877	.058	—	83.552	.000
Sosyallik	0.175	.078	.143	2.246	.026

Bağımlı değişken: Oxford Mutluluk; B: Standardize edilmemiş beta katsayısı; Std hata: Standart hata; β : Standardize edilmiş beta katsayısı.

Tablo 3.16'da katsayıların anlamlılığına bakıldığında mizacın alt boyutlarından sosyallik ile Oxford mutluluk arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu açıkça görülmektedir ($\beta = 0.143$, $p < 0.05$).

Üç tablo birlikte değerlendirildiğinde, öğrencilerin sosyallik özellikleri ile Oxford mutluluk düzeyleri arasında pozitif yönlü olan bu ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($\beta = 0.143$, $p = .026$). 4. sınıf öğrencilerinin sosyalliği bir birim artıkça bu durum, Oxford mutluluk düzeyinde yaklaşık 0.143 birimlik bir artışa neden olmaktadır. Başka bir deyişle, öğrencilerin sosyallikleri arttıkça Oxford mutluluk

düzeyleri de artmaktadır. Bu doğrultuda öğrencilerin daha sosyal olmalarının Oxford mutluluk düzeylerini artırdığını söylemek mümkündür.

3.4. Aktivite Özellikleri ile Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Bu aşamada, 4. sınıf öğrencilerinin EAS Mizaç Ölçeği'ne aktivite boyutu ile Oxford mutluluk ve öznel mutluluk arasındaki ilişki incelenmiştir. Yöntemi uygulamak için değişkenler arası korelasyon katsayılarının incelenmesi gerekmektedir. Tablo 3.17'de korelasyon analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmektedir.

Tablo 3.17: Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	Ortalama	Std hata	MA	OM	SM
Mizacın Aktivite Boyutu	4,14	,948	1		
Oxford Mutluluk Ölçeği	4,87	,915	,050	1	
Öznel Mutluluk Ölçeği	5,64	1,20	,033	.503**	1

MA: Mizaç Aktivite, **OM:** Oxford Mutluluk, **SM:** Öznel Mutluluk

n=242, * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$; İlişkinin şiddeti $0,70 \leq R_{xy} \leq 1$ Güçlü, $0,40 \leq R_{xy} < 0,70$ Orta, $0 < R_{xy} < 0,40$ Düşük

Elde edilen bulgular doğrultusunda mizacın alt boyutlarından biri olan aktivite ile mutluluk düzeyleri (Oxford Mutluluk Ölçeği, Öznel Mutluluk Ölçeği) arasındaki ilişkiler incelendiğinde; aktivite ile mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir ($r = ,050$; $,033$; $p > 0,05$). Erzincan Merkezdeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin aktivite mizaç özellikleri ile mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Tablo 3.18-3.20'de EAS aktivite mizaç özellikleri ile öznel mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi sonuçlarına yer verilirken, Tablo 3.21-3.23'de EAS aktivite mizaç özellikleri ile bir diğer mutluluk ölçeği olarak Oxford mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik gerçekleştirilen regresyon analizine ilişkin elde edilen bulgulara yer verilmektedir.

3.4.1. EAS Aktivite Boyutu ile Öznel Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular

İlk olarak, Erzincan Merkezdeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin aktivite mizaç özellikleri ile öznel Mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Sonuçlar, Tablo 3.18-3.20'de verilmiştir.

Tablo 3.18: Regresyon Modeli Özeti

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahminin Standart Hatası
1	.050	.002	-.002	.572

Tablo 3.18 ve 3.19’da yer alan regresyon analizi sonuçlarına göre aktivite değişkeninin öznel Mutluluk üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (F= 0.598, p=.440).

Tablo 3.19: ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi (df)	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	.195	1	.195	.598	.440
Artık	78.422	240	.327		
Toplam	78.617	241			

a. Bağımlı Değişken: Öznel Mutluluk

b. Tahmin ediciler (Sürekli): Aktivite

Tablo 3.20’de verilen regresyon katsayıları incelendiğinde aktivite değişkeninin öznel Mutluluk üzerindeki etkisinin ($\beta = .050$, $t = 0.773$, $p = .440$) anlamlı olmadığı anlaşılmaktadır.

Tablo 3.20: Regresyon Katsayılar Tablosu

Değişken	B	Std. hata	β	T	p
Sabit	.000	.037	–	-.006	.996
Aktivite	.032	.042	.050	.773	.440

Bağımlı değişken: Öznel Mutluluk; B: Standardize edilmemiş beta katsayısı; Std hata: Standart hata; β : Standardize edilmiş beta katsayısı.

Sonuç olarak, Tablo 3.18-3.20 tablo birlikte değerlendirildiğinde aktivite düzeyinin öznel mutluluk değişkenindeki değişimi açıklamada anlamlı bir katkı sağlamadığı görülmüştür.

3.4.2. EAS Aktivite Boyutu ile Oxford Mutluluk Arasındaki Alt Probleme Yönelik Bulgular

İkinci olarak, Erzincan Merkezdeki ilkokullarda öğrenim gören 4. sınıf öğrencilerinin sosyallik mizaç özellikleri ile bir diğer mutluluk ölçeği olarak Oxford mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiye yönelik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

Tablo 3.21: Regresyon Modeli Özeti

Model	R	R ²	Düzeltilmiş R ²	Tahminin Standart Hatası
1	.010	.000	-.004	.762

Tablo 3.21’de verilen regresyon analizi sonuçlarına göre aktivite boyutunun Oxford mutluluk üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.

Tablo 3.22: ANOVA Sonuçları

Model	Kareler Toplamı	Serbestlik derecesi (df)	Kareler Ortalaması	F	p
Regresyon	.014	1	.014	.025	.875
Artık	197.903	240	.825		
Toplam	202.063	241			

a. Bağımlı Değişken: Oxford Mutluluk

b. Tahmin ediciler (Sürekli): Aktivite

Tablo 3.21’de görüldüğü gibi modelin açıklayıcılık düzeyi oldukça düşüktür ($R^2 = .000$) ve Tablo 3.22’de yer alan ANOVA sonuçlarına göre ise kurulan modelin anlamlı olmadığı açıkça görülmektedir. $F(1, 240) = 0.025, p = .875$.

Tablo 3.23: Regresyon Katsayılar Tablosu

Oxford Mutluluk	B	Std. Hata	β	t	p
Sabit	0.00		-	.000	-
Aktivite	.010	.061	.010	.157	.875

Bağımlı değişken: Oxford Mutluluk; **B:** Standardize edilmemiş beta katsayısı; **Std hata:** Standart hata; **β :** Standardize edilmiş beta katsayısı.

Sonuç olarak, Tablo 3.21-3.23 birlikte değerlendirildiğinde, aktivite düzeyinin Oxford mutluluk değişkenindeki değişimi açıklamada anlamlı bir katkı sağlamadığı görülmüştür. Bu doğrultuda öğrencilerin aktivite özelliği arttıkça hem öznel mutluluk hem de Oxford mutluluk düzeylerinde herhangi bir değişim yaşanmadığını söylemek mümkündür.

SONUÇ, TARTIŞMA ve ÖNERİLER

Tez çalışmasının bu bölümünde, yanıt aranan “İlkokul öğrencilerinin mizaç özellikleri ve mutluluk düzeyleri arasında nasıl bir ilişki vardır?” araştırma sorusuna yönelik yürütülen araştırma neticesinde ulaşılan sonuçlar, tartışma ve öneriler sunulmaktadır.

Sonuç ve Tartışma

Mevcut çalışma, çocuklarda mizaç ve mutluluk arasında bir ilişki kurmuştur ve aynı zamanda mizacın kişiliğin öncüllerinden biri olduğunu savunan çalışmaları doğrulamaktadır (Rothbart vd., 2000). Yetişkinlerle yapılan çalışmalarda mutluluk ve kişilik arasında kuvvetli bir ilişki olduğu ispat edilmiştir (DeNeve & Cooper, 1998). Bu sebeple mizaç, kişiliğin öncüllerinden biri olarak kabul ediliyorsa ve mutluluk, yetişkinlik döneminde kişilikle ilişkilendiriliyorsa, çocukluk döneminde de mizaç ve mutluluk arasında bir bağ olduğu ifade edilebilmektedir. Mevcut çalışma bu durumu doğrulayarak mizaç ve mutluluk arasında ilişkiyi desteklemektedir.

Yetişkin kişiliğinin temelini mizaç oluşturmaktadır. Mevcut çalışmada mizaç değişkeni Özel Mutluluk Ölçeği'ne göre mutluluğun %3'ünü, Oxford Mutluluk Ölçeği'ne göre ise %4'ünü oluşturmaktadır. Bazı çalışmalarda (örneğin: Brebner vd., 1995) yetişkinlerde mizaç değişkeninin mutluluk varyansı daha yüksek çıkmaktadır. Bu farkın ortaya çıkmasının bazı nedenleri ifade edilebilir. Çocuklarda mizacın hala gelişim aşamasında olması ve velilerin gelişim döneminde olan çocuklarını tam anlamıyla tanımamaları, aynı zamanda çocukların nelerin ya da hangi durumların kendilerini mutlu ettiğine yönelik algılarının bu dönemde düşük olması bu durumun ilk iki sebebi olarak değerlendirilmektedir. Mizacın, mutluluğun açıklayıcısı olarak çocuklara göre yetişkinlerde daha belirgin olarak görülmesinin diğer bir sebebi yetişkinlerde mizacın daha istikrarlı olmasından ve mizacın da önemli etkenlerinden biri olduğu kişiliklerinin oturmuş olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Üçüncü bir sebep olarak araştırmacı, çocukların mutluluk ve mizaç durumlarını değerlendirirken çocukların kendilerini ve velilerin de çocuklarını daha genel hallerine göre düşünmelerini istemiştir. Bir diğer deyişle, mizacın ve mutluluğun daha uzun süreli genel duygu durumları üzerinden ifade edilmesi istenmiştir. Bununla beraber, bu çabalara rağmen çocuklar ve veliler tarafından yapılan mutluluk ve mizaç değerlendirmeleri çocukların ve velilerin o anki ya da geçici

ruh hallerini yansıtmış olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Dördüncüsü, çocukların yaşamları, yetişkinlere kıyasla daha fazla gelişim göstermesi sebebiyle farklı değişkenlerden daha fazla etkilenme eğilimdedir. Yaşamdan memnun olma hali yaş arttıkça ve yaşamda bir istikrar sağladıkça artmaktadır. Bir başka sebebin ise ebeveynler tarafından doldurulan EAS ölçeğinde ebeveynlerin istemsizce daha çok çocuklarındaki olumsuz duygusallığa ilişkin belirgin davranışlara yönelme olasılıkları olabileceği değerlendirilmektedir (Belsky vd., 1991). Olumsuz duygusallık daha çok görünmektedir ve akılda kalıcılığı daha fazladır. Bu durum ebeveynlerin, çocuklarının olumsuz duygularına daha fazla odaklanarak değerlendirme yapmalarına sebep olmuş olabilir. Ebeveynlerin yanıtları çocuklarının genel olarak ev ortamındaki hallerine göredir. Okulda, arkadaş ortamında, başka ortamlarda gözlemlere fırsatları sınırlıdır. Dolayısıyla ebeveynlerin çocuklarındaki olumlu duygulardan ziyade olumsuz duygulara daha fazla vurgu yaptıkları ifade edilebilir (Fabes vd., 1995). Öğrenciler ise sınıf ortamında soruları samimiyetle, doğru bir şekilde yanıtlamaya teşvik edilmiş olsa da anket formunda doldurmaları gereken bölümleri sınıfta grup halinde aynı anda doldurdukları için birbirlerinin cevaplarını arkadaşlarının göreceğinden endişe duymuş olabileceği değerlendirilmektedir. Ek olarak, vermiş oldukları cevaplara ilişkin analiz sonuçlarının açıklanmayacağı ve gizli kalacağı vurgulanmış olsa da öğrencilerin cevaplarında tutarsızlıklar gözlemlenebilmektedir. Bu gibi sebeplerin, çocuklar ve yetişkinler ile ilgili yapılan çalışmalar sonucunda çıkan değerlerin arasındaki farkı açıklayabileceği değerlendirilmektedir. EAS Mizaç Ölçeği'nin utangaçlık boyutunun güvenilirlik değeri kabul edilebilir sınırlar içinde yer almadığından ve boyuttaki sorulardan bazılarının silinmesi halinde de yeterli bir değişiklik yaşanmadığından iki boyut araştırmadan çıkarılmıştır. Dolayısıyla, mevcut araştırma sonuçların yorumlanmasında EAS Mizaç Ölçeği'nin güvenilirlik düzeyi yüksek çıkan ve araştırmaya dahil edilen duygusallık, sosyallik ve aktivite boyutları üzerinden analizlerin gerçekleştirildiği dikkate alınmalıdır.

Mevcut çalışmada elde edilen bulgular, literatürdeki sınırlı çalışmanın bulguları ile paralellik göstererek dışadönüklüğe yakın olan mizaç özelliklerinin çocukların mutluluğunda önemli bir belirleyici olduğu görülmüştür. Mevcut çalışmada duygusallığın mutlulukla negatif, sosyallığın ise pozitif olarak ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Başka bir deyişle, mizaç olarak daha az duygusal olan sosyal çocuklar daha mutlu olarak değerlendirilmişlerdir. Buss ve Plomin (1984) tarafından yapılan çalışmada, mizacın

boyutlarından sosyallik ve duygusallığın mutlulukla ilişkisinin pozitif, utangaçlığın ise mutlulukla ilişkisinin negatif yönde olduğu ortaya koyulmuştur. Benzer şekilde Huebner (1991) tarafından yürütülen çalışmada, çocuklarda kaygı ve nevrotikliğin mutlulukla negatif, sosyalliği temsil eden dışadönüklüğün mutlulukla pozitif ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte, bazı çalışmalar sosyallik boyutuna ilişkin güvenilirlik ölçümlerinin düşük kabul edilebilecek değerler aldığını (Mathiesen & Tambs, 1999; Gasman vd. 2002; Klassen ve Hons, 2008) ve utangaçlık boyutlarına ilişkin güvenilirlik sonuçlarının da sosyalliğe paralel bir şekilde düşük çıktığını (Gasman vd. 2002), bildirmektedir. Bu durumun ise ebeveynler tarafından yapılan değerlendirmelerde benzer yaştaki çocukların gelişimsel özelliklerinin farklılaşabilmesi sebebiyle sosyallik ve utangaçlığın birbiri ile karıştırılabilesinden kaynaklandığı sonucuna ulaşılmıştır. Mevcut çalışmada mizacın sosyallik boyutu güvenilir ve geçerli sonuçlar ortaya koysa da utangaçlık boyutu, elde edilen sonuçlara göre çalışmadığı (güvenilirlik değeri düşük çıktığı) için çıkartılmıştır.

Aktivite, yapılan çalışmalarda çocukların mutluluğunda önemli bir faktör olarak ifade edilmektedir. Bu çalışmalarda aktivitelerde yer alan çocukların, pasif olan çocuklara göre daha mutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aktivite sıklığı, aktiviteye harcanan zaman, aktivitelerin yoğunluğu, düşük ve yüksek enerjili aktivitelerin hepsi mutluluk seviyesini etkilemektedir (Boer & Westenberg, 1994). Çocuklar yetişkinlere göre daha aktiftir ve aktivite mizaç özelliği olarak daha belirgindir. Fiziksel aktivitenin yetişkinler içinde bilinen pek çok faydası vardır. Spor yapmak yorgunluğu azaltmakta ve enerji artırmaktadır. Fiziksel aktivite kaygı ve stres gibi duygu durumlarını azaltır. Bir spor grubuna katılmayanlara göre katılanlar daha mutludur (Hills & Argyle, 1998). Dinlenmenin aksine günlük aktivitelere katılmak bireyleri daha mutlu etmektedir. Ek olarak, aktivite dışadönüklükle bağlantılıdır. Yapılan araştırmalarda dışadönük kimselerin daha fazla aktif oldukları görülmektedir. Enerji düzeyi, dışadönük olmak tanımının bir parçasıdır (DeNeve & Cooper, 1998). Mevcut çalışma mizacın aktivite boyutunun elde edilen sonuçlara göre her iki mutluluk türü ile de anlamlı bir ilişkiye sahip olmadığını ortaya koymuştur. Bunun sebebinin farklı çalışmalarla paralel olarak (Gasman vd. 2002) sosyallik ve utangaçlık boyutları ile aktivite boyutunun Erzincan ili merkezinde bulunan ilkokullarda öğrenim gören çocukların ebeveynleri tarafından ilişkili olarak algılanmasından kaynaklandığı değerlendirilmektedir.

Çalışma aynı zamanda bazı sınırlılıklara sahiptir. Çalışmanın ilk sınırlılığı veri toplama aşamasına yöneliktir. Çalışmada veri toplamaya başlamadan önce ilgili yerlerden izinler alınmıştır. İlk olarak etik kurul izni alınmıştır. Daha sonra tez önerisi enstitüye sunulmuştur. Ardından Millî Eğitim Bakanlığı'ndan, araştırmaya dahil edilmek istenen ilkokullarda görev yapan müdürlerden, öğretmenlerden ve öğrenci velilerinden izin alınarak sürece başlanmıştır. Veli izni için öğrencilere velilerine iletmeleri için araştırmaya dair kısa bilgiler içeren onam formu ve anket formu verilmiştir. Bu belgelerin iletilmesinin çocuklara bağlı olmasından kaynaklı bütün ebeveynlere belgelerin ulaştığından emin olunamamaktadır. Mevcut çalışmaya katılmak isteyen ebeveynlerin onam belgeleri, tekrar araştırmacıya ulaştırılmak üzere öğrencilere teslim edilmiştir. Belgeleri kaybeden ya da araştırmacının sınıflara geldiği zamanlarda devamsızlık yapan öğrenciler olması ve bazı öğretmenlerin izin belgelerinin toplanmasına ilişkin ilgisiz kalmasından dolayı bazı veriler çalışmaya dahil edilememiştir. Dolayısıyla katılım için onay veren veli ve öğrenci sayısı daha fazla olabileceken azalmıştır.

Mevcut çalışmanın ikinci sınırlılığı ölçüme yöneliktir. Bazı ölçümler sonucunda çıkan sonuçların güvenilirlik düzeyleri istenen seviyede değildir. İlkokul dördüncü sınıf düzeyindeki çocuklardan oluşan örneklem sebebiyle cevaplarda tutarsızlık gözlemlenmektedir. Bu kapsamda ilk olarak, EAS Mizaç Ölçeği'nin aktivite boyutu için başlangıçta tüm maddeler dikkate alındığında düşük bir Cronbach alfa katsayısı ($\alpha = 0.454$) elde edilmiştir. Madde çıkarımlarının ardından güvenilirlik katsayısı 0.72'ye yükselmiştir. Ancak bu işlem sonucunda boyut yalnızca iki maddeyle temsil edilmiştir. Her ne kadar iki maddeyle ölçülen bir faktör istatistiksel olarak kabul edilebilir bir güvenilirlik düzeyine ulaşsa da metodolojik açıdan yapı geçerliliğini zayıflatma riski taşımaktadır (Ayyıldız & Cengiz, 2006). Özellikle orijinal EAS ölçeğinin kuramsal bütünlüğü ve faktör yapısı göz önünde bulundurulduğunda bu şekilde bir madde azaltımı, çalışmanın önemli bir sınırlılığı olarak değerlendirilmektedir. Ek olarak, EAS Mizaç Ölçeği'nin utangaçlık boyutu, güvenilirlik değeri kabul edilebilir sınırlar içinde yer almadığından ve boyutta yer alan sorulardan bazılarının silinmesi halinde de yeterli bir değişiklik yaşanmadığından araştırmadan çıkarılmıştır. Bu nedenle, gelecek çalışmalarda EAS ölçeğinin orijinal madde yapısının korunarak farklı örneklemeler üzerinde yeniden test edilmesi önerilmektedir. Gelecekteki çalışmalar, aynı ölçeğin güvenilir bir şekilde kullanıp kullanılmayacağını tespit etmek amacıyla ölçeğinin orijinal maddelerini

koruyarak yeni bir yaş grubuyla; örneğin, ortaokul veya daha üst düzeyde öğrenim gören bir yetişkin grubu üzerine bir araştırma yürütebilir.

Çalışmanın son sınırlılığı ise kültüre yöneliktir. Mevcut çalışmada katılımcılar, tek bir kültürü temsil etmekle sınırlıdır. Oysa kültürel farklılıklar, hem mizaç ve mutluluk üzerinde ayrı ayrı hem de bu ikisi arasındaki ilişkide etkili olabilmektedir (Mathiesen & Tambs, 1999; Gasman vd., 2002). Mizacın kalıtımla gelen yönünün yanı sıra çevresel etmenlerle şekillendiği dikkate alındığında, kültürün mizaç üzerindeki etkisini ortaya koymak önem kazanmaktadır. Bu doğrultuda gelecekte yapılacak araştırmalarda mutluluğun yanı sıra yaşam doyumunun da incelenmesi, farklı kültürleri barındıran örneklemeler seçilerek kültürler arası karşılaştırmaların yapılması önerilmektedir. Ayrıca mizaç ve mutluluk ilişkisi; sosyal destek, aktivite kalitesi ve çevresel etmenler üzerinden daha ayrıntılı biçimde ele alınabilir. Mizacın kalıtım ve çevrenin birleşiminden oluşması sebebiyle, bireysel ve toplumsal geliştirici müdahaleler yoluyla olumlu gen-çevre eşleştirmeleri sağlanarak mutluluk üzerinde daha etkili ve kalıcı sonuçlar elde edilebilir.

Öneriler

Mevcut çalışma, çocuklarda mizaç ve mutluluk ilişkisini inceleyen sınırlı sayıdaki araştırmaya Türkiye’den bir örneklem üzerinden sonuçlar aracılığıyla önemli bir katkı sağlamaktadır. Çocuklarda mizaç ve mutluluk ilişkisi, merak uyandıran bir konudur ve mevcut çalışma, bu konu üzerine çalışmak isteyenler için bir çerçeve sunmaktadır.

Araştırmacılar, çocukların mutluluğu ile ilgili gelecekte yapılacak potansiyel çalışmalarda mizacı göz önünde bulundurmalıdır. Örnek olarak, arkadaşlık kalitesi ve mutluluk ilişkisi araştırılarak mizaç değişkenine dikkat edilebilir. Bir başka öneri ise maneviyatın çocukların mutluluğundaki katkısı veya maneviyata yönelmede mizacın etkisi olup olmadığının araştırılması olarak ifade edilebilir.

Çocuklar için mutluluk duygusunu artıracak ve sürekli mutlu olmalarını sağlayacak programlar geliştirilebilir. Yetişkinler için yapılan bir çalışmada (Cloninger, 2005), mutluluğu artırmayı sağlayacak bir strateji geliştirmiştir. Çalışmada, yetişkinlerin her gün yaşadıkları üç tane güzel şeyi yazmaları ve kişiliklerinin güçlü yönlerini kullanmaları mutluluklarında kalıcı artışlar sağlamıştır. Bu gibi stratejilerin çocuklarda da etkili olup olmadığını anlayabilmek için araştırmalar yapılabilir. Araştırmalar, yetişkinlerin mutluluk duygularını artırmak için hangi stratejileri ne sıklıkla

kullandıklarını belirlemeye çalışmıştır. Aktif spor yapmak, sosyal ilişkiler kurmak, kişisel hedefler belirlemek mutluluğu artıran en favori stratejiler olarak tespit edilmiştir (Tkach & Lyubomirsky, 2006). Bu stratejilerden birini seçerken fark edilen bir etken de kişilerin mizacıdır. Bireyler, mizaçlarına göre aktivitelere yönelim göstermektedirler. Daha girişken ve dışadönük mizaca sahip bireyler, mutluluklarını artırmak için sosyal ilişki kurma stratejilerine yönelim sağlarken, daha içekapanık, çekinik mizaca sahip bireyler daha başarısız stratejilere yönelim göstererek olumsuz duygulara odaklanma, bu duyguları kontrol etmeye çalışma gibi yönelimlere daha yatkındırlar. Bu duruma paralel bir şekilde bireyler mizacın da açıklayıcılarından biri olduğu kişilik özelliklerine göre yapacakları eylemleri seçmektedir. Örneğin; nevrotik bir kişiliğe sahip kimseler, başlangıç olarak daha az etkili stratejiler seçip uygulayarak olumsuz yönlerini eğitebilir. Çocuklar için de aynı durum geçerlidir. Çocuklardaki mutluluk duygusunu artırmak için teşvik edici stratejiler geliştirilebilir. Geliştirilecek programlar ve yapılacak uygulamaların en üst düzeyde verim alabilmek için mizacı da göz önünde bulundurulması beklenmektedir. Örnek olarak yapılan bir çalışmada Seligman vd. (2005), her gün başına gelen üç tane güzel şeyi yazmanın ve hayatını etkileyen ya da sevdiği birine ziyaretlerde bulunmanın yetişkinlerde mutluluğu artırdığını tespit etmiştir. Bu stratejiler, çocukların mizaçlarına göre şekillenebilmektedir. Dışadönük mizaca sahip bir çocuğa sevdiklerine ziyaretlerde bulunmak daha uygun olacakken, içedönük mizaca sahip bir çocuğa günlük tutmak daha uygun olabilir. Gelecekte yapılacak potansiyel araştırmalar bu duruma yönelik problemleri inceleyebilir.

Mutluluk artırıcı stratejiler geliştirilirken mizaç özellikleri dikkate alınmalı ve sosyal ilişkilere odaklanılmalıdır. Öğrencilerin sosyal becerilerini geliştiren aktiviteler desteklenebilir, grup çalışmaları ve akran etkileşimini artıracak programlar hazırlanabilir. Kendini tanıma, özsaygıyı güçlendirme ve bireysel farkındalığı artırmaya yönelik uygulamalar ise çocukların uzun vadeli öznel iyi oluşlarını destekleyebilir.

Mizaç, öğrencilerin dikkat süreleri ve duygu düzenleme becerileriyle yakından ilişkilidir. Sınıf içerisindeki dikkat ve duygusal tepkiler bireysel farklılıklara göre değişkenlik gösterdiğinden, öğretmenlerin bu farklılıkları dikkate alarak öğretim yöntemlerini kişiselleştirmeleri önemlidir. Aynı şekilde ebeveynler ve bakım verenler de çocukların mizaç özelliklerini ve bunların mutlulukla ilişkisini fark ederek ihtiyaçlarını daha doğru şekilde karşılayabilir. Böylece çocukların mutluluk düzeyleri desteklenebilir,

öğrenme motivasyonları artırılabilir ve gelişimlerine yönelik daha etkili stratejiler geliştirilebilir.

Eğitim politikaları açısından düşünüldüğünde, bu çalışmanın sonuçları yalnızca öğrencilerin bilişsel kapasitelerinin değil, duygusal ve dikkat düzenleme becerilerinin de geliştirilmesine yönelik programların tasarlanmasına katkı sağlayabilir. Program geliştirmeciler, mutluluk düzeylerini artırmayı hedefleyen uygulamalarla öğrencilerin hem akademik başarılarını hem de uzun vadede yaşam doyumlarını güçlendirebilir. Ebeveyn ve öğretmen rehberliğinde düzenlenecek psikoeğitim programlarıyla öz yönetim, öz denetim, öz kabul, öz düzenleme ve hedef belirleme becerileri desteklenebilir; ayrıca fiziksel aktivite ve sosyal destek yoluyla öğrencilerin öznel iyi oluş halleri güçlendirilebilir.

KAYNAKÇA

- Akçay, Ç. E., & Alabay, E. (2022). 60–72 aylık çocukların mizaç özellikleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 6(1), 49–81. <https://doi.org/10.24130/eccdjecs.1967202261373>
- Akın Sarı, B. (2018). Temperament features and its impacts on development. *Child Psychiatry – Special Topics*, 4(1), 5–9.
- Albayrak, G. (2022). Mutluluk ekonomisi ve Türkiye. *Turkish Business Journal*. <https://doi.org/10.51727/tbj.1122508>
- Ali, A., Pigou, D., Clarke, L., & McLachlan, C. (2017). Literature review on motor skill and physical activity in preschool children in New Zealand. *Advances in Physical Education*, 7(1), 10–26. <https://doi.org/10.4236/ape.2017.71002>
- Altun Erdoğan, K. (2022). Türkiye’de mutluluğa etki eden faktörlerin incelenmesi. *Alanya Akademik Bakış*. <https://doi.org/10.29023/alanyaakademik.1014680>
- Arabacıoğlu, B., & Bağçeli Kahraman, P. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının okula uyum düzeyleri ve ebeveyn tutumlarının farklı değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 25(1), 175–192.
- Aral, N. (2016). *Çocuk gelişimi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Arıcı Yalvaç, H. (2020). Mutluluk tarihi. *Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi*, 9(9), 217–243.
- Ato, E., & Galián, M. D. (2025). The single and joint contributions of temperament and family functioning to subjective happiness in Spanish college students. *Journal of Happiness Studies*, 26(4), 1–27. <https://doi.org/10.1007/s10902-025-00887-3>
- Aydiner Boylu, A., & Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam kalitesi ve göstergeleri. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi (AKAD)*, 8(15), 137–150. <https://doi.org/10.20990/kilisiibfakademik.266011>
- Aytaç, M., & Öngen, B. (2012). Doğrulamalı faktör analizi ile yeni çevresel paradigma ölçeğinin yapı geçerliliğinin incelenmesi. *İstatistikçiler Dergisi: İstatistik ve Aktüerya*, 5(1), 14–22
- Ayvaz, M. (2018). Mevlânâ Celâleddîn Rûmî’nin ahlâk öğretilerinde mutluluk. *Sinop Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(2), 87–108. <https://doi.org/10.30561/sinopusd.434769>
- Ayyıldız, Y. D. D. H., & Cengiz, A. G. E. (2006). Pazarlama modellerinin testinde kullanılabilecek yapısal eşitlik modeli (YEM) üzerine kavramsal bir inceleme. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(2), 63–84.
- Balcı Arvas, F. (2017). Psikolojide ve İslam dini düşünce geleneğinde mutluluk kavramı: Karşılaştırmalı bir çalışma. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(4), 109–128.
- Balcı, F. (2011). *Psikolojik ve öznel iyi olma hâli ile dini inançlar arasındaki ilişki üzerine bir inceleme* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Bursa Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bee, H., & Boyd, D. (2009). *Çocuk gelişim psikolojisi* (Çev. O. Gündüz (1. basım). İstanbul: Kaknüs Yayınları.

- Belsky, J., Fish, M., & Isabella, R. (1991). Continuity and discontinuity in infant negative and positive emotionality: Family antecedents and attachment consequences. *Developmental Psychology*, 27(3), 421–431. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.27.3.421>
- Benson, J. B., & Haith, M. M. (2009). *Social and emotional development in infancy and early childhood*. Academic Press.
- Berdan, L. E., Keane, S. P., & Calkins, S. D. (2008). Temperament and externalizing behavior: Social preference and perceived acceptance as protective factors. *Developmental Psychology*, 44(4), 957–968. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.44.4.957>
- Berk, L. E. (2013). *Child development: History, theory, and applied directions*. London: Pearson Education Inc.
- Berns, R. M. (2016). *Child, family, school, community: Socialization and support* (10. basım). Stamford, CT: Cengage Learning.
- Boer, F., & Westenberg, P. M. (1994). The factor structure of the Buss and Plomin EAS Temperament Survey (parental ratings) in a Dutch sample of elementary school children. *Journal of Personality Assessment*, 62(3), 537–551. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6203_13
- Brebner, J., Donaldson, J., Kirby, N., & Ward, L. (1995). Relationships between happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 19(2), 251–258. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00022-X](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00022-X)
- Budak, K. S., & Özdemir, A. A. (2019). Mizaç ve öz-düzenlemenin çocukların oyun davranışını yordamadaki rolü. *Pamukkale University Journal of Education*, 45(45), 78–98. <https://doi.org/10.9779/puje.2018.223>
- Burger, J. M. (2000). *Personality* (5. basım.). Belmont, CA: Wadsworth Thomson Learning.
- Buss, A. H., & Plomin, R. (1984). *Temperament: Early developing personality traits*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Can, A. (2016). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde veri analizi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Carrasco, M. A., Delgado, B., & Holgado-Tello, F. P. (2020). Children's temperament: A bridge between mothers' parenting and aggression. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176382>
- Ceyda, K. (2017). Aristo'nun Solon'u: Mutluluk ve akıbeti üzerine. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi (DTCF Dergisi)*, 57(2), 1463–1473. https://doi.org/10.1501/dtcfder_0000001572
- Cleveland, R. E. (2014). *Psychometric reanalysis of happiness, temperament, and spirituality scales with children in faith-based elementary schools* (Yayımlanmamış doktora tezi). Graduate School of Education at Seattle Pacific University.
- Cloninger, C. R. (1994). Temperament and personality. *Current Opinion in Neurobiology*, 4(2), 266–273. [https://doi.org/10.1016/0959-4388\(94\)90083-3](https://doi.org/10.1016/0959-4388(94)90083-3)
- Cloninger, C. R. (2005). Character strengths and virtues: A handbook and classification. *American Journal of Psychiatry*, 162(4), 820. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.4.820-a>

- Coplan, J. (1993). Child development. *Current Problems in Pediatrics*, 23(2), 47–86. [https://doi.org/10.1016/0045-9380\(93\)90002-T](https://doi.org/10.1016/0045-9380(93)90002-T)
- Coplan, R. J., Reichel, M., & Rowan, K. (2009). Exploring the associations between maternal personality, child temperament, and parenting: A focus on emotions. *Personality and Individual Differences*, 46(2), 241–246. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.10.011>
- Crozier, W. R., & Birdsey, N. (2003). Shyness, sensation seeking and birth-order position. *Personality and Individual Differences*, 35(1), 127–134. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00141-2](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00141-2)
- Çağdaş, A., & Seçer, Z. (2005). *Anne baba eğitimi*. Ankara: Kök Yayıncılık.
- Çetinkaya, A., & Özyürek, A. (2023). An investigation of the effects of temperament traits on preschool children's spiritual adjustment. *Milli Eğitim*, 52(237), 53–70. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.1054389>
- Çivitçi, A. (2012). Üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2), 321–336.
- Çöpoğlu, M. (2024). *Okul öncesi dönem 48–72 ay çocuklarda mizaç özellikleri ile sosyal becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Demir, R., Tanhan, A., Çiçek, İ., Yerlikaya, İ., Çırak Kurt, S., & Ünverdi, B. (2021). Yaşam kalitesinin yordayıcıları olarak psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu. *Journal of Education for Life*, 35(1), 15–28.
- Demir, R., & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Uluslararası Akademik Psikolojik Danışma ve Rehberlik Araştırmaları Dergisi*, 35(1), 192–206.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197–229. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197>
- Denli, Ö. S. (2024). *Çocukların sosyal ve ahlaki yargılarıyla algılanan ebeveyn tutumu, algılanan öğretmen tutumu ve mizaçları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- De Pauw, S. S., & Mervielde, I. (2010). Temperament, personality and developmental psychopathology: A review based on the conceptual dimensions underlying childhood traits. *Child Psychiatry & Human Development*, 41(3), 313–329. <https://doi.org/10.1007/s10578-009-0178-8>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2011). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. John Wiley & Sons.
- Diener, E., Gohm, C. L., Suh, E., & Oishi, S. (2000). Similarity of the relations between marital status and subjective well-being across cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 31(4), 419–436. <https://doi.org/10.1177/0022022100031004001>
- Doğan, T., & Eryılmaz, A. (2013). Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107–117.

- Doğan, T., & Yavuz, K. (2020). Yetişkinlerde psikolojik sağlamlık, olumlu çocukluk deneyimleri ve algılanan mutluluk. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*, 12(3), 312–330. <https://doi.org/10.18863/pgy.750839>
- Edisan, Z., & Kadioğlu, F. (2013). Yaşam kalitesi kavramının antik dönemdeki öncülleri. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 3(3), 1–4.
- Else-Quest, N. M., Hyde, J. S., Goldsmith, H. H., & Van Hulle, C. A. (2006). Gender differences in temperament: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 132(1), 33–72. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.1.33>
- Fabes, R. A., Murphy, B., Maszk, P., Smith, M., & Karbon, M. (1995). The role of emotionality and regulation in children's social functioning: A longitudinal study. *Child Development*, 66(2), 110–123. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1995.tb00940.x>
- Fakhri, N., Muchlis, N., Mansyur, A., & Buchori, S. (2021). The concept of happiness in elementary school children. İçinde *Proceedings of the 2nd International Conference on Psychological Studies ICPsyche* (Volume 1, ss. 263–273), Semarang, Indonesia. <https://doi.org/10.5220/0010811200003347>
- Feldman, F. (2008). Whole life satisfaction concepts of happiness. *Theoria*, 74(3), 219–238. <https://doi.org/10.1111/j.1755-2567.2008.00019.x>
- Gasman, I., Purper-Ouakil, D., Michel, G., Mouren-Siméoni, M. C., Bouvard, M., Perez-Diaz, F., & Jouvent, R. (2002). Cross-cultural assessment of childhood temperament: A confirmatory factor analysis of the French Emotionality Activity and Sociability (EAS) Questionnaire. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 11(3), 101–107. <https://doi.org/10.1007/s00787-002-0265-1>
- Garcia, D., & Moradi, S. (2012). Adolescents' temperament and character: A longitudinal study on happiness. *Journal of Happiness Studies*, 13(5), 931–946. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9300-8>
- Gencer, N. (2018). Öznel iyi oluş: Genel bir bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), 255–266. <https://doi.org/10.17218/hititsosbil.457382>
- Goldsmith, H. H., & Campos, J. J. (1982). Toward a theory of infant temperament. R. N. Emde & R. J. Harmon (Ed.), İçinde *The development of attachment and affiliative systems* (ss. 161–193). Boston, MA: Springer US. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-4076-7_8
- Goldsmith, H. H., Buss, A. H., Plomin, R., Rothbart, M. K., Thomas, A., Chess, S., ... & McCall, R. B. (1987). Roundtable: What is temperament? Four approaches. *Child Development*, 58(2), 505–529. <https://doi.org/10.2307/1130527>
- Guerin, D. W., Gottfried, A. W., Preston, K. S. J., Gottfried, A. E., Ramos, M. C., Oliver, P. H., Cheng, C. H. E., & Riggio, R. E. (2023). Latent profile analysis of adolescent temperament: Relations to happiness and health in adulthood. *Journal of Adolescence*, 97, 1–12. <https://doi.org/10.1002/jad.12165>
- Hidalgo, J. L. T., Bravo, B. N., Martinez, I. P., Pretel, F. A., Postigo, J. M. L., & Rabadan, F. E. (2010). Psychological Well-Being, Assessment Tools and Related Factors. Dalam Wells, I. E. (ed). İçinde *Psychological Well-Being* (ss. 77–113). New York: Nova Science Publishers, Inc.

- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1073–1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
- Hills, P., & Argyle, M. (1998). Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. *Personality and Individual Differences*, 25(3), 523–535. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00082-8](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00082-8)
- Holder, M. D., & Coleman, B. (2008). The contribution of temperament, popularity, and physical appearance to children's happiness. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 279–302. <https://doi.org/10.1007/s10902-007-9052-7>
- Holder, M. D., Coleman, B., & Singh, K. (2012). Temperament and happiness in children in India. *Journal of Happiness Studies*, 13(2), 261–274. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9262-x>
- Holder, M. D., & Weninger, R. L. (2015). Understanding and enhancing the subjective well-being of children. İçinde Kirkcaldy, B. (Ed.), *Promoting psychological well-being in children and families* (ss. 115–138). Houndmills, Basingstoke, Hampshire: New York: Palgrave Macmillan.
- Huebner, E. S. (1991). Further validation of the Students' Life Satisfaction Scale: The independence of satisfaction and affect ratings. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 9(4), 363–368. <https://doi.org/10.1177/073428299100900408>
- Hughes, S. F. (2013). *Romancing children into delight: Promoting children's happiness in the early primary grades* (Yayımlanmamış doktora tezi). Queen's University, Canada.
- Kagan, J. (2014). Temperamental contributions to the development of psychological profiles: I. Basic issues. İçinde *Social anxiety* (ss. 377–418). Academic Press.
- Kahraman, H., & Yılmaz Irmak, T. (2019). Çocuğun mizacı ve problem davranışları: Ebeveyn uygulamalarının aracı rolü. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48, 15–29.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kartal, M. S. (2022). *Ebeveyn tutumunun çocuğun mizaç ve kişilik özellikleri üzerine etkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Kasten, H. (2017). *4–6 yaş çocuk gelişimi ve gelişim psikolojisinin temel esasları II* (O. Emre, Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kaytez, N. (2014). Anne kişiliği ve çocuğun mizaç özelliği. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(19), 1–15. <https://doi.org/10.12780/uusbd358>
- Keleş, Ş. (2020). Mutluluk üzerine ampirik bir analiz. *Asbider Akademi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(20), 156–174.
- Kılıç, S. (2013). Örneklem yöntemleri. *Journal of Mood Disorders*, 3(1), 44–46. <https://doi.org/10.5455/jmood.20130325011730>
- Klassen, A. N. (2008). *The contribution of temperament to children's happiness* (Yayımlanmamış doktora tezi). The College of Graduate Studies at the University of British Columbia.
- Kristal, J. (2005). *The temperament perspective: Working with children's behavioral styles*. Paul H. Brookes Publishing.

- Koç, M. (2023). *4–6 yaş çocukları olan ebeveynlerin tutumlarının çocuklarının mizaçlarına etkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Köycekaş, A. (2019). *Çocukların mizaç özellikleri ile oyun davranışlarının incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Küçükturan, A. G., & Keleş, S. (2021). Sosyal duygusal gelişim. İçinde A. K. Akyol (Ed.), *0–36 erken çocukluk döneminde gelişim 1* (ss. 45–72). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kümbül Güler, B., & Emeç, H. (2006). Yaşam memnuniyeti ve akademik başarıda iyimserlik etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(2), 129–149.
- Leung, C., Leung, J. T. Y., Kwok, S. Y. C. L., Hui, A., Lo, H., Tam, H. L., & Lai, S. (2021). Predictors of happiness in primary students: Positive relationships or academic achievement? *Applied Research in Quality of Life*, 16(6), 2335–2349. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-09928-4>
- Lomas, T., & VanderWeele, T. J. (2023). The complex creation of happiness: Multidimensional conditionality in the drivers of happy people and societies. *The Journal of Positive Psychology*, 18(1), 15–33. <https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1991453>
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46(2), 137–155. <https://doi.org/10.1023/A:1006824100041>
- Ma, I. M. (2006). *The influence of temperament on peer interactions in a computer-supported collaborative learning environment* (Yayımlanmamış doktora tezi). Graduate Faculty of The University of Georgia.
- Mathiesen, K. S., & Tambs, K. (1999). The EAS Temperament Questionnaire—Factor structure, age trends, reliability, and stability in a Norwegian sample. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40(3), 431–439. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00462>
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10–19. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Nes, R. B., & Røysamb, E. (2017). Happiness in behaviour genetics: An update on heritability and changeability. *Journal of Happiness Studies*, 18(5), 1539–1555. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9781-6>
- Ocak Karabay, Ş., & Güzeldere Aydın, D. (2017). Farklı geçmiş yaşantılardan gelen çocukların mutluluk ve gelecek ile ilgili görüşleri. *Elementary Education Online*, 16(4), 1816–1828. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2017.342995>
- Özer, M., & Karabulut, Ö. Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Turkish Journal of Geriatrics*, 6(2), 72–74.
- Öztürk, N. (2019). 9–12 yaş arası çocukların mutluluk düzeylerinin arkadaşlık niteliği açısından yordanması. *Akdeniz Journal of Education*, 2(1), 1–18.
- Parfitt, G., & Eston, R. G. (2005). The relationship between children's habitual activity level and psychological well-being. *Acta Paediatrica*, 94(12), 1791–1797. <https://doi.org/10.1080/08035250500268266>

- Prior, M., Sanson, A., Carroll, R., & Oberklaid, F. (1989). Social class differences in temperament ratings by mothers of preschool children. *Merrill-Palmer Quarterly*, 35(2), 239–248.
- Prior, M., Sanson, A., Smart, D., & Oberklaid, F. (2000). *Pathways from infancy to adolescence: The Australian Temperament Project*. Melbourne: Australian Institute of Family Studies.
- Quick, M. (2014). *Replicating predictors of spirituality and happiness in children* (Yayımlanmamış doktora tezi). Graduate School of Education at Seattle Pacific University. <https://www.proquest.com/dissertations-theses/replicating-predictors-spirituality-happiness/docview/1589894285/se-2>
- Rothbart, M. K. (1991). *Explorations in temperament*. New York: Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0643-4>
- Rothbart, M. K., Ahadi, S. A., & Evans, D. E. (2000). Temperament and personality: Origins and outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 122–135. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.1.122>
- 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. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Sanson, A., Hemphill, S. A., & Smart, D. (2004). Connections between temperament and social development: A review. *Social Development*, 13(1), 142–170. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2004.00261.x>
- Santrock, J. W. (2015). *Yaşam boyu gelişim: Gelişim psikolojisi* (Çev. G. Yüksel). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410–421. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.60.5.410>
- Seligman, M. E. P. (2023). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. C. R. Snyder & S. J. Lopez (Ed.), *İçinde Handbook of positive psychology* (ss. 3–9). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780195135336.003.0001>
- Servet, O. (2017). Mutluluğun Türkiye’deki belirleyenlerinin zaman içinde değişimi. *Akdeniz Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 17(35), 16–33. <https://doi.org/10.25294/auibfd.322607>
- Sönmez, K. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının mizaçları ile akran ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şahin, F. N. (2021). *Aile, eğitimciler ve kendi bakış açılarıyla çocukların mutluluğu* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şeker, M. (2009). Mutluluk ekonomisi. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, 0(39), 115–140. <https://dergipark.org.tr/en/pub/iusoskon/issue/9511/118860>
- Terzibaş, P. (2020). *Mutluluk ekonomisi ve Easterlin paradoksunun testi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Thomas, A., Chess, S., Birch, H. G., Hertzog, M. E., & Korn, S. (1964). *Behavioral individuality in early childhood*. University of London Press.
- Thomas, A., & Chess, S. (1997). *Temperament and development*. Brunner/Mazel.

- Tkach, C., & Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness? Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*. <https://doi.org/10.1007/s10902-005-4754-1>
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri* (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ulutürk Akman, S. (2021). Mutluluk ve yaşam memnuniyetinin belirleyicileri: Türkiye İstatistik Kurumu Yaşam Memnuniyeti Araştırması üzerine analizler. *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi / Journal of Social Policy Conferences*, 0(81), 35–69. <https://doi.org/10.26650/jspc.2021.81.986105>
- Uyanık-Koç, B. (2020). *48-72 aylık çocukların benlik algılarının mizaç, anne-baba ile ilişki özellikleri ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Ünüvar, P., Çalışandemir, F., & Tagay, Ö. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının mutluluk algısı (Türkiye ve Afganistan örneği). *Mehmet Akif Ersoy University Journal of Education Faculty*, 34, 1–22.
- Ünver Bağcıoğlu, G. (2015). Gelişimle ilgili temel kavramlar, gelişimin temel ilkeleri ve gelişimi etkileyen faktörler. İçinde A. Ulusoy (Ed.), *Gelişim ve öğrenme psikolojisi* (ss. 1–25). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Van Hoorn, J. L. (2013). *Play at the center of the curriculum* (6. Basım) Pearson.
- Veenhoven, R. (1997). Advances in understanding happiness. *Revue québécoise de psychologie*, 18(2), 29–74.
- Viñas, F., González, M., Malo, S., García, Y., & Casas, F. (2014). Temperament and personal wellbeing in a sample of 12 to 16 year-old adolescents. *Applied Research in Quality of Life*, 9(2), 355–366. <https://doi.org/10.1007/s11482-013-9242-x>
- Yavuz, Y. (2016). Öznel iyi oluş. https://www.tavsiyedyorum.com/makale_17397.htm
- Yavuz-Müren, H. M., Korucu, I., & Selçuk, A. B. (2022). Temperament and social development in childhood. İçinde *The Wiley-Blackwell Handbook of Childhood Social Development*. <https://doi.org/10.1002/9781119679028.ch16>
- Yinanç, A., Kırıcı Çevik, N., & Kantar, G. (2020). The relationship between happiness and social indicators in Turkey. *Journal of Emerging Economies and Policy*, 5(2), 50–60.
- Yoleri, S. (2014). Okul öncesi dönem çocuklarının mizaç özellikleri ile dil becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. <https://doi.org/10.17556/jef.95780>
- Yoleri, S. (2017). Ebeveyn tutumlarının okul öncesi dönemdeki çocukların mizaç özellikleri ile ilişkisi'nin incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0(42), 226. <https://doi.org/10.21764/efd.88048>
- Zentner, M., & Bates, J. E. (2008). Child temperament: An integrative review of concepts, research programs, and measures. *International Journal of Developmental Sciences*, 2(1–2), 7–37. <https://doi.org/10.3233/DEV-2008-21203>

EKLER

EK 1: Veri Toplama Aracı

EAS - Duygusallık, Sosyallik ve Aktivite Mizaç Anketi (Veli/Ebeveyn derecelendirmeleri)

Aşağıdaki anket sizden çocuğunuzun mizacıyla ilgili maddeleri derecelendirmenizi ister. Lütfen çocuğunuz için her bir maddeyi 1 = çocuğunuza özgü değil veya tipik değil ile 5 = çocuğunuz için çok karakteristik veya tipik arasında bir ölçekte derecelendirin. Lütfen aşağıdaki her ifadenin yanındaki uygun daireyi doldurun.

1) Çocuk utangaç olma eğilimindedir.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

2) Çocuk kolayca ağlar.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

3) Çocuk insanlarla birlikte olmayı sever.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

4) Çocuk her zaman hareket halindedir.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

5) Çocuk yalnız olmaktansa başkalarıyla oynamayı tercih ediyor.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

6) Çocuk biraz duygusal olma eğilimindedir.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

7) Çocuk hareket ettiğinde genellikle yavaş hareket eder.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

8) Çocuk kolaylıkla arkadaş edinir.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

9) Çocuk, sabah uyanır uyanmaz hemen kalkar ve koşmaya başlar.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

10) Çocuk, insanları herşeyden daha çok uyarıcı buluyor.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

11) Çocuk sıklıkla telaşlanır ve ağlar.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

12) Çocuk çok sosyaldir.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

13) Çocuk çok enerjiktir.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

14) Çocuğun yabancılara ısınması uzun zaman alır.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

15) Çocuk kolayca üzülür.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

16) Çocuk biraz yalnızdır.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

17) Çocuk sessiz, aktif olmayan oyunları daha aktif olanlara tercih eder.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

18) Çocuk yalnız kaldığında kendini yalnız hisseder.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

19) Çocuk üzüldüğünde yoğun tepki verir.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

20) Yabancılarla karşı çok arkadaş canlısıdır.

Karakteristik değil/ Tipik değil

Çok karakteristik/ Çok tipik

1 2 3 4 5

Öznel Mutluluk Ölçeği

Aşağıdaki maddelerin her biri için, lütfen her ölçekteki, sizi tanımlamada en uygun olduğunu düşündüğünüz daireyi doldurunuz.

1) Genel olarak kendimi düşünüyorum

1 2 3 4 5 6 7

Çok mutlu bir insan değil

Çok mutlu bir insan

2) Akranlarımla çoğuyla karşılaştırıldığında kendimi

1 2 3 4 5 6 7

Daha az mutlu

Daha çok mutlu

3) Bazı insanlar genellikle çok mutludur. Ne olursa olsun hayattan keyif alırlar, her şeyden en iyi şekilde yararlanırlar. Bu cümle sizi ne kadar anlatıyor?

1 2 3 4 5 6 7

Tam olarak değil

Bir hayli

4) Bazı insanlar genellikle pek mutlu değildir. Depresyonda olmamalarına rağmen hiçbir zaman oldukları kadar mutlu görünmezler. Bu cümle sizi ne kadar anlatıyor?

1 2 3 4 5 6 7

Tam olarak değil

Bir hayli

Oxford Mutluluk Anketi, Kısa Form

Sonraki 8 madde için lütfen aşağıdaki önem değerlerini dikkate alarak daireleri doldurunuz.

1=kesinlikle katılmıyorum

2=orta derecede katılmıyorum

3=biraz katılmıyorum

4=biraz katılıyorum

5=orta derecede katılıyorum

6=kesinlikle katılıyorum

1) Bu halimden pek memnun değilim

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

2) Hayatın çok ödüllendirici olduğunu hissediyorum

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

3) Hayatımdaki her şeyden gayet memnunum

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

4) Çekici göründüğümü düşünmüyorum

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

5) Bazı şeylerde güzellik buluyorum

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

6) İstedigim her Şeye sığabilirim

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

7) Zihinsel olarak tamamen uyanık hissediyorum

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

8) GeçmiŐe dair özellikle mutlu anılarım yok

1 2 3 4 5 6

Kesinlikle katılmıyorum

Kesinlikle katılıyorum

EK 2: Ki Kare Testi Sonucu ve Model Uyum İyiliği Değerleri

Chi-square test

Model	X ²	df	p
Baseline model	1020.369	171	0.006
Factor model	186.685	141	

Note. The estimator is ML. The test statistic is standard. The standard error method is standard.

Fit indices

Index	Value
Comparative Fit Index (CFI)	0.946
Tucker-Lewis Index (TLI)	0.935
Bentler-Bonett Non-normed Fit Index (NNFI)	0.935
Bentler-Bonett Normed Fit Index (NFI)	0.817
Parsimony Normed Fit Index (PNFI)	0.674
Bollen's Relative Fit Index (RFI)	0.778
Bollen's Incremental Fit Index (IFI)	0.948
Relative Noncentrality Index (RNI)	0.946

Other fit measures

Metric	Value
Root mean square error of approximation (RMSEA)	0.037
RMSEA 90% CI lower bound	0.021
RMSEA 90% CI upper bound	0.050
RMSEA p-value	0.947
Standardized root mean square residual (SRMR)	0.055
Hoelter's critical N ($\alpha = .05$)	219.179
Hoelter's critical N ($\alpha = .01$)	236.236
Goodness of fit index (GFI)	0.927
McDonald fit index (MFI)	0.909
Expected cross validation index (ECVI)	1.186

EK 3: Etik Kurul Onayı

ETİK KURUL ONAYI

Bu çalışma için etik kurul onayı Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'nun (Eğitim Bilimleri Etik Kurulu) 29/09/2023 tarihli ve 10/02 numaralı kararı ile alınmıştır.



ÖZ GEÇMİŞ

Ad Soyad: Ümmügülsüm TANRIVERDİ	
Eğitim Bilgileri	
Lisans	
Üniversite	Anadolu Üniversitesi
Fakülte	Eğitim Fakültesi
Bölümü	Sınıf Öğretmenliği
Yüksek Lisans	
Üniversite	
Enstitü Adı	
Ana Bilim Dalı	
Programı	
Makale ve Bildiriler (Varsa)	