

**DURUMLUK UMUT ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE UYARLAMASI: YAŞAM TATMİNİ ÜZERİNE
BİR İNCELEME****Prof. Dr. Mustafa BEKMEZCİ** * **Doç. Dr. Kemal KÖKSAL** * **Prof. Dr. İbrahim Sani MERT** * **ÖZET**

Bu çalışmada, Snyder ve arkadaşları (1996) tarafından geliştirilen Durumluk Umut Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Çalışma kapsamında üç farklı gruptan veri toplanmıştır. Dil eşdeğerliliğini test etmek için 36 kişiden oluşan örneklem kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla kamuda çalışan 237 kişiden veri toplanmıştır. Yapı geçerliliği kapsamında 237 kişilik örneklem grubunda açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Özel bir sektör firmasında çalışan 375 kişiden toplanan veri ile, doğrulayıcı faktör analizi, bileşim ve ayrışım geçerliliği ve yapı güvenilirliği ve durumluk umut ölçeği Türkçe formunun yordama gücü yaşam tatmini üzerinde test edilmiştir. Çalışma sonucunda Türkçeye uyarlanan Durumluk Umut Ölçeğinin dilsel eşdeğerliliğinin olduğu, geçerli ve güvenilir bir şekilde yordama gücünün olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Durumluk Umut Ölçeği Türkçe Formu, Ölçek Uyarlama, Yaşam Tatmini.

JEL Kodu: I13, I31.

ADAPTATION OF THE STATE HOPE SCALE: A STUDY ON LIFE SATISFACTION**ABSTRACT**

In this study, the validity and reliability of the Turkish version of the State of Hope Scale developed by Snyder et al. (1996) were conducted. Within the scope of the study, data were collected from three different groups. A sample of 36 people was used to test language equivalence. To verify the construct validity of the scale, data were collected from 237 people working in the public sector. An explanatory factor analysis was performed with a sample of 237 people. Convergent and discriminant validity and construct reliability were examined to construct validity with a sample of 375 people working in a private sector firm. The predictive power of the Turkish version of the State Hope Scale was tested on

* Toros Üniversitesi, İşletme Bölümü, Mersin/ Türkiye. E-mail: mustafa.bekmezci@toros.edu.tr

* Akdeniz Üniversitesi, Serik İşletme Fakültesi, Antalya/ Türkiye. E-mail: kemalkoksal@akdeniz.edu.tr

* Antalya Bilim Üniversitesi, İktisadi, İdari ve Sosyal Bilimler Fakültesi, Antalya/ Türkiye. E-mail: ibrahim.mert@antalya.edu.tr

Makale Geçmişi/Article History

Başvuru Tarihi / Date of Application : 28 Temmuz / July 2020

Düzeltilme Tarihi / Revision Date : 04 Mayıs / May 2021

Kabul Tarihi / Acceptance Date : 10 Mayıs / May 2021

the life satisfaction variable with a third sample data. As a result of the study, it was determined that the Turkish version of the State Hope Scale had a linguistic equivalence and a valid and reliable predictive power.

Keywords: *The Turkish form of State Hope Scale, Scale Adaptation, Life Satisfaction.*

JEL Cod: *I13, I31.*

1. GİRİŞ

Bireyler yaşamları boyunca çeşitli zorluklarla karşılaşmaktadır. Karşılaştıkları zorlukları aşmak için mevcut kaynaklarını (zaman, enerji, para vb.) kullanırlar. Yeni zorluklarla ya da aşamadıkları ile mücadele etmeleri için psikolojik bir özellik olan umudun rolü büyüktür (Lopez, Snyder, & Pedrotti, 2003). Snyder ve arkadaşları (1991) umudu bireylerin hedeflerine ulaşması ve onları elde tutması için gerekli olan psikolojik bir unsur olduğunu belirtmiş ve umudu, bireyin istediği hedeflere ulaşabilmek için yollar bulabilme kapasitesi ve bu yolları kullanma kararlılığının olması olarak tanımlamıştır. Pozitif psikolojinin konusu olan umut, fiziksel ve psikolojik insan sağlığı üzerine olan etkileri nedeniyle psikiyatri ve psikoloji alanlarında incelenmiştir. Umudun, depresyon ve tükenmişlikle negatif ilişkisi, duygusal olarak toparlanma ile pozitif ilişkisi olduğu gösterilmiştir (Chang, 2003; O'Sullivan, 2011). Snyder ve arkadaşları (1996) tarafından geliştirilen Durumluk Umut Ölçeğinde yüksek puan alanların, akademi, sağlık, spor ve psikoterapide olumlu sonuçlar aldığı tespit edilmiştir (Cheavens, Feldman, Woodward, & Snyder, 2006; Snyder, 2002). Ayrıca yapılan çalışmalar umudun öznel iyi oluş, yaşam tatmini, kariyer ve meslek gelişimi ve iş tatmini ile ilişkisi olduğunu göstermektedir (Luthans ve Jensen, 2002; Juntunen ve Wettersten, 2006).

Kişiliğin bir özelliği olarak değil de olaylar ve durumlar karşısında değişen, anlık olarak kazanılan ya da kaybedilen bir yapı olarak düşünüldüğünde ve insanların sosyal yaşamı, fiziksel ve psikolojik sağlığı üzerindeki etkileri göz önüne alındığında, durumluk umut kavramının anlaşılması ve umut düzeyinin yüksek tutulmasına etki eden faktörlerin belirlenerek yaşam kalitesinin artırılmasının önemli olduğu değerlendirilmektedir. Bunların dışında umut kavramına bakış, kültürden kültüre farklılık göstermekte ve bireyci kültürlerde bireyin çabasıyla kazanılacak bir durumken, toplulukçu kültürlerde bir istek ya da beklenti gibi algılanabilmekte ve sosyal destekten fazlasıyla etkilenebilmektedir (Korkut Owen, 2016; Tuzgöl, Dost ve Cenkseven, 2015). Bu kapsamda durumluk umut konusunda yapılan çalışmalar umut kavramının anlaşılması, kültürümüzdeki umudun belirleyicilerinin ve sonuçlarının daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır. Uluslararası alanda birçok çalışmada kullanılan (Chang, Chang ve Kamble, 2018; Munoz, Qinton, Worley ve Hellman, 2019; Munoz, Hellman ve Brunk, 2016) Durumluk Umut Ölçeğinin ulusal yazında da kullanılmasına rağmen (Atik ve Erkan Atik, 2017; Akman ve Korkut, 1993) ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirliğine ilişkin eksiklikler olduğu ve Durumluk Umut Ölçeğinin ulusal yazınımıza kazandırılmasının bu konuda yapılan çalışmaları artıracığı değerlendirilmektedir. Durumluk Umut Ölçeği Denizli (2004) tarafından yapılan yüksek lisans

çalışmasında Türkçeye uyarlanmış ve ölçeğin sadece açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda ölçeğin düşük fakat kabul edilebilir faktör yükleriyle, iki faktörlü yapısına ulaşılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi dışında, yapı ve ayrışım geçerliliğine ilişkin herhangi bir analiz yapılmadığı görülmüştür. Bu eksiklikleri gidermek ve umut konusunda yapılan çalışmaların yaygınlaşmasını sağlamak için, Durumluk Umut Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerliliğinin ve güvenilirliğinin test edilmesi amaçlanmıştır.

Çalışmada öncelikle umutla ilgili alan yazın incelemesi yapılmış ve umutla ilgili çalışmalar incelenmiştir. Daha sonra uyarlaması yapılan ölçeğin yordama gücünün test edilmesi amacıyla ele alınan yaşam tatmini yazını incelenmiş, müteakiben geçerliliğe ve güvenilirliğe ilişkin yapılan analizlere değinilmiştir.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

2.1. Umut

Son yıllarda psikolojinin, bireylerin işlevsel olmayan, daha çok acı çekme, depresyon, öfke, kaygı gibi ruh sağlığı ile ilgili sorunları iyileştirmekten ziyade bireyin memnuniyet, iyimserlik, iyi oluş hali, tatmin gibi öznel deneyimlere yönelik olumlu düşünce ve duygulara yöneldiği görülmektedir. Hem psikolojinin hem de psikiyatrinin de insanın pozitif niteliklerini ve bu niteliklerin insan sağlığı üzerindeki etkisini göz ardı etmesi, bir eksiklik olarak görülmüş, psikologların yaşamın zorlukları ile başa çıkma, stresin yıkıcı etkilerinin ve hayatın zorluklarının üstesinden gelme gibi konular üzerinde odaklanması yerine minnettarlık, haz, mutluluk gibi konularla ilgilenmesi gerektiği ifade edilmiştir (Gündüz, 2016). Bu kapsamda insan psikolojisi ile ilgili olumlu duygulara ve düşüncelere vurgu yapılması pozitif psikoloji alanının doğmasını sağlamıştır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Seligman ve Csikszentmihalyi (2000), pozitif psikoloji alanını, sübjektif seviyede geçmişte iyi olma hali, memnuniyet ve tatmin, gelecekte umut ve iyimserlik, şimdiki zamanda akış ve mutluluk gibi değerli öznel deneyimlerle ilgili olduğunu belirtmiştir. Pozitif psikolojinin; pozitif yanılsamalar, kendini kandırma (self-deception) ile iyimserlik ve umut konularını araştırma eğilimi, insanların neden ve nasıl pozitif bakış açısına sahip olduğunu büyük oranda açıklamaktadır (Gündüz, 2016). Umut kavramı da pozitif psikolojinin ilgi alanında olan ve son yıllarda çok dikkat çeken önemli konulardan birisidir (Abdullah ve ark., 2018).

Umut, sözlükte; olması beklenen veya olacağı düşünülen şey olarak tanımlanmakta, günlük dilde bireyin herhangi bir konudaki olumlu beklentilerini ifade etmek için kullanılmaktadır (Akman ve Korkut, 1993) ve bu olumlu beklentilerin gerçekleşme ihtimali bulunmaktadır (Staats, 1989). Umutla ilgili ilk bilimsel çalışmalar Frankl (1959) ve Menninger (1959)'in çalışmalarıyla psikiyatri alanında başlamış (aktaran Korkut Owen, 2016:7), yapılan araştırmalarda umut, bir kişinin hedeflerine ulaşabileceğine dair genel bir algı (Sympson ve Babyak, 1996; Krumm, Delas, Lafrenière, Fenouillet ve Lopez, 2015), kişinin hedefleriyle ilgili olumlu beklentisi olarak tanımlanmış ve tek boyutlu bir yapı

olarak ele alınmıştır (Snyder ve ark., 1991). 1990'lı yıllarda umut, bireyin amacına ulaşmak için güdülenmesi ve amaca ulaşmak için yollar bulması ile ilgili kapasite algısı olarak iki boyutlu bir yapı olarak ele alınmıştır (Snyder ve ark., 2000; Korkut Owen, 2016).

İyimserlik, öz-yeterlik ve umut kavramları birbiri ile benzer gibi görünmekle birlikte, Snyder ve arkadaşları (1991), bu kavramları ayrıntılı olarak tanımlamıştır. Ayrıca Alarcon ve arkadaşları (2013) da yaptıkları meta-analiz neticesinde iyimserlik ve umudun birbirinden ayırt edilebildiğini göstermiştir. Öz-yeterlilik teorisinde de yeterlilik beklentisine; umut teorisinde ise hem hedefe yönelik harekete hem de alternatif yolların gerekliliğine vurgu yapılmaktadır.

Umutla ilgili farklı kuramlar geliştirilmiş, bu kuramlar arasında hedef odaklı düşünmeye dayanan, bilişsel-davranışsal yaklaşımı vurgulayan Snyder (1996)'a ait kuram daha çok ilgi görmüştür. Snyder (2002) umudu, arzulanılan hedefe ulaşmak için eyleyici (harekete geçiren/hedefe güdülenme) düşünce (agent) ve hedefe ulaştıracak yollar (pathways) vasıtasıyla hedefe giden bu yolları türetme kabiliyeti konusunda bireyin sahip olduğu algı şeklinde tanımlamıştır. Bu tanıma göre umut, interaktif olarak türetilmiş olumlu güdüleyici bir durumdur (Snyder ve ark., 1991). Umut kuramına göre bir hedefe doğru yönelmeyi amaçlayan hareket; hem uygulanabilir yollar (hedefe ulaştıracak yollar) hem de hedefe yönelik enerjiyi (eyleyici düşünce) gerektirir (Snyder ve ark., 2000). Tanımdan da anlaşılacağı üzere hedefler umut teorisinin dayanağını oluşturur. İnsan, davranışları hedefe yöneliktir, hedefler de umut teorisinin bilişsel yönünü oluşturmaktadır (Snyder ve ark., 2000; Snyder, Feldman, Shorey ve Rand, 2002a; Snyder, Feldman, Taylor, Schroeder ve Adams, 2000b).

Başlangıçta umut, istikrarlı bir kişilik eğilimi olarak kavramsallaştırılmış ve Sürekli Umut Ölçeği geliştirilmiştir (Snyder ve ark., 1991). Ancak umut, belirli olayla veya anla ilgili geçici bir durum olarak da değerlendirilebilir. Bu kapsamda, umudun durumsal olarak değerlendirilebilmesi amacıyla Durumluk Umut Ölçeği geliştirilmiştir (Snyder ve ark., 1996). Dolayısıyla Durumluk Umut Ölçeği, spesifik hedeflerden ziyade anlık umudu ölçmektedir (Snyder ve ark., 2002a). Snyder ve arkadaşları (1996), Sürekli Umut Ölçeği ile Durumluk Umut Ölçeğinin pozitif korelasyon gösterdiğini; Sürekli Umut Ölçeğinden yüksek puan alan kişilerin Durumluk Umut Ölçeğinden de yüksek puan aldığını göstermiştir.

Umut kuramı kapsamında hedefin, birey davranışını motive etmesi için oldukça önemli, gerçekleşmesi durumunun bir derece belirsizlik içermesi ve bu belirsizliğe rağmen, ulaşılabilir olması gerekir (Snyder ve ark., 2000). Çünkü ulaşılamaz bir hedefe sahip olmak, bireyin moralinin bozulmasına, ulaşılabilirliği kesin bir hedefe sahip olmak da bireyin motivasyonunun düşmesine neden olur (Krumm ve ark., 2015). Nitekim yapılan araştırmalarda, makul seviyedeki hedeflerin yüksek umutla karakterize edildiği tespit edilmiştir (Korkut Owen, 2016). Dolayısıyla umut kuramının orta seviye olarak değerlendirilebilecek, makul bir öneme ve ulaşılabilirliğe sahip hedeflerle ilgilendiği söylenebilir. Hedefe ulaşmanın veya ulaşamamanın sonuçlarına bağlı olarak duygusal tepkiler üretilir

(Snyder ve ark., 2000). Diğer bir deyişle umut kuramına göre duygular, kişinin istenen hedefe ulaşması veya ulaşamaması konusundaki algısından doğan umutla bağlantılı bilişler neticesinde oluşur. Umut verici hedef dört kategoride değerlendirilebilir (Cheavens, Feldman, Woodward ve Snyder, 2006). Bunlar; yavaşma (istenen sonuca yönelme), olumsuz sonuçları önleme (istenmeyen sonuçları önleme veya geciktirme), var olan durumu koruma (mevcut durumu sürdürme) ve iyileştirme hedefleridir (mevcut durumu daha iyi hale getirme).

İnsanların hedeflerine ulaşmak için harekete geçmesi, onları hedeflerine götürecektir, işe yarar ve uygulanabilir yolların olduğuna inanması ile gerçekleşir. Hedefe ulaştıracak yollar düşünebilme, bireyin hedefe götüren makul yolları formüle etme konusundaki algıladığı yeteneğini yansıtır (Snyder ve ark., 2000). Bu boyut, bireyin hedefine ulaşabilmek için planlar yapabilme ve işe yarayan farklı yollar bulabilme kapasitesi ile ilgilidir. Diğer bir anlatımla, kişinin, amacına ulaştıracak kullanılabilir yollar bulabilme kapasitesidir (Cheaven ve ark., 2006). İnsanlar hedeflerine ulaşma konusunda genellikle tek bir yol üzerine odaklanma eğilimindedir. Ancak insanların odaklandığı yolun kapalı olması durumunda, umudu devam ettirebilmek için alternatif yolların öngörülebilmesi gerekir. Bu süreçte kişiler, kendi kendine “Bunu halletmenin bir yolunu bulacağım” tarzında bir konuşma dili kullanarak hedefe ulaşma yollarını güçlendirmektedir (Snyder ve ark., 2000b). Bu kapsamda umudu yüksek bireylerin, umudu düşük olan bireylere göre hedefe ulaştıracak alternatif yollar bulma konusunda daha iyi olduğu söylenebilir.

Bireyi hedefine ulaştıracak yolda ilerlemesi için motivasyonunun da olması gerekir. Eyleyici düşünce, kişinin hedefine ulaşmak için düşündüğü yolda harekete geçmesi ve bunu sürdürmesidir (Snyder ve ark., 2000). Dolayısıyla eyleyici düşünce, bireylerin kendi hedeflerini gerçekleştirmek üzere seçtiği yolda harekete geçme ve bu hareketi devam ettirme yeteneği hakkındaki öz düşüncesini ifade eder (Snyder ve ark., 2000). Bu kapsamda birey, “Yapabilirim”, “Durmayacağım” gibi tasdik edici ifadelerle eyleyici düşüncesini güçlendirebilir (Snyder ve ark., 2000b).

Eyleyici düşünce ve hedefe ulaştıracak yollar eklemeli ve yinelemelidir (Snyder ve ark., 2000). Diğer bir anlatımla birbiri ile bağlantılıdır. Şöyle ki; bir kişi hedefe ulaşma yolları bulmada yüksek ama harekete geçmede düşük profil gösterirken, diğeri de harekete geçmede çok istekli olabilir ancak amaca ulaşma yolları bulmada düşük profil gösterebilir. Buna rağmen bu kişiler ölçeklerden benzer puan alabilir. Bu nedenle birbirine eklenme özellikleri vardır. Dolayısıyla bir unsurdaki artışın diğer unsurda da artışa yol açması gerekir (Snyder ve ark., 1991). Örneğin, artan eyleyici düşüncenin hedefe ulaştıracak yolları geliştirme konusundaki düşünceleri harekete geçirmesi muhtemeldir. Buna karşılık, hedefe ulaştıracak yollar düşüncesinde artış yaşayan kişi eyleyici düşünce konusunda da eş zamanlı bir artış yaşıyor olmalıdır (Korkut Owen, 2016). Dolayısıyla umut için her iki boyut da gereklidir, boyutlardan birinin eksik olması durumunda umut kavramını açıklamak mümkün değildir.

Artan rekabet, iş koşullarının belirsizliği, teknolojinin hızla gelişmesi gibi nedenlerle gün geçtikçe karmaşıklaşan dünyamızda umut, önemli bir konu olmuş ve bu konuyla ilgili çok fazla araştırma yapılmıştır. Umut düzeyinin yüksek olmasının olumlu, düşük olmasının ise olumsuz sonuçlarının olduğu ortaya konmuştur (Tarhan ve Bacanlı, 2015). Bu kapsamda; umut düzeyi yüksek olan kişilerin kendisini kötü sonuçlardan bir miktar uzaklaştırdığı (Snyder ve ark., 2000), umudun eyleyici düşünce boyutunun yaşam tatminini daha iyi yordadığı (Bailey ve ark., 2007), yaşamın anlamıyla ilgili tüm teorilerde ortak bir unsur olduğu (Feldman ve Snyder, 2005), duygu durum bozukluklarının en önemli yordayıcısı olduğu (Chang ve DeSimone, 2001); iyilik hali (Tsukasa ve Snyder, 2005), motivasyon (Snyder, LaPointe, Crowson ve Early, 1998), öz-yeterlilik (Snyder, 2002) ve yaşam kalitesi ile olumlu yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Umumlu düşüncenin psikolojik sorunları önleme ve psikolojik dayanıklılığı artırma konusunda önemli bir rolü bulunduğu (Snyder ve ark., 2000b) ifade edilmektedir. Bunun tersine umudun, psikopatoloji semptomu, nevroz ve karamsarlık ile ilişkisi daha düşüktür (Arnau, Rosen, Finch, Rhudy ve Fortunato, 2007; Scioli, Ricci, Nyugen ve Scioli, 2011). Umut düzeyi ile fiziksel sağlık ve psikolojik sağlık arasında da pozitif bir ilişki bulunmuştur (Snyder ve ark., 2002a; Vilaythong, Arnau, Rosen ve Mascaro, 2003; Abdullah ve ark., 2018). Umut, sağlıklı bireyler için olduğu kadar, hasta bireyler için de önem arz etmektedir. Bu kapsamda umudun özellikle hastalıklarla başa çıkma (Miller, 2007), kronik ve hayati tehlikesi olan hastaların yaşam süresi ve kalitesi üzerinde (Stoner, 2004) büyük ölçüde etkisi olduğu görülmüştür (aktaran Tarhan, 2016:73). Tuzgöl, Dost ve Cenkseven (2015) tarafından yapılan araştırma neticesinde umut ile psikolojik sağlamlık, benlik saygısı, sosyal ve duygusal öğrenme becerileri arasında olumlu yönde, zorbalık ile olumsuz yönde bir ilişki bulunduğu, ailesinden yüksek düzeyde sosyal destek gören kişilerin umut düzeyinin de yüksek olduğu belirlenmiştir. Umut kavramı kültürden kültüre farklılık göstermektedir (Korkut Owen, 2016): Toplulukçu kültürlerde umut, sadece bir amaca ulaşmayı istemek, ummak ya da beklemek olarak ele alınırken, bireyselci topluluklarda bireyin çabasıyla değişebilecek bir yapı olarak ele alınmaktadır.

Umudu ölçmek için; Beck umutsuzluk ölçeği (Beck hopelessness scale) (Beck, Weissman, Lester, Trexler, 1974), ergenler için umutluluk ölçeği (Hopefulness scale for adolescents) (Hinds, 1985), sürekli umut ölçeği (Dispositional hope scale) (Snyder ve ark., 1991), Herth umut indeksi (Herth hope index) (Herth, 1992), çocuklarda umut ölçeği (Children's hope scale) (Snyder ve ark., 1997), umutsuzluk, çaresizlik, talihsizlik ölçeği (hopelessness, helplessness, haplessness scale) (Lester, 2001), bütünleyici umut ölçeği (Integrative hope scale) (Schrack, Woppmann Mag, Sibitz ve Lauber, 2011), iş umudu ölçeği (employment hope scale) (Hong, Polanin ve Pigott, 2012), gibi farklı ölçme araçları geliştirilmiştir.

Durumluk Umut Ölçeği (State Hope Scale), pek çok farklı çalışmada kullanılmıştır (Brooks ve Hirsch, 2017). Bu çalışmalar arasında kırsal kesim, kronik hastalar, psikiyatri hastaları, bakıcılar, gaziler, üniversite öğrencisi atletler, eşinin istismarına uğrayan kadınlar, doğal afet mağdurları da bulunmaktadır. Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda ölçeğin bir bütün olarak iç

tutarlılık katsayısının 0,90 ile 0,95 arasında değiştiği hem eyleyici düşünce hem de alternatif yollar düşünebilme boyutlarının iç tutarlılık katsayılarının 0,90 olduğu tespit edilmiştir. Umut ölçeğinin bu iki boyutu hakkında açıklama yazın taraması kısmında verilmiştir. Kısaca, farklı örneklemeler üzerinde yapılan araştırmalar neticesinde Durumluk Umut Ölçeğinin, iki boyutlu, geçerli ve güvenilir psikometrik özellikler gösteren bir ölçek olduğu ifade edilmiştir (Brooks ve Hirsch, 2017).

Durumluk Umut Ölçeği 6 maddeden oluşmaktadır. Cevaplar 8’li Likert (1= Kesinlikle yanlış, 4= Biraz yanlış, 8= Kesinlikle doğru) ile alınmıştır. Ölçek, eyleyici düşünce (agent) ve hedefe ulaştıracak yolları düşünebilme (pathway) olmak üzere 2 boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte 1, 3 ve 5’inci sorular hedefe ulaştıracak alternatif yollar düşünebilme boyutunu; 2, 4 ve 6’ıncı sorular eyleyici düşünce boyutunu ölçmektedir. Yapılan faktör analizi neticesinde eyleyici düşünce alt boyutu toplam varyansın %53,4’ünü, alternatif yollar düşünebilme alt boyutu toplam varyansın %18’ini, iki alt boyutlu yapının ise toplam varyansın %71,4’ünü açıkladığı; eyleyici düşünce alt boyutunun maddelerinin faktör yüklerinin 0,83 ile 0,89 arasında, alternatif yollar düşünebilme maddelerinin faktör yüklerinin 0,69 ile 0,88 arasında değiştiği; Cronbach alfa değeri ölçeğin bütünü için 0,88, eyleyici düşünce alt boyutu için 0,92, alternatif yollar düşünebilme alt boyutu için 0,88 olarak tespit edilmiştir (Snyder ve ark., 1996).

2.2. Yaşam Tatmini

Mutluluk, Aristo’ya göre insan yaşamının temel amacıdır. 41 ülkede yapılan araştırmada da ankete katılanlar için de mutluluk oldukça önemli bir araç olarak ifade edilmiştir (Diener, Sapyta ve Suh, 1998). Haybron (2007) yaşam tatminini bireyin yaşamından memnuniyet duyması ve beğenmesi olarak tanımlamaktadır. Yaşam tatmini, insan mutluluğu ve öznel iyilik hali için önemli bir göstergedir (Cummins, 1998; Pavot ve Diener, 1993). Bireylerin yaşamlarından tatmin olması, sadece belirli olaylar karşısında duyduğu tatminden daha çok bir bütün olarak yaşamlarından duyduğu memnuniyeti ifade etmektedir (Marques, Pais-Ribeiro ve Lopez, 2007). Yaşam tatmini bilişsel, genel ve uzun süreli bir durum olduğu için neşe ve zevk gibi benzer duygulardan ayrılır (Jagodzinski, 2010). Yaşam tatminin bilişsel yönü onun her birey için farklı ölçütlere bağlı olabileceğini ifade etmektedir. Bir birey için yaşam tatmini ölçütü başka bir birey için önemli olmayabilir ya da aynı ölçüt farklı standartlara sahip olabilir. Bu yüzden yaşam tatmininden bahsederken bireyin belirli bir alanda tatmin olmasından daha çok genel olarak yaşamından tatmin olmasından bahsetmek gerekir (Pavot ve Diener, 1993).

Yaşam tatmini konusunda çalışan araştırmacılar genel olarak *tavandan-tabana* ve *tabandan-tavana* yaklaşım olarak ikiye ayrılarak incelenebilir (Diener, 1984; Headey, Veenhoven ve Wearing, 1991). Tavandan-tabana yaklaşımı yaşam tatminini bireyin kişiliğinin bir özelliği olarak görmektedir. Diğer bir ifadeyle bireyler kişiliği nedeniyle yaşamından diğer kişilere göre daha fazla tatmin olabilmektedir. Büyük Beş kişilik konusunda yapılan çalışmalar incelendiğinde, yaşam tatminindeki toplam %18’lik varyansın büyük beş kişilik özelliği ile açıklandığı görülmektedir. Nevrotik kişilik özelliği yaşam tatmini ile en çok negatif ilişkili ($r=-0.38$, $p<0.05$) olan kişilik özelliği, dışa

dönüklük ise en çok pozitif ilişkili ($r=0.28$, $p<0.05$) kişilik özelliği olarak tespit edilmiştir (Steel, Schmidt ve Shultz, 2008). Tabandan-tavana yaklaşıma göre yaşam tatmini, yaşamındaki iş, aile sağlık ve boş zamanları gibi alanlarındaki tatminine bağlıdır (Pavot ve Diener, 2008). Birey bu alanlardaki yaşadığı tatmine bağlı olarak yaşam tatminine karar vermektedir. Bu kararı verirken, para, sağlık, aile ve iş gibi yaşam alanlarının ortalama tatmininden daha çok, bireyden bireye değişen ağırlıklardaki ortalamaya göre karar vermektedir. Diğer bir ifadeyle ile bir birey için boş zamanı, diğeri için işi, bir diğeri için de sağlığı yaşam tatmininin de önemli olabilmektedir. Bu iki bakış açısı farklı olsa da birbiri ile tamamen zıt değildir. Yapılan çalışmalar bireylerin yaşam tatminini etkileyen kişilik özellikleri (Marques ve ark., 2007; Perrone, 2007) ve iş tatmini (Bowling, Eschleman ve Wang, 2010) (Özdevecioğlu ve Doruk, 2009) gibi yaşam alanlarından etkilendiğini de göstermektedir. Ayrıca bireylerin, hayattan bir beklentilerinin ve hayata ilişkin amaçlarının olması, bunlara ulaşmak için kararlı bir çaba göstermesi ve kendini bu konuda yeterli görmesinin yaşam tatminini etkilediği ifade edilmiştir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003; İlhan ve Özbay, 2010).

Umut düzeyi yüksek olan bireylerin daha az stres yaşadığı ve duygusal olarak daha güçlü olduğu (Ong, Edwards ve Bergeman, 2006) ve yaşam tatminini pozitif olarak etkilediği (Bailey, Eng, Frisch ve Snyder, 2007; Chang, 2003; O’Sullivan, 2011; Jiang, Huebner ve Hills, 2013) ifade edilmektedir. Umut, bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin olumlu olması, zorluklarla mücadele etme gücü, amaçlarına ulaşmayı düşünerek bu doğrultuda çabalamasıdır (Snyder, 2002). Yaşam doyumunu ise aile, akademik ve iş gibi farklı alanlarda bireyin arzu ettiği noktaya ulaşip ulaşmadığının bir göstergesidir. Bireyin mevcut başarıları ile elde edemedikleri arasındaki fark yaşam tatminini azaltan bir unsurdur. Dolayısıyla bireylerin yaşamda hedefledikleri amaçlara ulaşacakları yönündeki beklenti düzeyleri, yaşama bakış açılarını etkileyerek yaşam doyumunu artıracaktır (Chen, Ma, Wu, ve Liu, 2021; Karataş, Uzun ve Tagay, 2021; Marques, Lopez ve Mitchell, 2013; Rehman, Alvi ve Ahmad, 2021).

Buraya kadar yapılan açıklamalardan yola çıkarak umut ölçeğinin geçerli ve güvenilir olup olmadığını test etmek amacıyla araştırmanın hipotezi aşağıdaki şekilde oluşturulmuştur.

H: Umut yaşam tatminini anlamlı ve pozitif bir şekilde etkilemektedir.

3. YÖNTEM

Bu bölümde umut ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliğine ve güvenilirliğine ilişkin yapılan analizler ve uyarlanması yapılan ölçeğin yaşam tatminini yordama gücüne ilişkin yapılan analizler ve bu analizlerin bulgularına değinilecektir. Analizler için SPSS 23.0 ve AMOS 23.0 programları kullanılmıştır. Araştırma verileri Temmuz 2018 – Eylül 2018 tarihleri arasında farklı gruplardan toplanmıştır. Örneklem hakkında detaylı bilgi demografik özellikler kısmında yapılmıştır.

3.1. Ölçekler

Araştırmada Synder ve arkadaşları (1996) tarafından geliştirilen **Durumluk Umut Ölçeği** ile Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen, Bekmezci ve Mert (2018) tarafından Türkçe geçerlemesi yapılan **Yaşam Tatmini Ölçeği** kullanılmıştır. Durumluk Umut Ölçeğindeki ifadeler sekizli Likert'le ölçülmüştür (1=Kesinlikle yanlış, 8=Kesinlikle doğru). Katılımcıların Yaşam Tatmini algılarını ölçmek için yedili Likert kullanılmıştır (1=Kesinlikle Katılmıyorum, 7=Tamamen katılıyorum). Ölçeklerin özellikleri hakkında detaylı bilgi analiz aşamasında sunulmuştur.

3.2. Demografik Özellikler

Durumluk Umut Ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirlik çalışması için üç farklı örneklem grubundan kolayda örneklem yöntemiyle veri toplanmıştır. Çalışmada dilsel eşdeğerliliği için her iki dile hâkim katılımcı gerekmesi ve açıklayıcı faktör analizi ile doğrulayıcı faktör analizinin farklı örneklemde yapılması tavsiye edilmesi nedeniyle (Hair, Black, Babin ve Anderson, 2010) farklı örneklem gruplarından seçilmiştir. Dil eşdeğerliliğini test etmek amacıyla ilk grup, İngilizce ve Türkçe diline hâkim 36 öğrenciden oluşmaktadır. Öğrencilerin %52,7'si kadın %47,3'ü ise erkektir. Tamamı iktisadi ve idari bilimler fakültesinde okuyan üçüncü sınıf öğrencisidir. İkinci grup örneklem kamu kurumunda çalışan 237 kişiden oluşmaktadır. Kamu kurumu hizmet sektöründe faaliyet göstermektedir. Çalışanlar memur statüsünde çalışmaktadır. Örnekleme yer alanların %22,7'si kadın, %77,3'ü ise erkektir. Katılımcıların %9,3'ü 19-23 yaş arasında, %20,6'sı 24-28 yaş arasında, %21,1'i 29-33 yaş arasında, %23,1'i 34-38 yaş arasında, %15,4'ü 39-43 yaş arasında, %7,3'ü 44-48 yaş arasında ve %3,2'si 49 ve üzeri yaş arasındadır. Katılımcıların %3,6'sı ortaokul, %17,8'i lise, %6,5'i ön lisans, %56,3'ü lisans ve %15,8'i yüksek lisans veya üstü mezundur. %64 katılımcı evli %36'sı ise bekârdır. Örnekleme grubundakilerin %52,2'si yönetici pozisyonunda (ustabaşı, vardiya amiri, şef veya müdür) %47,8'i ise işçi ve memur pozisyonunda çalışmaktadır. Katılımcıların %29,1'i 1-3 yıl, %8,5'i 4-6 yıl, %13,4'ü 7-9 yıl, %25,1'i 10-14 yıl %13,8'i 15-19 yıl ve %10,1'i ise 20 yıl ve üstü yıl buldukları kurumda çalışmaktadır. Üçüncü örneklem grubu ise özel sektörde çalışan 375 kişiden oluşmaktadır. Çalışanlar organize sanayi bölgesinde üretim tesisinde, işçi, ustabaşı ve hizmetli gibi statülerle görev yapmaktadır. Üçüncü örneklem grubundaki katılımcıların %22,1'si kadın, %77,9'u ise erkektir. Katılımcıların %14,7'si 19-23 yaş arasında, %37,3'ü 24-28 yaş arasında, %17,9'u 29-33 yaş arasında, %9,1'i 34-38 yaş arasında, %10,1'i 39-43 yaş arasında, %7,7'si 44-48 yaş arasında ve %3,2'si 49 ve üzeri yaş arasındadır. Katılımcıların %10,1'i ortaokul, %12,8'i lise, %15,2'si ön lisans, %49,3'ü lisans ve %12,5'i yüksek lisans veya üstü mezundur. %41,9 katılımcı evli %58,1'i ise bekârdır. Örnekleme grubundakilerin %31,5'i yönetici pozisyonunda (ustabaşı, vardiya amiri, şef veya müdür) %68,5'i ise işçi, tekniker, teknisyen ve sekreter pozisyonunda çalışmaktadır. Katılımcıların %47,2'si 1-3 yıl, %13,1'i 4-6 yıl, %7,7'si 7-9 yıl, %14,7'si 10-14 yıl %6,7'si 15-19 yıl ve %10,7'si ise 20 yıl ve üstü yıl buldukları kurumda çalışmaktadır.

3.3. Çeviri Aşaması

Durumluk Umut Ölçeğinin orijinal dili İngilizcedir. Ölçeğin dilsel eşdeğerliliğinin sağlanması amacıyla Hall ve arkadaşları (2003) tarafından önerilen ileri ve geri çeviri yöntemi kullanılmıştır. İngilizceden Türkçeye çeviri için İngiliz Dili ve Edebiyatı bölümü mezunu iki kişi, Türk Dili ve Edebiyatı bölümü mezunu bir kişi ve son olarak Psikoloji bölümü mezunu bir kişiden oluşan grupla çalışılmıştır. Çeviri aşamasında basit ve anlaşılır bir dil kullanılmaya çalışılmıştır. İngilizce konusunda uzman bir kişi, Psikoloji alanından uzman kişiyle birlikte kavramlar konusunda fikir birliğine vararak, İngilizceden Türkçeye çeviri yapmıştır. Ölçeğin Türkçe formu, İngilizce konusunda diğer uzman kişiye orijinal formu gösterilmeden, orijinal diline tekrar çevrilmiştir. Ölçeğin orijinal haliyle tekrar İngilizceye çevrilen hali karşılaştırılmış ve Türkçe halinde ufak düzeltmeler yapılmıştır. Ölçeğin son hali (Tablo 1) araştırmacılar, Türkçe dili ve Psikoloji konusunda uzman kişiler tarafından değerlendirilmiş ve ölçeğin uygulanabilir olduğuna karar verilmiştir. Bu aşamadan sonra 36 kişiden oluşan ve her iki dili bilen öğrencilere ölçeğin orijinal ve çevrilmiş formu sırasıyla bir hafta süre içerisinde uygulanmış ve her iki ölçekten elde edilen puanların ilişkisi karşılaştırılmıştır. Buna göre puanlar arasındaki korelasyonun yüksek olduğu görülmüştür ($r=0.94$, $p<0.01$).

Tablo 1. Durumluk Umut Ölçeğinin İngilizce ve Türkçe İfadeleri

S. Nu.	Statements	S. Nu.	Aşağıdaki ifadeleri dikkatlice okuyunuz. İfadeleri okuduğunuzda, yaşamınızda <u>tam şu anda</u> neler olduğuna yoğunlaşarak ölçekten şimdiki durumunuza uygun olan seçeneği işaretleyiniz.
1	If I should find myself in a jam, I could think of many ways to get out of it	1	Eğer kendimi sıkışmış (zorda kalmış) hissedersen, çıkış yolu olabilecek farklı birçok alternatif bulabilirim.
2	At the present time, I am energetically pursuing my goals	2	Bu günlerde, hedeflerimin peşinde enerjik bir şekilde koşuyorum
3	There are lots of ways around any problem that I am facing now	3	Bu günlerde, karşılaşılabileceğim bir problem için birçok çıkış yolu bulabilirim.
4	Right now, I see myself as being successful	4	Tam şu anda, kendimi oldukça başarılı buluyorum.
5	I can think of many ways to reach my current goals	5	Mevcut hedeflerime ulaşmak için farklı yollar bulabilirim.
6	At this time, I am meeting the goals that I have set for myself	6	Şu anda, kendim için belirlediğim hedeflerimin gerçekleşmekte olduğunu düşünüyorum.

3.4. Geçerlilik

Ölçeğin geçerliliğini test etmek amacıyla ilk olarak açıklayıcı faktör analizi daha sonrasında da doğrulayıcı faktör analizi yapılmasına karar verilmiştir.

3.5. Açıklayıcı Faktör Analizi

Açıklayıcı faktör analizi yapmak amacıyla kamuda çalışan 249 kişiden kolayda örneklem yöntemiyle veri toplanmıştır. Toplanan verilerden uygun doldurulmayan ve/veya uç verilere sahip verilerin 12 tanesi örneklemden çıkarılarak 237 veri üzerinden açıklayıcı faktör analizi yapılmıştır.

Durumluk Umut Ölçeğinin eyleyici düşünce ve hedefe ulaştırarak alternatif yolları düşünebilme olmak üzere 2 boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte 1, 3 ve 5'inci sorular hedefe ulaştırarak alternatif yollar düşünebilme boyutunu; 2, 4 ve 6'ncı sorular eyleyici düşünce boyutunu ölçmektedir. Açıklayıcı faktör analizi yapılırken temel bileşenler yöntemiyle ikili faktör yapısı belirlenerek dik döndürme yöntemlerinden varimax yöntemi kullanılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Durumluk Umut Ölçeğinin Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları (N=237)

Kaiser-Meyer-Olkin Ölçümü (KMO)			0,862
Bartlett's Test		Chi-Square	1230,406
Sig.		df	15
			0.000
Bileşenler	Öz değer	Açıklanan Varyans (%)	Açıklanan Toplam Varyans (%)
1	3,296	54,927	54,927
2	0,756	12,603	67,530
İfadeler		Birinci Faktör Yüğü	İkinci Faktör Yüğü
1		0,839	0,189
3		0,808	0,256
5		0,659	0,390
2		0,421	0,631
4		0,325	0,716
6		0,142	0,875

Açıklayıcı faktör analizinde ilk olarak KMO ve Bartlett küresellik testi ile veri setinin faktör analizi yapmaya uygun olup olmadığı incelenmiştir. KMO değerinin 0,862 olması, değişkenlerin birbirlerini mükemmel yakın tahmin etme gücünün olduğunu; Bartlett küresellik testinin anlamlı olması ($p=0,000$) değişkenler arasında yeterli oranda ilişki olduğunu göstermektedir (Durmuş, Yurtkoru, & Çinko, 2013). Eyleyici düşünce alt boyutunun öz değeri (Eigenvalue) 3,30'dur ve toplam varyansın %54,9'unu açıklamaktadır. Alternatif yollar düşünebilme alt boyutu ise varyansın %12,6'sını açıklamaktadır. Her iki boyut toplam varyansın %67,5'ini açıklamaktadır. Eyleyici düşünce boyutu maddelerinin faktör yükleri 0,66 ile 0,84 arasında değişmekteyken, alternatif yollar düşünebilme boyutu maddelerinin faktör yükleri 0,63 ile 0,88 arasında değişmektedir. Bu çalışmada yapılan açıklayıcı faktör analizi sonuçları Durumluk Umut Ölçeğinin iki boyutlu yapısını ortaya çıkarmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini test etmek amacıyla yapılan güvenilirlik analizi sonucunda; ölçeğin eyleyici düşünce alt boyutu 0,784, alternatif yollar düşünebilme boyutu 0,774, ölçeğin tümü ise 0,859 Cronbach alfa değerine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bulunan sonuçlar ölçeğin orijinal hali olan Snyder ve arkadaşlarının (1996) ulaştığı sonuçlarla da benzerlik göstermektedir. Ölçek geliştirme çalışmasında, açıklayıcı faktör analizi neticesinde, eyleyici düşünce alt boyutu 3,20 öz değerle toplam varyansın %53,4'ünü, alternatif yollar düşünebilme alt boyutu toplam varyansın %18'ini, iki alt boyutlu yapının ise toplam varyansın %71,4'ünü açıkladığı; eyleyici düşünce alt boyutunun maddelerinin faktör yüklerinin 0,83 ile 0,89 arasında, alternatif yollar düşünebilme maddelerinin faktör yüklerinin 0,69 ile 0,88 arasında değiştiği; Cronbach alfa değeri ölçeğin bütünü için 0,88, eyleyici düşünce alt boyutu için 0,92, alternatif yollar düşünebilme alt boyutu için 0,88 olarak tespit edilmiştir (Snyder vd., 1996).

3.6. Doğrulayıcı Faktör Analizi

Durumluk Umut Ölçeğinin Türkçe formunun yapı geçerliliğini test etmek amacıyla ikinci aşamada doğrulayıcı faktör analizi yapılmasına karar verilmiştir. Bu maksatla büyük ölçekli özel bir fabrikada çalışan 420 kişiden kolayda örnekleme yöntemiyle, durumluk umut, yaşam tatmini ve demografik değişkenlere ait soruları içeren anket formu ile veri toplanmıştır. Toplanan verilerden uygun doldurulmayan ve/veya uç verilerin temizlenmesi sonucunda 375 veri ile doğrulayıcı faktör analizi ve regresyon analizi yapılmıştır.

Durumluk Umut Ölçeğinin yapı geçerliliğinin incelenmesi amacıyla model uyum değerleri, bileşim ve ayrışım geçerliliğine bakılmıştır. Durumluk Umut Ölçeği iki boyuttan oluştuğu için ölçeğin birinci düzey, ikinci düzey ve tek faktörlü yapıları incelenerek en iyi uyum değerine sahip olan model tespit edilmeye çalışılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen model uyum değerleri Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 3. Durumluk Umut Ölçeği Model Uyum Değerleri (N=375)

Ölçek	χ^2	sd	χ^2/sd	RMSEA	CFI	GFI	NFI	RMR
Birinci düzey	29,321	8	3,660	0,066	0,983	0,984	0,976	0,047
İkinci düzey	16,233	8	2,029	0,052	0,987	0,986	0,976	0,047
Tek faktör	61,132	9	6,792	0,097	0,957	0,966	0,951	0,951

Tablo 3 incelendiğinde, Durumluk Umut Ölçeğinin birinci ve ikinci düzey model uyum değerlerinin iyi ve birbirine yakın olduğu; tek faktörlü yapısının ise uyum değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmektedir (Hair vd., 2010). Çalışmada Durumluk Umut Ölçeğinde en iyi uyum değerine sahip olan ve ölçeğin orijinal haliyle aynı olan ikinci düzey yapısı tercih edilmiştir. Ölçeğin ölçüt geçerliliği test etmek için bileşim (Convergent) geçerliliği ölçek maddelerinin regresyon katsayıları ve açıklanan ortalama varyans (AOV) değerlerine bakılarak incelenmiştir. Eyleyici düşünce alt boyutunun madde yükleri 0,7'nin üzerinde olup (sırasıyla 0,76, 0,75, 0,71) AOV değeri ise 0,55'tir. Alternatif yollar düşünebilme boyutunda madde yükleri ise 0,7 değerine yakın, 0,5 değerinden yüksektir (sırasıyla 0,65, 0,69, 0,69) ve AOV değeri ise 0,46'dır. Eyleyici düşünce ve alternatif yollar düşünebilme boyutları için yapı güvenilirlikleri sırasıyla 0,79 ve 0,72'dir. Bir bütün olarak Durumluk Umut Ölçeğinin AOV oranı 0,50; yapı güvenilirliği ise 0,86'dır. Durumluk Umut Ölçeğinin ayrışım (Discriminant) geçerliliğini araştırmak amacıyla toplam paylaşılan varyans oranına bakılmıştır. Durumluk Umut Ölçeği ile yaşam tatmini ölçekleri arasında toplam paylaşılan varyans oranı 0,30'dur. Bu değer Durumluk Umut Ölçeğinin açıkladığı ortalama varyans oranından (0,50) daha düşük olduğu için Durumluk Umut ve Yaşam Tatmini Ölçeğinin farklı yapıları ölçtükleri ifade edilebilir. Tüm bu sonuçlar değerlendirildiğinde ölçeğin iki boyutlu yapısının ölçüt geçerliliğinin iyi olduğu söylenebilir. Durumluk Umut Ölçeğinin ikinci grup örneklemdaki iç tutarlılık katsayısı, eyleyici düşünce alt boyutu için 0,757; alternatif yollar düşünebilme boyutu için 0,703; ölçeğin tümü için ise 0,819 Cronbach alfa olarak hesaplanmıştır. Durumluk Umut Ölçeği birinci grup örneklem ve ikinci grup örneklem için de benzer

güvenilirlik değerlerine sahip olarak tutarlı sonuçlara ulaştığı; bileşim ve ayrışım geçerlilikleri bir bütün olarak model uyum değerlerinden hareketle de iki boyutlu yapısının teorik çerçeveye uyumlu ölçüm yaptığı görülmüştür.

Durumluk Umut Ölçeğinin yordama gücünü test etmek amacıyla incelenen yaşam tatmini ölçeğinin de yapı geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Yaşam tatminini ölçmek için Diener ve arkadaşları (1985) tarafından geliştirilen, Bekmezci ve Mert (2018) tarafından Türkçe geçerlemesi yapılan Yaşam Tatmini Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek beş ifadeden oluşmakta ve ölçekte “Hayatımdan memnunum.”, “Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hiçbir şeyi değiştirmezdim.” şeklinde ifadeler bulunmaktadır. Ölçeğin ikinci grup örneklem veri setinde yaşam tatminini ölçüp ölçmediği doğrulayıcı faktör analizi yapılarak test edilmiştir. Tek faktörlü yaşam tatmini ölçeğinin model uyum değerleri incelendiğinde modelin iyi uyum değerlerine sahip olduğu görülmüştür ($X^2=18,554$, $sd=5$, $X^2/sd=3,711$, $RMSEA=0,65$, $CFI=0,987$, $GFI=0,988$, $NFI=0,983$, $RMR=0,056$). Ölçüt geçerliliği için ise bileşim ve ayrışım geçerlilikleri incelenmiştir. Yaşam tatmini ölçeğindeki maddelerin standardize edilmiş faktör yükleri incelendiğinde tüm maddelerin kabul edilebilir değer olan 0,50'nin üstünde olduğu (sırasıyla 0,60, 0,76, 0,78, 0,73, 0,64) tespit edilmiştir. Ölçek maddeleri tarafından açıklanan ortalama varyans oranı 0,50, bileşim güvenilirliği ise 0,83'tür. Ayrışım geçerliliği kapsamında iki ölçeğin toplam paylaştığı varyans oranı ile AOV oranı karşılaştırılmıştır. Yaşam tatmini ölçeği tarafından açıklanan ortalama varyans 0,50, Durumluk Umut ve Yaşam Tatmini Ölçeklerinin toplam paylaştığı varyans ise 0,30'dur. Bu sonuçlara göre yaşam tatmini ölçeği farklı yapıyı ölçmede başarılıdır. Yaşam tatmini ölçeğinin iç tutarlılığı Cronbach alfa katsayısı ile kontrol edilmiştir. Beş maddeden oluşan iç tutarlılığı 0,80'dir. Tüm yapılan analizler sonucunda yaşam tatmini ölçeği geçerli ve güvenilir olarak değerlendirilerek sonraki analizlere geçilmiştir.

3.7. Korelasyon ve Regresyon Analizi

Durumluk Umut Ölçeğinin yordama gücünün test edilmesi amacıyla teorik çerçeve kapsamında oluşturulan araştırma hipotezi korelasyon ve regresyon analizi yapılarak test edilmiştir. Hipotez testi yapılmadan önce değişkenlere ait ortalama değer, standart sapma ve korelasyon değerleri incelenmiştir (Tablo 4). Çalışanların durumluk umut algılamaları incelendiğinde orta değer (4) biraz altında bir ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Umudun alt boyutlarının ortalamaları incelendiğinde hedefe ulaşacak yollar ve eyleyici düşünce boyutlarının ortalamasının orta değerinin biraz üstünde kaldığı tespit edilmiştir. Özellikle eyleyici düşünce ile yaşam tatmini arasındaki pozitif ilişki diğer boyuta ve genel boyuta göre daha yüksektir. Yaşam tatminleri de orta değer olan 3,5'un biraz altındadır. Hem genel umut boyutunda hem de yaşam tatmininde algılama ortalamalarının yüksek olmadığı ifade edilebilir. İki değişken arasında orta düzeyde korelasyon olduğu (0,390, $p=0,000$) görülmektedir.

Tablo 4. Durumluk Umut ve Yaşam Tatmini Algılamalarının Ortalama, Standart Sapma ve Korelasyon Değerleri (N=375)

Değişkenler	Ort.	S.S.	1	2	3
1- Durumluk Umut	3,91	0,635	1		
2- Hedefe Ulaştıracak Yollar	4,32	0,788	0,920*	2	
3- Eyleyici Düşünce	4,08	0,727	0,876*	0,616*	3
2- Yaşam Tatmini	3,35	0,773	0,390*	0,277*	0,442*

*P<0,000

Regresyon analizinin ilk aşamasında demografik değişkenler analize dâhil edilerek etkileri kontrol altına alınmış, ikinci aşamada ise bağımsız değişken analize dâhil edilmiştir. Ulaşılan sonuçlar Tablo 5’te verilmiştir. Bu sonuçlara göre demografik değişkenler yaşam tatminindeki %3’lük bir değişimi anlamlı bir şekilde yordamaktadır ($F=2,386$, $R^2=0,30$, $p<0,05$). Katılımcıların yaşı, medeni durumu (1=Evli, 2=Bekâr), çalışma süresi ve pozisyonu (1=Yönetici, 2=İşçi) yaşam tatminini anlamlı bir şekilde etkilemektedir. Sonuçlar yaşın artmasının, bekâr olmanın ve yönetim pozisyonu dışında çalışmanın yaşam tatminini azalttığını ve çalışma süresinin artmasının ise yaşam tatminini artırdığını göstermektedir.

Regresyon analizinin ikinci aşamasında demografik değişkenlere ilave olarak araştırmanın bağımsız değişkeni de model dâhil edilmiştir. Durumluk umut değişkeni modele dâhil edilmesiyle oluşturulan modelin anlamlı olduğu ve yaşam tatminindeki değişimin %19,5’nin anlamlı bir şekilde açıklandığı tespit edilmiştir ($F=16,425$, $R^2=0,19$, $p<0,01$). Demografik değişkenlerin etkisi kontrol altına alındığında yaşam tatminindeki %16,4’lük değişim durumluk umut değişkeni tarafından açıklanmaktadır ($\Delta F=14,878$, $\Delta R^2=0,164$, $p<0,01$). Durumluk umut değişkeni modele eklendiğinde demografik değişkenlerden sadece yaş ve çalışma süresinin anlamlı etkisi kalmaktadır. Regresyon analizi sonucunda çalışanların durumluk umudunun yaşam tatminini anlamlı ve pozitif etkilediği tespit edilmiştir. Örneklem kapsamında umudun yükselmesinin yaşam tatminini artırdığı ifade edilebilir. Durumluk Umut Ölçeğinin alt boyutları olan eyleyici düşünce ve alternatif yolları düşünebilme boyutlarının da demografik değişkenler kontrol altına alınarak yaşam tatminini ne ölçüde yordadığı incelenmiştir. Regresyon analizinin ilk aşamasında demografik değişkenler modele dâhil edilerek, ikinci aşamada eyleyici düşünce boyutu modele dâhil edildiğinde oluşturulan modelin anlamlı olduğu ($F=22,946$, $R^2=0,252$, $\Delta R^2=0,222$, $p<0,05$), eyleyici düşüncenin yaşam tatminini anlamlı bir şekilde yordadığı ($\beta=0,502$, $p<0,05$) ve yaşam tatminindeki %22,2’lik bir değişimi açıklama gücünün olduğu görülmüştür. Aynı prosedür alternatif yollar düşünebilme boyutu için de gerçekleştirildiğinde oluşturulan modelin anlamlı olduğu ($F=8,286$, $R^2=0,109$, $\Delta R^2=0,078$, $p<0,05$), alternatif yollar düşünebilme boyutunun yaşam tatminindeki %7’lik bir değişimi anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür ($\beta=0,288$, $p<0,05$).

Tablo 5. Regresyon Analiz Sonuçları

Yaşam Tatmini	B	St. Hata	t	p	F	R ²	ΔR ²
1. Aşama							
Sabit	4,494	0,345	13,023	0,000			
Cinsiyet	-0,019	0,076	-0,250	0,803			
Yaş	-0,018	0,006	-3,040	0,002			
Eğitim durumu	0,009	0,030	0,313	0,755	2,386	0,30	-
Medeni durum	-0,203	0,080	-2,520	0,012			
Çalışma süresi	0,014	0,007	2,046	0,041			
Pozisyon	-0,086	0,038	-2,269	0,024			
2. Aşama							
Sabit	2,403	0,366	6,561	0,000			
Cinsiyet	-0,038	0,069	-0,556	0,578			
Yaş	-0,014	0,005	-2,576	0,010			
Eğitim durumu	-0,019	0,027	-0,694	0,488			
Medeni durum	-0,134	0,074	-1,816	0,070	16,425	0,195	0,164
Çalışma süresi	0,014	0,006	2,233	0,026			
Pozisyon	-0,059	0,034	-1,717	0,086			
Alternatif yollar	0,288	0,039	7,338	0,000			
Eyleyici düşünce	0,502	0,037	13,483	0,000			
Umut	0,503	0,045	11,175	0,000			

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Yaşamın giderek karmaşıklaştığı ve bireylerin geleceğe yönelik beklentilerinin arttığı ve bu beklentilerin gerçekleşmesinin giderek zorlaştığı düşünülecek olduğunda, umut bireyler için oldukça önemli bir konu olmaktadır. Umut seviyesinin yüksek olmasının olumlu sonuçları mevcutken düşük olması da olumsuz sonuçlara neden olmaktadır (Snyder ve ark., 2000; Tarhan ve Bacanlı, 2015). Umudun yüksek olması ile duygu durumlarının, bireyin iyilik halinin, motivasyonunun, öz yeterliliğinin, psikolojik dayanıklılığın pozitif ilişkisi söz konusuysen (Chang ve DeSimone, 2001; Tsukasa ve Snyder, 2005; Snyder ve ark., 1998; Snyder, 2002; Snyder ve ark., 2000b), psikopatoloji, nevroz ve karamsarlık ile negatif ilişkisinden bahsedilebilir (Arnau ve ark., 2007; Scioli ve ark., 2011). Ayrıca umudun yüksek olması bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlıklarını da olumlu etkilediği (Vilaythong ve ark., 2003; Abdullah ve ark., 2018), sağlığını kaybetmiş bireyin hastalıkları yenmesinde veya kaliteli yaşam sürmesinde etkili olduğu tespit edilmiştir (Stoner, 2004; Miller, 2007). Çalışmanın amacı Snyder ve arkadaşları (1996) tarafından bireylerin durumluk umudunu ölçmek amacıyla geliştirilen Durumluk Umut Ölçeğinin Türkçe uyarlamasının geçerlilik ve güvenilirliğini yapmaktır.

Umut, kişilik özelliği olarak değerlendirilmiş ve umudu ölçmek için sürekli umut ölçeği geliştirilmiştir (Snyder ve ark., 1991). Fakat umudun belirli olay ve durumlar karşısında anlık olarak değiştiği de ifade edilmektedir (Snyder ve ark., 1996). Snyder ve arkadaşları (1996) Durumluk Umut Ölçeğini sekiz maddelik olarak tasarlamış ve yaptıkları faktör analizi sonucunda her iki boyuttan birer soru çıkartarak ölçeğe son halini vermişlerdir. Durumluk Umut Ölçeği kullanılarak yapılan son çalışmalar (Chang, Chang ve Kamble, 2018; Munoz, Qinton, Worley ve Hellman, 2019; Munoz, Hellman ve Brunk, 2016) ölçeğin günümüzde de geçerli ve güvenilir sonuçlar verdiğini göstermektedir.

Türkçe uyarlamasının geçerliliğinin ve güvenilirliğinin yapıldığı bu çalışmada da orijinal dilindeki yapıyla örtüşen sonuçlara ulaşılmıştır. Durumluk umut; eyleyici düşünce ve alternatif yollar düşünebilme olmak üzere iki boyuttan oluşmaktadır. Yapılan açıklayıcı faktör analizi sonucunda Durumluk Umut Ölçeğinin bu iki boyutlu yapısı keşfedilmiştir. Her bir boyuta ilişkin madde yüklerinin yeterli olduğu görülmüştür. Ölçeğin boyutlarının ve genel ölçek açısından iç tutarlılık katsayılarının, soru sayıları göz önüne alındığında, yeterli güvenilirlik düzeyine sahip olduğu değerlendirilmiştir. İkinci bir örneklem üzerinde yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda da ikinci düzey doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarının ölçeğin iki boyutlu yapısını doğruladığı görülmüştür. Ölçüt geçerliliği kapsamında yapılan bileşim ve ayrışım geçerliliğinin de iyi seviyede olduğu tespit edilmiştir. Son olarak ölçeğin diğer değişkenleri yordama gücünü test etmek amacıyla yapılan regresyon analizinde ölçeğin yaşam tatminini anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür.

Akman ve Korkut (1993) Sürekli Umut Ölçeği üzerine yaptıkları çalışmada, Sürekli Umut Ölçeği ile Durumluk Umut Ölçeği zaman perspektifi dışında benzer ifadelerle sahip olmasına rağmen, ölçeğin orijinal halinden farklı olarak tek boyutlu bir yapıya sahip olduğunu ve Türkiye’de Umut Ölçeği ile daha fazla çalışma yapılması gerektiğini ifade etmişlerdir. Atik ve Erkan Atik (2017) tarafından lise öğrencileri üzerinde Durumluk Umut Ölçeği ile yapılan çalışmada öğrencilerin akademik öz yeterliliği ve problem çözme yeteneği algısının umut düzeyini yordadığını tespit etmişlerdir. Dwivedi ve Rastogi (2017), Hindistan’da 140 lise öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada umudun yaşam tatmininin bir belirleyicisi olduğunu tespit etmişlerdir. Bailey ve arkadaşları (2007) umudun yaşam tatmininin yordayıcısı olduğunu ve özellikle eyleyici düşünce boyutunu daha fazla yordadığını tespit etmişlerdir. Bu sonuç bu araştırmanın bulgusuyla paraleldir. Araştırma bulgularına göre eyleyici düşünce boyutu yaşam tatminindeki değişimin önemli bir kısmını açıklamaktadır. Bunun nedeni olarak; eyleyici düşünce boyutunda, bireyin yaşamdan beklentilerinin gerçekleşmesine yönelik sorular olması değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak; Durumluk Umut Ölçeğinin, ulusal kültürde de bireylerin anlık umut düzeylerini ölçmede başarılı olduğu ve yaşam tatminini anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Bundan sonraki yapılacak çalışmalarda bireylerin durumluk umut düzeylerini olumlu ve olumsuz etkileyen öncellerin araştırabileceği değerlendirilmektedir. Bu çerçevede umut ile günlük yaşam kalitesi, diğer bireylerle etkileşim, girişimcilik niyeti, iyi oluş, depresyon, stres ve kaygı arasındaki ilişkiler incelenebilir. Umut seviyesinin kültürlerarasında ve demografik özelliklere göre değişip değişmediği de araştırılabilir. Ayrıca durumluk ve sürekli umut seviyelerinin birlikte ölçülerek uzamsal yapılacak çalışmada anlık umudun sürekli umut üzerindeki etkisi incelenebilir.

Çalışmanın birtakım kısıtları bulunmaktadır. Çalışmada verilerin kesitsel olarak toplanması ve sosyal beğenilirlik etkisi ortak yöntem varyans problemine neden olabilmektedir. Çalışmada ortak yöntem varyansın çalışma bulguları üzerindeki göz ardı edilmiştir. Ayrıca çalışmada değişkenler

arasında daha önceki çalışmalarla ileri sürülen ilişkiler araştırıldığından kolayda örneklem yöntemiyle veri toplanmıştır, araştırma bulguları bu nedenle genelleşmemektedir.

KAYNAKÇA

Abdullah, M. F. I, Hami, R., Appalanaido, G.K., Azman, N., Shariff, N.M., & Shariff, S.S.M. (2018) "Validation of the Malay Version of The Snyder Hope Scale Among Malaysian Cancer Patients", *Jurnal Sains Kesihatan Malaysia*, 16(1): 95-102.

Adler, A. (1995) "İnsan Tabiatını Tanıma", Çev.: Ayda Yörükkan, Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, Yayın Nu.:334.

Akın, M. (2008) "Örgütsel Destek, Sosyal Destek ve İş/Aile Çatışmalarının Yaşam Tatmini Üzerindeki Etkileri", *Bozok Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(2): 141-170.

Akman, Y. ve Korkut, F. (1993) "Umut Ölçeği Üzerine Bir Çalışma", *H.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9: 193-202.

Alarcon, G.M., Bowling, N.A., & Khazon, S. (2013) "Great Expectations: A meta-analytic Examination of Optimism and Hope", *Personality and Individual Differences*, 54(7): 821–827.

Arnau, R.C., Rosen, D.H., Finch, J.F., Rhudy, J.L., & Fortunato, V.J. (2007) "Longitudinal Effects of Hope on Depression and Anxiety: A Latent Variable Analysis", *Journal of Personality*, 75(1): 43–64.

Aşan, Ö ve Erenler, E. (2008) "İş Tatmini ve Yaşam Tatmini İlişkisi", *SDÜ, İİBF Dergisi*, 13(2): 203-216.

Bailey, T.C., Eng, W., Frisch, M.B., & Snyder, C.R. (2007) "Hope and Optimism as Related to Life Satisfaction", *The Journal of Positive Psychology*, 2(3): 168-175.

Baş, A.U. (2011) "Investigating Levels and Predictors of Life satisfaction among Prospective Teachers", *Eurasian Journal of Educational Research*, 44: 71-88.

Bayram, N., Sam, N., Aytaç, S. ve Aytaç, M. (2010) "Yaşam Tatmini ve Sosyal Dışlanma", "İş,Güç" Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi, 12(4): 79-92.

Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D., Trexler, L. (1974). "The Measurement of Pessimism: The Hopelessness Scale", *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6): 861-865.

- Bowman, S. (2000) "Career Success and Life Satisfaction for Female and Male Healthcare Managers", *Hospital Topics*, 78(3): 5-11.
- Brooks, B., & Hirsch, J.K. (2017) "State Hope Scale", V. Zeigler-Hill, T.K. Shackelford (eds.), *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, Springer International Publishing AG.
- Chang, E.C., & DeSimone (2001) "The Influence of Hope on Appraisals, Coping, and Dysphoria: A Test of Hope Theory", *Journal of Social and Clinical Psychology* 20(2): 117-129.
- Cheavens, J.S., Feldman, D.B., Woodward, J.T., & Snyder, C.R. (2006) "Hope in Cognitive Psychotherapies: On Working with Client Strengths", *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20(2): 135-145.
- Chen, X., Ma, Y., Wu, R., & Liu, X. (2021) "Moderating roles of social support in the association between hope and life satisfaction among ethnic minority college students in China", *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5): 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052298>
- Çivitci, A. (2007) "Çok boyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları", *Eurasian Journal of Educational Research*, 26: 51-60.
- Denizli, S. (2004) "The Role of Hope and Study Skills in Predicting Test Anxiety Levels of University Students", *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, ODTÜ, Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985) "The Satisfaction with Life Scale", *Journal of Personality Assessment*, 49: 71-75.
- Diener, E., Sandvik, E., Seidlitz, L., & Diener, M. (1993) "The Relationship Between Income Subjective Well-being: Relative or Absolute?", *Social Indicators Research*, 28: 195-223.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999) "Subjective Well-being: Three Decades of Progress", *Psychological Bulletin*, 125(2): 276-302.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2003) "Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life", *Annu. Rev. Psychol.*, 54: 403-425.
- Dockery, M. (2005) "Happiness, Life Satisfaction, and the Role of Work: Evidence from Two Australian Surveys", <http://www.melbourneinstitute.com> (Erişim tarihi: 18/05/2013)
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010) "Ergenlikte Öznel İyi Oluş ve Beş Faktörlü Kişilik Modeli", *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim fakültesi Dergisi*, 11(3): 189-203.

- Feldman, D. B., & Snyder, C.R. (2005) "Hope and the Meaningful Life: Theoretical and Empirical Associations Between Goal-Directed Thinking and Life Meaning", *Journal of Social and Clinical Psychology* 24(3): 401-421
- Gadernann, A.M., Schonert-Reichl, K.A., & Zumbo, B.D. (2010) "Investigating Validity Evidence of the Satisfaction with Life Scale Adapted for Children", *Soc Indic Res*, 96: 229-247.
- Gençay, S. (2009) "Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Umutsuzluk ve Yaşam Doyumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi", *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(27): 380-388.
- Gouveia, V.V., Milfont, T.L., da Fonseca, P.N., & Miranda Coelho, J.A.P. (2009) "Life Satisfaction in Brazil: Testing the Psychometric Properties of the Satisfaction with Life Scale (SWLS) in Five Brazilian Samples", *Soc Indic Res*, 90: 267-277.
- Greenspoon, P.J., & Saklofske, D.H. (1998) "Confirmatory Factor Analysis of The Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale", *Personality and Individual Difference*, 25: 965-971.
- Gündüz, H.Ç. (2016) "21. Yüzyılda Pozitif Psikolojinin Parçası Olarak Umut Ve Türkiye'deki Yeri", *İçinde Demirli Yıldız, A. (Ed.), Pozitif Psikoloji Bağlamında Umut*, 2016, Nobel, Anlara, 41-72.
- Hair, J., Black, W., Babin, B., & Anderson, R. (2010) "Multivariate Data Analysis: A Global Perspective", Seventh Edition, Pearson Prentice Hall.
- Herth, K. (1992) "Abbreviated Instrument to Measure Hope: Development and Psychometric Evaluation", *Journal of Advanced Nursing*. 17(10): 1251-1259.
- Hinds, P.S. (1985) "An Investigation of The Relationship Between Adolescent Hopefulness, Caring Behaviors Of Nurses, And Adolescent Health Care Outcomes", <http://hdl.handle.net/10150/188002> (Erişim Tarihi: 12.03.2020)
- Hong, P.Y.P., Polanin, J.R. ve Pigott, T.D. (2012) "Validation of the employment hope scale: Measuring psychological self-sufficiency among low-income jobseekers" *Research on Social Work Practice*, 22(3): 323-332.
- Haybron, D. (2007) "Life Satisfaction Ethical Reflection and the Science of Happiness", *Journal of Happiness Studies*, 8(1): 99-138.
- Hsieh, C.M. (2003) "Counting Importance: The Case of Life Satisfaction and Relative Domain Importance", *Social Indicators Research*, 61(2): 227-240.

- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010) “Yaşam Amaçlarının ve Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Öznel İyi Oluş Üzerindeki Yordayıcı Rolü”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34): 109-118.
- Jagodzinski, W. (2010) “Economic, Social, and Cultural Determinants of Life Satisfaction: Are There Differences between Asia and Europe?”, *Soc Indic Res*, 97: 85-104.
- Karataş, Z., Uzun, K. ve Tagay, Ö. (2021) “Relationships Between the Life Satisfaction, Meaning in Life, Hope and COVID-19 Fear for Turkish Adults During the COVID-19 Outbreak”, *Frontiers in Psychology*, 12: 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.633384>
- Keser, A. (2005) “İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi”, *Çalışma ve Toplum*, 4: 77-95.
- King, W. (1987) “Comparison of Job Satisfaction, Life Satisfaction, and Performance of Overeducated and Other Workers”, *Journal of Social Psychology*, 25(5): 421-434.
- Korkut Owen, F. (2016) “Psikolojik Danışma Sürecinde Umutsuzluk Yerine Umudu Kullanma”, *İçinde Demirli Yıldız, A. (Ed.), Pozitif Psikoloji Bağlamında Umut*, 2016, Nobel, Anlara, 3-39.
- Krumm, C.M., Delas, Y., Lafrenière, M.A., Fenouillet, F. ve Lopez, S.J. (2015) “The Structure of The State Hope Scale”. *The Journal of Positive Psychology*, 10(3): 272-281.
- Lester, D. (2001) “An Inventory to Measure Hopelessness, Helplessness and Haplessness”. *Psychological Reports*, 89(3): 495-498.
- Lavallee, F.L., Hatch, P.M., Michalos, A.C. ve McKinley, T. (2006) “Development of the Contentment with Life Assessment Scale (CLAS): Using Daily Life Experiences to Verify Levels of Self-Reported Life Satisfaction”, *Social Indicators Research*, 83: 201-244.
- Lucas, R.E., Diener, E., & Suh, E. (1996) “Discriminant Validity of Well-being Measures”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 71: 616-628.
- Marques, S. C., Lopez, S. J., & Mitchell, J. (2013) “The Role of Hope, Spirituality and Religious Practice in Adolescents’ Life Satisfaction: Longitudinal Findings”, *Journal of Happiness Studies*, 14(1): 251–261. <https://doi.org/10.1007/s10902-012-9329-3>
- Marques, S.C., Pais-Ribeiro, J.L., & Lopez, S.J. (2007) “Validation of a Portuguese Version of the Students’ Life Satisfaction Scale”, *Applied Research in Quality of Life*, 2: 83-94.
- Myers, D.G., & Diener, E. (1995) “Who is Happy”, *Psychological Science*, 6: 10-19.

- Oishi, S. (2006) “The Concept of Life Satisfaction Across Cultures: An IRT Analysis”, *Journal of Research in Personality*, 40: 411-423.
- Ozben, S. (2013) “Social Skills, Life Satisfaction and Loneliness in Turkish University Students”, *Social Behavior and Personality*, 41(2): 203-214.
- Özdevecioğlu, M. ve Doruk, N.Ç. (2009) “Organizasyonlarda İş-Aile ve Aile-İş Çatışmalarının Çalışanların İş ve Yaşam Tatminleri Üzerindeki Etkisi”, *Erciyes Üniversitesi İİBF Dergisi*, 33: 69-99.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993) “Review of the Satisfaction with Life Scale”, *Psychological Assessment*, 5(2): 164-172.
- Perrone, K. (2007) “Relationships Between Parental Attachment, Work and Family Roles, and Life Satisfaction”, *Career Development Quarterly*, 55(3): 237-248.
- Rehman, Z. U., Alvi, A. K., & Ahmad, Z. (2021) “The Relationship of Hope with Life Satisfaction through the Path of Resilience”, *Research Journal of Social Sciences and Economics Review (RJSSER)*, 2(1): 303–316. [https://doi.org/10.36902/rjsser-vol2-iss1-2021\(303-316\)](https://doi.org/10.36902/rjsser-vol2-iss1-2021(303-316))
- Rice, R.W., Near, J., & Hunt, R. (1980) “The Job Satisfaction – Life Satisfaction Relationships: A Review of Empirical Research”, *Basic and Applied Social Psychology*, 1(1): 37-64.
- Saldamlı, A. (2008) “Otel İşletmelerinde Bölüm Yöneticilerinin İş ve Yaşam Tatminini Belirlemeye Yönelik Bir Alan Araştırması”, *Marmara Üniversitesi İİBF Dergisi*, 25(2): 693-719.
- Schrank, B., Woppmann Mag, A., Sibitz, I., & Lauber, C. (2011) “Development and Validation of an Integrative Scale to Assess Hope”, *Health Expectations*, 14: 417-428.
- Scioli, A., Ricci, M., Nyugen, T., & Scioli, E. R. (2011) “Hope: Its Nature and Measurement”, *Psychology of Religion and Spirituality*, 3(2): 78–97.
- Seligman, M.E.P., & Csikszentmihalyi, M. (2000) “Positive Psychology: An Introduction”, *American Psychologist*, 55(1): 5-14.
- Staats, S. (1989) “Hope: A Comparison of Two Self-Report Measures for Adults”, *Journal of Personality Assessment*, 53(2): 366-375.
- Snyder, C.R., Harris, C., Anderson, J.R., Holleran, S.A., Irving, L.M., Sigmon, S.T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991) “The Will and Ways: Development and Validation of

- an Individual-Differences Measure of Hope”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4): 570-585.
- Snyder, C. R., Sympson, S. C., Ybasco, F. C., Borders, T. F., Babyak, M. A and Higgins, R. L. (1996) “Development and Validation of the State Hope Scale”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 70: 321–335.
- Snyder, C.R., Hoza, B., Pelham, W.E., Rapoff, M., Ware, L., Danovsky, M., Highberger, L., Rubinstein, H., & Stahl, K.J. (1997) “The Development and Validation of the Children’s Hope Scale”, *Journal of Pediatric Psychology*, 22(3): 399-421.
- Snyder, C.R., LaPointe, A.B., Crowson, J.J., & Early, S. (1998) “Preferences of High and Low-Hope People for Self-Referential Input”, *Cognition and Emotion*, 12(6): 807–823.
- Snyder, C.R., Ilardi, S.S., Cheavens, J., Michael, S.T., Yamhure, L., & Sympson, S. (2000) “The Role of Hope in Cognitive-Behavior Therapies”, *Cognitive Therapy and Research*, 24(6): 747-762.
- Snyder, C.R., Feldman, D.B., Taylor, J.D., Schroeder, L.L., & Adams, V.H. (2000b) The Roles of Hopeful Thinking in Preventing Problems and Enhancing Strengths”, *Applied and Preventive Psychology*, 9: 249-270.
- Snyder, C.R. (2002) “Hope Theory: Rainbows in the Mind”, *Psychological Inquiry*, 13(4): 249-275.
- Snyder, C.R., Feldman, D.B., Shorey, H.S., & Rand, K.L. (2002a) “Hopeful Choices: A School Counselor’s Guide to Hope Theory”, *Professional School Counselling*, 5(5): 298-307.
- Tait, M., Padgett, M.Y. & Baldwin, T.T. (1989) “Job and Life Satisfaction: A Revelation of the Strength of the Relationship and Gender Effects as a Function of Date of the Study”, *Journal of Applied Psychology*, 74(3): 502-507.
- Tarhan, S. (2016) “Türkiye’de Umut Nasıl Ölçülüyor?”, İçinde Demirli Yıldız, A. (Ed.), *Pozitif Psikoloji Bağlamında Umut*, 2016, Nobel, Anlara, 73-90.
- Tarhan, S. ve Bacanlı, H. (2015) “Sürekli Umut Ölçeğinin Türkçe’ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması”, *The Journal of Happiness and Well-Being*, 3(1): 1-14.
- Tsukasa K., & Snyder C. R. (2005) “The Relationship Between Hope and Subjective Well-Being: Reliability and Validity of The Dispositional Hope Scale, Japanese Version”, *Japanese Journal of Psychology*, 76(3): 227-234.

Veenhoven, R. (2000) “The Four Qualities of Life: Ordering Concepts and Measures of The Good Life”, *Journal of Happiness Studies*, 1: 1-39.

Vilaythong, A.P., Arnau, R.C, Rosen, D.H., & Mascaro, N. (2003) “Humor and Hope: Can Humor Increase Hope?”, *Humor*, 16(1): 79-89.

Yiğit, R., Dilmaç, B. ve Deniz, M.E. (2011) “İş ve Yaşam Doyumu: Konya Emniyet Müdürlüğü Alan Araştırması”, *Polis Bilimleri Dergisi*, 13(3): 1-18.

KATKI ORANI / CONTRIBUTION RATE	AÇIKLAMA / EXPLANATION	KATKIDA BULUNANLAR / CONTRIBUTORS
Fikir veya Kavram / <i>Idea or Notion</i>	Araştırma hipotezini veya fikrini oluşturmak / <i>Form the research hypothesis or idea</i>	Prof. Dr. Mustafa BEKMEZCİ Doç. Dr. Kemal KÖKSAL Prof. Dr. İbrahim Sani MERT
Tasarım / <i>Design</i>	Yöntemi, ölçeği ve deseni tasarlamak / <i>Designing method, scale and pattern</i>	Prof. Dr. Mustafa BEKMEZCİ Doç. Dr. Kemal KÖKSAL Prof. Dr. İbrahim Sani MERT
Veri Toplama ve İşleme / <i>Data Collecting and Processing</i>	Verileri toplamak, düzenlenmek ve raporlamak / <i>Collecting, organizing and reporting data</i>	Prof. Dr. Mustafa BEKMEZCİ Doç. Dr. Kemal KÖKSAL Prof. Dr. İbrahim Sani MERT
Tartışma ve Yorum / <i>Discussion and Interpretation</i>	Bulguların değerlendirilmesinde ve sonuçlandırılmasında sorumluluk almak / <i>Taking responsibility in evaluating and finalizing the findings</i>	Prof. Dr. Mustafa BEKMEZCİ Doç. Dr. Kemal KÖKSAL Prof. Dr. İbrahim Sani MERT
Literatür Taraması / <i>Literature Review</i>	Çalışma için gerekli literatürü taramak / <i>Review the literature required for the study</i>	Prof. Dr. Mustafa BEKMEZCİ Doç. Dr. Kemal KÖKSAL Prof. Dr. İbrahim Sani MERT

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazar çıkar çatışması bildirmemiştir.

Finansal Destek: Yazar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Teşekkür:

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: The author has no conflict of interest to declare.

Grant Support: The author declared that this study has received no financial support.

Acknowledgement: