

## Üniversite Öğrencilerinin Ruminatif Düşünme Biçimlerinin ve Sosyal İyi Olma Düzeylerinin Duygusal Zekâ Düzeyleri ile İlişkisi<sup>1</sup>

DOI: 10.26466/opus.568178

\*

Zeynep Lale\* - Fikret Gülaçtı\*\*

\* Öğretmen, Erzincan Anadolu Lisesi, Erzincan / Türkiye

E-Posta: [zeynepdr91@hotmail.com](mailto:zeynepdr91@hotmail.com)

ORCID: [0000-0002-9522-6859](https://orcid.org/0000-0002-9522-6859)

\*\* Doç. Dr. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Erzincan/ Türkiye

E-Posta: [fikretgul@hotmail.com](mailto:fikretgul@hotmail.com)

ORCID: [0000-0002-3200-1994](https://orcid.org/0000-0002-3200-1994)

### Öz

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimleri ve sosyal iyi olma düzeylerinin duygusal zekâ düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2017-2018 akademik yılında Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesinin 7 farklı fakültesinde lisans programlarında öğrenim görmekte olan; olasılığa dayalı küme örnekleme yöntemiyle belirlenen 670 öğrenci oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin 244'ü erkek (%36.4), 426'sı (%63.6) ise kadındır. Araştırma sonucunda ruminatif düşünme biçimi puanı cinsiyete, algılanan gelir düzeyine, algılanan anne baba tutumuna göre anlamlı farklılık gösterirken algılanan akademik başarıya göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma düzeylerinde cinsiyete, algılanan gelir düzeyine ve algılanan akademik başarıya göre farklılık göstermediği, ancak algılanan anne baba tutumuna göre anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Toplam duygusal zekâ puanının cinsiyete, algılanan gelir düzeyine, algılanan akademik başarıya ve algılanan anne baba tutumuna göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimleri ve sosyal iyi olma düzeylerinin duygusal zekâ düzeyleri ile arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Ruminatif Düşünme Biçimi, Sosyal İyi Olma, Duygusal Zekâ.

---

Bu çalışma 2019 yılında Erzincan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde kabul edilmiş yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

## The Relationship Between Ruminative Thought Style and Social Well Being Level of the University Students with the Emotional Intelligence

\*

### Abstract

*This research has been conducted to investigate the relationship between university students' ruminative thought and social well-being levels with the emotional intelligence. The study group consists of 670 students who were determined by cluster sampling method and studying in the undergraduate programs of the 7 different faculties of Erzincan Binali Yildirim University in the 2017-2018 academic year. 244 of these students (%36.4) were male and 426 of the rest (63.6%) were female. As a result of the study, ruminative thought style score showed significant difference according to gender, perceived income level, perceived parental attitude, on the other hand it showed no significant difference according to perceived academic success. It was found that there was no significant difference in terms of gender, perceived income level and perceived academic success in social well-being of university students in comparison with perceived parental attitude. It was found that total emotional intelligence score did not showed difference according to gender, perceived income level, perceived academic achievement and perceived parental attitude. In addition, among the ruminative thought styles and social well-being with emotional intelligence have seen a significant relationship in the negative direction.*

**Keywords:** *Ruminative Thought Style, Social Well-Being, Emotional Intelligence.*

## Giriş

Geçmiş zamanlardan bu yana zekâ kavramı bireylerin yeteneklerinin açığa çıkmasında önemli bir faktör olarak ele alınmıştır. Ayrıca psikolojide bireyin duygusal boyutu da yoğun bir şekilde üzerinde durulan bir konudur. Bu bağlamda araştırmacılar tarafından zekâ ve duygu arasındaki ilişki ve bu iki kavramın etkileşiminin önemi vurgulanmıştır. Goleman'a (2017, s.62) göre duygusal zekâ; "kendini harekete geçirebilme, aksiliklere rağmen yoluna devam edebilme, dürtüleri kontrol ederek tatmini ertelleyebilme, ruh halini düzenleyebilme, sıkıntıların düşünmeyi engellemesine izin vermeme, kendini başkasının yerine koyabilme ve umut besleyebilmektir". Bireylerin duygusal zekâlarını etkin bir şekilde kullanmaları ile başarının da devamında geleceği ön görülmektedir. Duygusal zekâsı yüksek olan bireyler kendilerini tanıyan, ihtiyaçlarını bilen, güçlü ve zayıf yanlarının farkında olan ve duygularını yöneterek etkili ve sağlıklı kararlar alabilen bireyler olarak nitelendirilirler (Çetinkaya, 2017).

Petrides ve Furnham (2001) tarafından duygusal zekâ öznel iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik olarak dört alt boyutta incelenmiştir. Bu alt boyutlar özetlenecek olursa;

- İyi oluş boyutu; bireyin genel anlamda hayatından memnun olması, birtakım iyi özelliklere sahip olması, kişisel donanım ve güçlü yönlerin farkında olması, pozitif bakabilmesi ve genel olarak hayatta işlerin yolunda gideceğine inanması
- Öz kontrol boyutu; bireyin duygularını kontrol etmesi, karar verebilmesi yahut değiştirmesi, stresle başa edebilmesi
- Duygusallık boyutu; bireyin hislerini ayırt edebilmesi, yakın çevresine duyguları gösterebilmesi, sıklıkla hisleri düşünebilmesi, yakın kişilerle bağ kurabilmesi
- Sosyallik boyutu; bireyin diğer insanlarla baş edebilmesi, haklarını savunabilmesi, diğer insanların duygularını etkileyebilmesi, tartışma gibi durumlarda gösterilen tutumları olarak nitelendirilir.

Duygusal zekânın literatüre girmesi ile konu oldukça ilgi çekmiş ve pek çok model geliştirilmiştir. Bu modeller yetenek ve karma modelleri olmak üzere iki başlık altında incelenmektedir. Bu modeller duygusal zekânın farklı noktaları üzerinde dursalar da bu modellerin her ikisi de duygusal zekânın sonradan öğrenilip geliştirilmesi konusunda fikir birliği

içindedir (İnci, 2014). Ayrıca temelde çıkış noktaları aynı olsa da ikisi de çeşitli kişilik özelliklerinden oluşur (Ulutaş, 2005).

**Tablo 1. Duygusal Zekâ Modelleri Temel Boyutları(Doğan ve Şahin, 2007)**

Bar-On Modeli (1997)	<p><b>1. Kişisel Beceriler:</b> Kendine güven-Duygusal benlik bilinci – Bağımsızlık- Kendine saygı- Kendini gerçekleştirme.</p> <p><b>2. Kişilerarası Beceriler:</b> Bireyler arası ilişkiler-Empati-Sosyal sorumluluk.</p> <p><b>3. Uyumluluk Boyutu:</b> Problem çözme- Esneklik Gerçeklik Testi.</p> <p><b>4. Stresle Başa Çıkma Boyutu:</b> Stres toleransı- Dürtü kontrolü.</p> <p><b>5. Genel Ruh Durumu:</b> İyimserlik-Mutluluk.</p>	
Goleman (2017)	<p><b>1- Kişisel Yeterlilik:</b> Özbilincin içinde duygusal bilinç, öz değerlendirme, özgüven- Kendine Yön Vermenin içinde özdenetim, güvenilirlik, uyumluluk vicdanlılık, yenilikçilik)- Motivasyonun içinde başarıma güdüsü, bağlılık, inisiyatif, iyimserlik.</p> <p><b>2. Sosyal Yeterlilik:</b> Empati kavramı içinde; başkalarını anlamak, başkalarını geliştirmek, hizmete yönelik olmak, politik bilinç, çeşitlilikten yararlanma, politik bilinç- Sosyal becerilerin içinde etki, iletişim, çatışma yönetimi, liderlik, değişim katalizörlüğü, bağ kurmak, işbirliği ve dayanışma, takım yetenekleri.</p>	Karma Model
Cooper ve Sawaf (1997)	<p><b>1. Duyguları Öğrenme köşe taşı:</b> Duygusal dürüstlük- Duygusal enerji- Duygusal geribildirim- Pratik sezgi.</p> <p><b>2. Duygusal Zindelik köşe taşı:</b> Öz varlık- Güven Çemberi-Yapıcı hoşnutsuzluk- Esneklik ve yenileme.</p> <p><b>3. Duygusal Derinlik köşe taşı:</b> Özgün potansiyel ve amaç- Dürüstlüğü yaşamak- Adanmışlık- Yetki olmadan etki.</p> <p><b>4. Duygusal Simya köşe taşı:</b> Sezgisel akış -Düşünsel zaman değişimi- Fırsatı sezinlemek-Geleceği yaratmak.</p>	
Mayer ve Salovey Modeli (1997)	<p><b>1-Duyguları Algılama, Değerlendirme ve İfade Etme:</b> Kendisinin ve başkalarının duygularını anlamak ve ifade etmek- Duyguların tam ifade edilmesi ve gereksinimlerin iletilmesi- Farklı duygusal ifadeleri ayırt edebilmek.</p> <p><b>2- Duyguların Kullanımı:</b> Duyguların dikkati yöneterek düşünmeyi sağlama- Ruh halinin bireyin algılamasının değiştirmesi- farklı bakış açılarını anlamak.</p> <p><b>3- Duyguyu Anlamak ve Muhakeme Etme:</b> Duyguları nitelendirmek ve farklı duygular ile bu duyguların anlamları arasındaki ilişkiyi tanımlamak- Karmaşık duyguları yorumlamak ve farklı duyguların bileşimini anlamak ile duygular arasındaki geçişleri anlamak Duyguların içeriğini ve karşılıklı ilişkilerininin sahip olduğu bilgiyi anlamak.</p> <p><b>4. Duyguyu Yönetme ve Düzenleme:</b> Hoş ve hoş olmayan duygulara açık olabilmek, duyguları ayırt edebilmek - Kendinin ve başkalarının duygularını yönetebilmek-Olumsuz duyguların etkisini azaltarak ve olumlu duyguların etkisini artırabilmek.</p>	Yetenek Modeli

İnsanlık tarihi boyunca filozoflar tarafından bireyin mutluluk kavramı, iyi hissetmesi ve yüksek motivasyonu merak konusu olmuştur.

Ancak psikoloji literatüründe mutsuzluk derinlemesine işlenirken pozitif iyi oluş görmezden gelinen bir unsur olmuştur (Diener, 1984).

Son zamanlarda yapılan çalışmaların ruhsal hastalıklardan ziyade pozitif ruh sağlığına, mutluluk ve iyi olma temellerine odaklandığı görülmektedir. İyi oluş bireyin bilişsel ve duyuşsal olarak kendi yaşamını değerlendirmesidir. Bireyin bu değerlendirmesinin sonunda ulaştığı sonuç iyi oluş durumu hakkında bilgi vermektedir (Diener, 2000). İyi oluşun içinde bulunan kavramlar ise duygusal iyi oluş, psikolojik iyi oluş ve sosyal iyi oluştur (Dawson, Singh-Dhesi, 2010: Akt. Şanal Karahan, 2016). Keyes'e (1998) göre; sosyal iyi oluş, iyi olmanın sosyal bir örneğinin evrensel bir tanımı için bir temel oluşturur. Sosyal iyi oluş; bireyin durumunu değerlendirmesi ve toplumsal işleyişi ele almasıdır. Keyes'in sosyal iyi oluş modeli iyi oluşun sosyallik yönünü kavramsallaştırır. Bireylerin sosyal yaşamdaki işlevlerinin ne derecede olduğunu gösteren beş boyutta ele alınır. Keyes'in (1998) modeli incelemek olursa;

**Sosyal Kabul:** Kendini kabulün sosyal halidir. Diğer bireylere güvenen, üreten ve iyilik yapma yeteneği olan, dünyayı ve toplumu olumlu algılayan; olumsuz yönlerini de kabul edebilen bireyler sosyal kabulü yüksek olan bireylerdir.

**Sosyal Gerçekleşme:** Toplumun potansiyelini ve ilerlemesini vurgular, toplumun yürüncesini değerlendirir.

**Sosyal Katkı:** Bireyin toplumdaki önemini değerlendirerek; toplum için değerli bir fert olduğunu düşünmesi ve dünyaya katabileceği değerli bir şeyler olduğuna ilişkin inancını ele alır.

**Sosyal Uyum:** Sosyal açıdan sağlıklı bireylerin içinde buldukları dünyaya ilgi duymalarıdır.

Ruh sağlığı kavramı kendi içinde bireyin yaşamının geçmişini, şu anki durumunu ve geleceğini barındırmaktadır. Çoğu insanın geçmişinde, şu anda yaşamış olduğu ya da yaşayacağını ön gördüğü bazen istemeden bazen de isteyerek bireyin bu olumlu ve olumsuz durumları aklına getirdiği

öngörülmektedir. Bireylerin akıllarına gelen bu düşünceler yer yer bireyin kendini düzenlemesine yardımcı olurken yer yer de bireyi yıpratıcı bir süreç olabilmektedir. Özellikle geleceğe yönelik var olan amaçların sürekli düşünülmesi ilerlemeyi sağlayabilir (Martin ve Tesser, 1996). Fakat geçmişte ve şu anda yaşanan ya da ileride yaşanması beklenen olumsuz olaylara odaklanmak bireyin gündelik yaşantısını, buna bağlı olarak da ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyeceği düşünülmektedir. Bireyin var olan problemlerini çözmek için harekete geçmeyip geçmişe sıkışarak içinde bulunduğu duyguların olası neden ve sonuçları hakkında tekrarlayan düşüncelerde bulunması ruminasyon kavramı olarak tanımlanmaktadır (Nolen-Hoeksema, 1987). Ruminasyona yönelik kuramlar incelendiğinde;

***Tepki Biçimleri Kuramı:*** Bu kuramda ruminasyon; bireyin depresyon belirtilerine, bu belirtilerin olası sebep ve sonuçlarına odaklanılmış bir düşünme biçimi olarak ele alınmıştır (Butler ve Nolen-Hoeksema, 1994). Nolen-Hoeksema'ya (2004, s.107-108) göre bu kuramda; bireyin isteği dışında aklına gelen ve kontrol edilemez olarak algılanan zorlayıcı düşünme olan ruminatif düşünme; depresyonu da uzatan bir etkidir.

***Amaca Yönelik İlerleme Kuramı:*** Amaca yönelik ilerleme kuramı esasında Zeigarnik etkisinin bir örneği olarak nitelendirilebilir. Carver ve Scheier (1990) amaca yönelik ilerleme kuramının esas olarak henüz ulaşılamamış önemli hedefleri tekrarlı olarak düşünmeyi ele aldığını ve hedefe odaklanıldığını ifade eder.

***Üzüntü Hakkında Ruminasyon:*** Bu kuramın öncüleri olan Conway ve arkadaşları (2000; Akt. Luminet, 2004:195-196); ruminasyon kavramına bir fikir olarak odaklanmışlardır. Ruminasyon kavramını bireyin anlık ve şimdiki üzüntüsü ve bu üzüntünün koşulları ile ilgili tekrarlayan düşünceler olarak ele alır. Bu düşünceler olumsuz duygulanımlarla ilişkilidir, iyileştirici bir etkisi yoktur ve diğer bireylerle paylaşılabilir durumdadır.

***Strese Tepki Olarak Ruminasyon:*** Bireyin yaşamış olduğu stresli bir durumun ardından olumsuz çıkarımlar yapması ve bunları sürekli düşünmesini ele alır (Alloy, Abramson, Hogan, Whitehouse, Rose, Robinson, Kim ve Lapkin, 2000).

**Benlik Düzenleyici Yürütücü İşlevler Teorisi:** Matthews ve Wells'e (1994) göre ruminasyonda genellikle istemli olarak güdüler tetiklenmez, kendi durumu ve hedefi arasındaki tutarsızlık tespit edildiğinde ruminasyon süreci daha da azaltılabilir, böylece var olan durum hakkında süreç yenilenebilir. Bu kuramda ruminasyon durumunda birey duygu odaklı başa çıkma stratejisini kullanarak kendini düzenler ve bu bireyin iç bilişinin ve öz bilgisinin bir ürünü olarak ortaya çıkar (Akt. Wells ve Matthews, 2004, s.130).

Yapılan araştırmalar incelendiğinde ruminatif düşünme biçimi, sosyal iyi olma ve duygusal zekâ kavramlarının birlikte kullanıldığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimleri ve sosyal iyi olma düzeylerinin duygusal zekâ düzeyleri ile ilişkisi adlı konu araştırılması gereken bir konu olarak görülmüştür ve bulguların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## **Yöntem**

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, kullanılan veri toplama araçları, veri toplama yöntemi, araştırmacının rolü, verilerin toplanması ve analizi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

### ***Araştırmanın Modeli***

Araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modelleri iki ya da daha çok sayıda değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2016, s.114).

### ***Araştırma Grubu***

Araştırma grubu örnekleme tekniği olarak, küme örnekleme tekniği kullanılmıştır. Küme örneklemede evrendeki bütün kümelerin tek tek (bütün elemanlarıyla birlikte) eşit seçilme şansına sahip oldukları örneklemedir (Karasar, 2016, s.152).

Bu araştırmanın evrenini 2017-2018 akademik yılında 7 farklı fakültede (İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İlahiyat Fakültesi, Hukuk Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Eczacılık Fakültesi) öğrenim gören 11.257 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma evreninden oluşan 670 kişilik örneklem grubu kolay ulaşılabilir olanlardan seçilmiştir.

**Tablo 2. Çalışma Grubunun Yaş Değişkenine Göre Betimleyici İstatistikleri**

Değişken	N	$\bar{X}$	Ss
Yaş	670	20,82	1,95

**Tablo 3 . Çalışma Grubunun Demografik Değişkenlere Göre Dağılımı**

		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	426	63,6
	Erkek	244	36,4
Öğrenim Görülen Fakülte	Hukuk Fakültesi	84	12,5
	İlahiyat Fakültesi	115	17,2
	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi	80	11,9
	Eczacılık Fakültesi	64	9,6
	Mühendislik Fakültesi	87	13,0
	Fen Edebiyat Fakültesi	129	19,3
	Eğitim Fakültesi	111	16,6
Algılanan Gelir Düzeyi	Düşük	88	13,1
	Orta	552	82,4
	Yüksek	30	4,5
Algılanan Anne Baba Tutumu	İlgisiz	12	1,8
	Otoriter	76	11,3
	Koruyucu	428	63,9
Algılanan Akademik Başarı Düzeyi	Demokratik	154	23,0
	Düşük	44	6,6
	Orta	505	75,4
	Yüksek	121	18,1
	<b>TOPLAM</b>	<b>670</b>	<b>100,0</b>

### Veri Toplama Araçları

Araştırmanın bu bölümünde veri toplama araçlarının adı, niteliği ve geçerlilik- güvenilirlik bilgilerine yer verilmiştir.



**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu toplam 6 sorudan oluşmaktadır. Katılımcılardan cinsiyet, yaş, fakülte, ailelerinin algılanan gelir düzeyi, anne babanın algılanan tutumu ve öğrencinin şu anki akademik başarı algısı ile ilgili bilgiler bulunmaktadır.

**Duygusal Zekâ Özelliği Ölçeği-Kısa Formu:** Araştırmada kullanılacak “Duygusal Zekâ Özelliği Ölçeği-Kısa Formu (DZÖÖ-KF)” Petrides ve Furnham (2000, 2001) tarafından geliştirilmiş, M. Engin Deniz, Esin Özer, Erkan Işık (2013) tarafından Türkçeye uyarlanan geçerliliği ve güvenilirliği daha önceden ispat edilmiş bir ölçektir. 20 maddeden oluşan dört faktörlü bir yapıya sahiptir. Bu dört faktör ise “öznel iyi oluş”, “özkontrol”, “duygusallık” ve “sosyallik” tir. 7’li likert tipi ölçek şeklindedir. 1 “Kesinlikle Katılmıyorum” cevabını ifade ederken; 7 “Kesinlikle Katılıyorum” cevabını ifade etmektedir. DZÖÖ-KF’nun iç tutarlılık güvenirlik katsayısı için .81, test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise .86’dır. Ölçeğin güvenirlik analizinde ise DZÖÖ-KF’nun Cronbach Alpha katsayıları iyi oluş faktörü için .72, öz kontrol için .70, duygusallık için .66, sosyallik için .70 ve ölçeğin tamamı için .81 olduğu görülmüştür ve bu da hem orijinal formu hem de farklı dillere çevrilmiş olan formlarıyla yakın değerlerdir. Ölçek üniversite öğrencilerine uygulanabilir. Ayrıca üniversite öğrencilerinden biraz daha yüksek yaş seviyelerine uygulanabilir niteliktedir. Yapılan bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri .58 bulunmuştur.

**Sosyal İyi Olma Ölçeği:** Katılımcıların sosyal iyi olma düzeylerini ölçmek amacıyla (Keyes, 1998) tarafından geliştirilen, özgün adı Social Well being Scale olan bu ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışması; Akın, Demirci, Çitemel, Sarıçam ve Ocakçı (2013, Mayıs) tarafından yapılmıştır. Ölçek 15 maddeden oluşmaktadır ve 7’li likert tipi ölçek kullanılmıştır. Ölçekte 1, “Kesinlikle Katılmıyorum” ile 7 “Kesinlikle Katılıyorum” anlamlarına gelmektedir. 15 maddeden oluşan bu ölçeğin yapı geçerliğinde orijinal formunda olan beş faktörlü yapı Türkçe formunda tek faktörlü olarak uyumlu olduğu bulunmuştur ( $X^2= 155.46$ ,  $sd= 86$ ,  $p= .00001$ ,  $RMSEA= .054$ ,  $GFI= .93$ ,  $AGFI= .90$ ,  $SRMR= .065$ ). SİÖÖ Türkçe formu için Cronbach Alpha iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .64 olarak bulunmuştur (Akın, Demirci, Çitemel, Sarıçam ve Ocakçı, 2013). Yapılan bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri .53 bulunmuştur.

**Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği:** Özgün adı " Ruminative Thought Style Questionnaire (RTSQ)"olan ölçek; Jay K. Brinker ve David J.A. Dozois tarafından 2009 yılında geliştirilmiş olup Türkçe'ye Hasan Turan Karatepe (2010) tarafından uyarlanmıştır. 20 maddeden oluşur ve 7'li likert tipi kullanılmıştır. Bu likert ölçeğinde 1 "hiç" cevabı olarak nitelendirilirken 7 "çok iyi" cevabını ifade etmektedir. Bu ölçek ruminatif düşünme biçimini tekrarlayıcı, kontrol edilemeyen bir düşünme biçimi olarak ele almaktadır. Güvenirlik çalışmasında korelasyon analizi ile ölçeği iç tutarlılığının yüksek olduğu bulunmuştur (Cronbach Alpha= 0.907). Madde toplam puan korelasyon katsayısının 0.474 (RDBÖ6) ile 0.699 (RDBÖ3) arasında olduğunu ve böylelikle testin tümü ile tutarlılığının olduğu görülmektedir. Ölçeğin test-tekrar test korelasyon katsayısı 0.84'tür ve bu da iki ölçüm arasında güçlü bir ilişkinin olduğunu ifade etmektedir Ölçek tek faktörlüdür. Ayrıca eş zaman ve ayırt edici geçerlilik çalışmasında karşılaştırılan ölçeklerle anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Karatepe, 2010). Yapılan bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha değeri .90 bulunmuştur.

### **Verilerin Analizi**

Verilerin analizi iki ardışık aşamada gerçekleştirilmiştir. Birinci aşamada veriler eksik değer, aykırı değer, normallik, çoklu değişme açısından incelenmiştir. Diğer bir ifadeyle analizlerin hipotezleri test edilmiştir. Hipotezlerin incelenmesi için ilk aşamada katılımcılardan toplanan veriler hatalı kodlama açısından incelenmiştir. Daha sonra ölçeklerin biri ya da birden fazlasını boş bırakan katılımcıların anketi değerlendirmeye alınmamıştır. İkinci aşamada veriler normal dağılım testine tabi tutularak verilerin homojen dağılım gösterip göstermediğine bakılmıştır. Verilerin analizlerine başlamadan önce verilerin parametrik mi non-parametrik mi olduğunu belirlenmiştir. Bu bağlamda uygun istatistiksel analizler seçilmiştir. Verilerin parametrik olabilmesi için normal dağılıma sahip olması beklenmektedir.

**Tablo 4. Ölçme Araçlarına İlişkin Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro Wilk Testleri**

Ölçek	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro- Wilk		
	z	df	p	z	df	p
RDBÖ	,051	666	,000	,980	666	,000
DZÖÖ-KF	,044	666	,004	,994	666	,007
SİÖÖ	,045	666	,003	,990	666	,000

Yapılmış olan normallik analizi olan Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk analizi sonuçlarına göre elde edilen veriler normal dağılmadığı için verilerin analizinde non-parametrik testler kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizinde değişkenlere bağlı olarak SPSS paket programı kullanılarak Kruskal Wallis Testi, Mann Whitney U, Spearman Korelasyon Analizi gerçekleştirilmiştir.

## Bulgular

**Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyete Göre Ruminatif Düşünme Biçimleri, Sosyal İyi Olma Düzeyleri ve Duygusal Zekâ (İyi oluş, Öz kontrol, Duygusallık ve Sosyallik) Düzeylerine İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	U	p
Ruminatif Düşünme Biçimi	Kadın	426	352,64	44670,00	0,02*
	Erkek	244	305,57		
Sosyal İyi Olma	Kadın	425	339,05	50128,00	0,47
	Erkek	244	327,94		
İyi Oluş	Kadın	426	344,71	48048,00	0,10
	Erkek	244	319,42		
Öz Kontrol	Kadın	424	333,47	51289,50	0,85
	Erkek	244	336,30		
Duygusallık	Kadın	426	337,91	50946,50	0,67
	Erkek	244	331,30		
Sosyallik	Kadın	426	331,81	50410,50	0,57
	Erkek	243	344,59		
Toplam Duygusal Zekâ	Kadın	425	334,78	51094,50	0,89
	Erkek	242	339,18		

\* $p < 0,05$

Çalışma grubundaki üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre ruminatif düşünme biçimleri, sosyal iyi olma düzeyleri ve duygusal zekâ (iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik) düzeylerine ilişkin değerler Mann Whitney U testi ile hesaplanmış ve Tablo 5'te

gösterilmiştir. Test sonuçlarına göre, erkek ve kadın öğrencilerin ruminatif düşünme biçimi puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. (0,02,  $p < 0,05$ ). Bu bulguya göre, kadın öğrencilerin ruminatif düşünme biçimi puan ortalamaları erkek öğrencilerin puan ortalamasından fazladır (Sıra ortalaması 352,64 > 305,57). Sosyal iyi olma (0,47,  $p > 0,05$ ), duygusal zekâ (0,89,  $p > 0,05$ ) ve duygusal zekânın alt boyutları olan iyi oluş (0,103,  $p > 0,05$ ) öz kontrol (0,85,  $p > 0,05$ ), duygusallık (0,67,  $p > 0,05$ ) ve sosyallik (0,53,  $p > 0,05$ ) alt boyutlarında cinsiyete göre herhangi bir farklılaşma olmamıştır.

**Tablo 6. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Gelir Düzeyine Göre Ruminatif Düşünme Biçimi, Sosyal İyi Olma Düzeyi ve Duygusal Zekâ (İyi oluş, Öz kontrol, Duygusallık ve Sosyallik) Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları**

	Algılanan Gelir Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	sd	X <sup>2</sup>	p
Ruminatif Düşünme Biçimi	Düşük	88	343,18	2	6,76	0,03*
	Orta	552	339,15			
	Yüksek	30	245,88			
Sosyal İyi Olma	Düşük	88	334,32	2	1,05	0,59
	Orta	552	333,19			
	Yüksek	30	370,27			
İyi Oluş	Düşük	88	315,40	2	8,18	0,01*
	Orta	552	333,57			
	Yüksek	30	429,92			
Öz Kontrol	Düşük	88	346,85	2	2,46	0,29
	Orta	550	335,30			
	Yüksek	30	283,65			
Duygusallık	Düşük	88	346,05	2	2,15	0,34
	Orta	552	336,44			
	Yüksek	30	287,22			
Sosyallik	Düşük	88	342,13	2	1,24	0,53
	Orta	551	331,96			
	Yüksek	30	369,95			
Toplam	Düşük	88	330,10	2	0,18	0,91
	Orta	549	335,30			
Duygusal Zekâ	Yüksek	30	321,72			

\* $p < 0,05$

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları gelir düzeylerine göre ruminatif düşünme biçimi, sosyal iyi olma düzeyi ve duygusal zekâ düzeyi (iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik) puanlarına ilişkin Kruskal

Wallis Testi Sonuçları Tablo 6'da gösterilmektedir. Bulgulara göre üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma (0,59,  $p>0,05$ ), öz kontrol (0,29,  $p>0,05$ ), duygusallık (0,34,  $p>0,05$ ), sosyallık (0,53,  $p>0,05$ ) ve toplam duygusal zekâ puanlarının (0,91,  $p>0,05$ ) algıladıkları akademik başarıya göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimi puanlarının (0,03,  $p<0,05$ ) ve duygusal zekânın alt boyutu olan iyi oluş puanlarının (0,01,  $p<0,05$ ) algılanan gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılaşma gösterdiği bulunmuştur. Farklılık gösteren gelir düzeylerini belirlemek amacıyla algılanan gelir düzeyine ikili olarak Mann Whitney U uygulanmıştır.

**Tablo 7. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Gelir Düzeylerine Göre Ruminatif Düşünme Biçimleri ve İyi Oluş Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

	Algılanan Gelir Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Ruminatif Düşünme Biçimi	Düşük	88	323,71	28486,50	24005,50	0,86
	Orta	552	319,99	176633,50		
	Düşük	88	63,97	5629,00	927,00	0,01*
	Yüksek	30	46,40	1392,00		
	Orta	552	295,66	163203,50	5984,50	0,01*
	Yüksek	30	214,98	6449,50		
İyi oluş	Düşük	88	305,20	26857,50	22941,500	0,40
	Orta	552	322,94	178262,50		
	Düşük	88	54,70	4813,50	897,00	0,09
	Yüksek	30	73,58	2207,50		
	Orta	552	287,13	158498,00	22941,50	0,00*
	Yüksek	30	371,83	11155,00		

\* $p<0,05$

Tablo 7'de de görüleceği üzere algılanan gelir düzeyi düşük ve orta olanlar arasında ruminatif düşünme biçimi puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (0,86,  $p>0,05$ ). Algılanan gelir düzeyi düşük olanların ruminatif düşünme biçimi puanları algılanan gelir düzeyi yüksek olanlara göre daha fazladır (0,01,  $p<0,05$ ; Sıra ortalaması 63,97>46,40). Ayrıca algılanan gelir düzeyi orta olanların ruminatif düşünme biçimi puanlarının algıladığı gelir düzeyi yüksek olanlara göre daha fazla olduğu görülmektedir (0,01,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 295,66>214,98).

Yine Tablo 7’de algılanan gelir düzeyi düşük ve orta olanların iyi oluş puanlarında herhangi bir farklılaşma olmazken (0,40,  $p>0,05$ ), algılanan gelir düzeyi düşük ve yüksek olanların iyi oluş puanlarında da farklılaşma olmamıştır (0,09,  $p>0,05$ ). Algılanan gelir düzeyi düşük ve yüksek olanların algılanan gelir düzeyi orta olanlara göre iyi oluş puan ortalamalarının daha fazla olduğu görülmektedir (0,00,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 287,13>371,83).

**Tablo 8. Algılanan Anne Baba Tutumuna Göre Ruminatif Düşünme Biçimleri, Sosyal İyi Olma ve Duygusal Zekâ (İyi oluş, Öz kontrol, Duygusallık ve Sosyallik) Puanlarına ilişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları**

	Algılanan Anne Baba Tutumu	N	Sıra Ortalaması	sd	X <sup>2</sup>	p
Ruminatif Düşünme Biçimi	İlgisiz	12	365,71	3	22,16	0,00*
	Otoriter	76	387,07			
	Koruyucu	428	347,17			
	Demokratik	154	275,25			
Sosyal İyi Olma	İlgisiz	12	292,71	3	11,20	0,01*
	Otoriter	76	372,77			
	Koruyucu	428	344,16			
	Demokratik	154	294,44			
İyi oluş	İlgisiz	12	280,25	3	6,46	0,09
	Otoriter	76	305,72			
	Koruyucu	428	331,84			
	Demokratik	154	364,68			
Öz kontrol	İlgisiz	12	290,67	3	11,11	0,01*
	Otoriter	75	359,37			
	Koruyucu	427	346,70			
	Demokratik	154	291,96			
Duygusallık	İlgisiz	12	325,75	3	16,58	0,00*
	Otoriter	76	381,18			
	Koruyucu	428	346,22			
	Demokratik	154	283,91			
Sosyallik	İlgisiz	12	291,75	3	6,03	0,11
	Otoriter	75	343,33			
	Koruyucu	428	345,82			
	Demokratik	154	304,23			
Toplam Duygusal Zekâ	İlgisiz	12	295,38	3	3,92	0,27
	Otoriter	76	335,17			
	Koruyucu	428	343,55			
	Demokratik	154	310,01			

\*  $p<0,05$

Üniversite öğrencilerinin algılanan anne baba tutumuna göre ruminatif düşünme biçimi, sosyal iyi olma ve duygusal zekâ (iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik) puanlarına ilişkin yapılan Kruskal Wallis Testi sonuçları Tablo 8’de gösterilmektedir. Yapılan bu analizlerde toplam duygusal zekâ (0,27,  $p>0,05$ ) ve duygusal zekânın alt boyutları olan sosyallik (0,11,  $p>0,05$ ) ve iyi oluş (0,09,  $p>0,05$ ) puanlarının algılanan anne baba tutumuna göre farklılık göstermediği görülmektedir. Ruminatif düşünme biçimi (0,00,  $p< 0,05$ ), sosyal iyi olma (0,01,  $p< 0,05$ ) ve duygusal zekânın alt boyutları olan öz kontrol (0,01,  $p< 0,05$ ) ve duygusallık (0,00,  $p< 0,05$ ) alt boyutlarında ise anne-baba tutumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Farklılık gösteren anne baba tutumlarını belirlemek amacıyla algılanan anne baba tutumlarına ikili olarak Mann Whitney U uygulanmıştır.

**Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Anne Baba Tutumlarına Göre Ruminatif Düşünme Biçimi Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

	Algılanan anne baba tutumu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Ruminatif Düşünme Biçimi	İlgisiz	12	42,38	508,50	430,50	0,75
	Otoriter	76	44,84	3407,50		
	İlgisiz	12	232,08	2785,00	2429,00	0,74
	Koruyucu	428	220,18	94235,00		
	İlgisiz	12	104,25	1251,00	675,00	0,12
	Demokratik	154	81,88	12610,00		
	Otoriter	76	279,19	21218,50	14235,50	0,08*
	Koruyucu	428	247,76	106041,50		
	Otoriter	76	140,04	10643,00	3987,00	0,00*
	Demokratik	154	103,39	15922,00		
	Koruyucu	428	308,24	131926,00	25792,00	0,00*
	Demokratik	154	244,98	37727,00		

\* $p<.05$

Tablo 9’da görüleceği üzere algılanan anne baba tutumu ilgisiz ve otoriter arasında (0,75,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve koruyucu arasında (0,74,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve demokratik arasında (0,12,  $p>0,05$ ) herhangi bir farklılaşma yoktur. Ortalama puanlara bakıldığında algılanan anne baba tutumu otoriter olanların ruminatif düşünme biçimi puanları koruyucu tutumu algılayanlara göre anlamlı olarak daha fazla olduğu

görülmektedir (0,08,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 279,19> 247,76). Algılanan anne baba tutumu otoriter olanların ruminatif düşünme biçimi puanları algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha fazladır (0,00,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 140,04>103,39). Algılanan anne baba tutumu koruyucu olanların ruminatif düşünme biçimi puanları algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha yüksektir (0,00,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 308,24>244,98).

**Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Anne Baba Tutumuna Göre Sosyal İyi Olma Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

	Algılanan Anne Baba Tutumu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Sosyal İyi Olma	İlgisiz	12	34,33	412,00	334,00	0,15
	Otoriter	75	45,55	3416,00		
	İlgisiz	12	186,92	2243,00	2165,00	0,35
	Koruyucu	428	221,44	94777,00		
	İlgisiz	12	12	84,46	912,50	0,94
	Demokratik	154	154	83,43		
	Otoriter	75	270,70	20302,50	14647,50	0,22
	Koruyucu	428	248,72	106453,50		
	Otoriter	75	132,52	9939,00	4461,00	0,00*
	Demokratik	154	106,47	16396,00		
	Koruyucu	428	303,00	129683,50	28034,50	0,00*
	Demokratik	154	259,54	39969,50		

\* $p<0,05$

Tablo 10'da uygulanan Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında algılanan anne baba tutumu ilgisiz olan ile otoriter olan arasında (0,15,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve koruyucu olan arasında (0,35,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve demokratik olan arasında (0,94,  $p>0,05$ ) ve otoriter ve koruyucu arasında (0,22,  $p>0,05$ ) sosyal iyi olma puanlarında anlamlı bir farklılaşma olmamıştır. Algılanan anne baba tutumu otoriter olan üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma puan ortalamaları anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha yüksektir (0,00,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 132,52>106,47). Ayrıca algılanan anne baba tutumu koruyucu olanların sosyal iyi olma puan ortalamaları algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha yüksektir (0,00,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 303,00>259,54).



Tablo 11’de uygulanan Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında üniversite öğrencilerinin duygusal zekânın alt boyutu olan duygusallık alt boyut puanı algıladıkları anne baba tutumlarına göre ilgisiz ve otoriter olanlar arasında (0,36,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve koruyucu olanlar arasında (0,72,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve demokratik olanlar arasında (0,48,  $p>0,05$ ) ve otoriter ve koruyucu olanlar arasında (0,12,  $p>0,05$ ) anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Algılanan anne baba tutumu otoriter olanların demokratik olanlara göre duygusallık alt boyut puanlarının daha fazla olduğu görülmektedir (0,00,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 136,86>104,96). Ayrıca algılanan anne baba tutumu koruyucu olanların duygusallık alt boyut puanları algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha fazladır (0,00,  $p<0,05$ ; sıra ortalaması 306,01>251,17).

**Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Anne Baba Tutumlarına Göre Duygusallık Alt Boyutu Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

	Algılanan Anne Baba Tutumu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Duygusallık Alt Boyutu	İlgisiz	12	38,29	459,50	381,50	0,36
	Otoriter	76	45,48	3456,50		
	İlgisiz	12	207,71	2492,50	2414,50	0,72
	Koruyucu	428	220,86	94527,50		
	İlgisiz	12	92,75	1113,00	813,00	0,48
	Demokratik	154	82,78	12748,00		
	Otoriter	76	136,86	10401,00	14489,00	0,12
	Koruyucu	154	104,96	16164,00		
	Otoriter	76	136,86	10401,00	4229,00	0,00*
	Demokratik	154	104,96	16164,00		
	Koruyucu	428	306,01	130972,50	26745,50	0,00*
	Demokratik	154	251,17	38680,50		

\* $p<.05$

Tablo 11’de uygulanan Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında üniversite öğrencilerinin duygusal zekânın alt boyutu olan duygusallık alt boyut puanı algıladıkları anne baba tutumlarına göre ilgisiz ve otoriter olanlar arasında (0,36,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve koruyucu olanlar arasında (0,72,  $p>0,05$ ), ilgisiz ve demokratik olanlar arasında (0,48,  $p>0,05$ ) ve otoriter ve koruyucu olanlar arasında (0,12,  $p>0,05$ ) anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Algılanan anne baba tutumu otoriter olanların demokratik olanlara göre duygusallık alt boyut puanlarının daha fazla olduğu görülmektedir (0,00,  $p<0,05$ ; sıra

ortalaması 136,86>104,96). Ayrıca algılanan anne baba tutumu koruyucu olanların duygusallık alt boyut puanları algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha fazladır (0,00,p<0,05; sıra ortalaması 306,01>251,17).

**Tablo 12. Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Anne Baba Tutumuna Göre Öz Kontrol Alt Boyutu Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

	Algılanan Anne Baba Tutumu	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Öz Kontrol Alt Boyutu	İlgisiz	12	36,54	438,50	360,50	0,26
	Otoriter	75	45,19	3389,50		
	İlgisiz	12	182,33	2188,00	2110,00	0,29
	Koruyucu	427	221,06	94392,00		
	İlgisiz	12	84,79	1017,50	908,00	0,92
	Demokratik	154	83,40	12843,50		
	Otoriter	75	260,41	19530,50	15344,50	0,56
	Koruyucu	427	249,94	106722,50		
	Otoriter	75	129,77	9733,00	4667,00	0,01*
	Demokratik	154	107,81	16602,00		
	Koruyucu	427	303,71	129684,50	27451,00	0,00*
	Demokratik	154	255,76	39386,50		

\*p<.05

Tablo 12’de uygulanan Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında üniversite öğrencilerinin duygusal zekânın alt boyutu olan öz kontrol alt boyut puanları algıladıkları anne baba tutumlarına göre ilgisiz ve otoriter olanlar arasında (0,26,p>0,05), ilgisiz ve koruyucu olanlar arasında (0,29,p>0,05), ilgisiz ve demokratik olanlar arasında (0,92,p>0,05) ve otoriter ve koruyucu olanlar arasında (0,56,p>0,05) anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Algılanan anne baba tutumu otoriter olanların demokratik olanlara göre öz kontrol alt boyut puanlarının daha fazla olduğu görülmektedir (0,01,p<0,05; sıra ortalaması 129,77>107,81). Ayrıca algılanan anne baba tutumu koruyucu olanların öz kontrol alt boyut puanları algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha fazladır (0,00,p<0,05; sıra ortalaması 303,71>255,76).

**Tablo 13 : Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Akademik Başarıya Göre Ruminatif Düşünme Biçimleri, Sosyal İyi Olma ve Duygusal Zekâ (İyi oluş, Öz kontrol, Duygusallık ve Sosyallik) Puanlarına İlişkin Kruskal Wallis Testi Sonuçları**

		Algılanan Gelir Düzeyi	N	Sıra Ort.	sd	X <sup>2</sup>	p
Ruminatif Biçimi	Düşünme	Düşük	44	333,44	2	1,15	0,56
		Orta	505	338,04			
		Yüksek	30	245,88			
Sosyal İyi Olma	Düşünme	Düşük	44	318,95	2	0,27	0,87
		Orta	504	334,33			
		Yüksek	118	335,36			
İyi oluş	Düşünme	Düşük	44	260,25	2	13,72	0,00*
		Orta	505	329,50			
		Yüksek	118	380,74			
Öz kontrol	Düşünme	Düşük	44	343,53	2	0,32	0,85
		Orta	503	330,67			
		Yüksek	118	339,01			
Duygusallık	Düşünme	Düşük	44	332,13	2	0,28	0,86
		Orta	505	336,09			
		Yüksek	118	325,75			
Sosyallik	Düşünme	Düşük	44	355,99	2	0,81	0,66
		Orta	504	333,40			
		Yüksek	118	325,53			
Toplam Duygusal Zekâ	Düşünme	Düşük	44	357,45	2	1,52	0,46
		Orta	502	327,54			
		Yüksek	118	344,30			

\* $p < 0,05$

Tablo 13'te üniversite öğrencilerinin algıladıkları akademik başarıya göre ruminatif düşünme biçimi, sosyal iyi olma ve duygusal zekâ (iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik) puanlarına ilişkin Kruskal Wallis Testi uygulanmıştır. Yapılan analizin sonuçları incelendiğinde ise ruminatif düşünme biçimi (0,56,  $p > 0,05$ ), sosyal iyi olma (0,87,  $p > 0,05$ ), toplam duygusal zekâ (0,46,  $p > 0,05$ ) ve duygusal zekânın alt boyutları olan öz kontrol (0,85,  $p > 0,05$ ), duygusallık (0,86,  $p > 0,05$ ) ve sosyallik (0,66,  $p > 0,05$ ) alt boyutlarında algılanan akademik başarı değişkenine göre anlamlı bir farklılaşma olmadığı görülmektedir. Duygusal zekânın alt boyutu olan iyi oluş ile algılanan akademik başarı arasında anlamlı bir farklılık vardır (0,00,  $p < 0,05$ ). Farklılık gösteren anne baba tutumlarını belirlemek amacıyla algılanan anne baba tutumlarına ikili olarak Mann Whitney U uygulanmıştır.

**Tablo 14: Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Akademik Başarı Düzeylerine Göre İyi Oluş Alt Boyutu Puanlarına İlişkin Mann Whitney U Testi Sonuçları**

	Algılanan Akademik Başarı Düzeyi	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
İyi Oluş	Düşük	44	220,52	9703,00	8713,00	,01*
	Orta	505	279,75	141272,00		
	Düşük	44	62,23	2738,00	1748,00	,00*
	Yüksek	118	88,69	10465,00		
	Orta	505	302,76	152892,50	25127,00	,00*
	Yüksek	118	351,56	41483,50		

\* $p < .05$ 

Tablo 14'te bulunan Mann Whitney U testi sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinin algıladıkları akademik başarı düzeyi orta olanların iyi oluş alt boyut puan ortalamaları algılanan akademik başarıları düşük olanlara göre daha fazladır ( $0,01, p < 0,05$ ; sıra ortalaması  $279,75 > 220,52$ ). Algılanan akademik başarı düzeyi yüksek olanların iyi oluş alt boyut puan ortalamaları algılanan akademik başarıları düşük olanlara göre daha fazladır ( $0,00, p < 0,05$ ; sıra ortalaması  $88,69 > 62,23$ ). Son olarak algılanan akademik başarıları yüksek olanların iyi oluş alt boyut puan ortalamaları algılanan akademik başarıları orta olanlara göre daha fazladır ( $0,00, p < 0,05$ ; sıra ortalaması  $351,56 > 302,76$ ).

**Tablo 15. Üniversite Öğrencilerinin Ruminatif Düşünme Biçimleri ve Sosyal İyi Olma Düzeyleri ile Duygusal Zekâ Düzeyleri ile Arasındaki Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı**

		Ruminatif Düşünme Biçimi	Sosyal İyi Olma
İyi Oluş	Korelasyon Katsayısı	0,20	0,01
	p	0,59	0,73
	N	670	670
Öz Kontrol	Korelasyon Katsayısı	-0,44**	-0,15**
	p	0,00	0,00
	N	670	670
Duygusallık	Korelasyon Katsayısı	-0,14**	-0,16**
	p	0,00	0,00
	N	670	670
Sosyallik	Korelasyon Katsayısı	-0,12**	-0,06
	p	0,00	0,08
	N	670	670
Toplam Duygusal Zekâ	Korelasyon Katsayısı	-0,26**	-0,13**
	p	0,00	0,00
	N	670	670

\*\* $p < .001$

Yapılmış olan Spearman Korelasyon Analizi sonucunda elde edilen sonuç Tablo 15'te gösterilmiştir. Üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimleri ve sosyal iyi olma düzeyleri ile iyi oluş alt boyutun arasında anlamlı bir ilişki yoktur ( $p=0,59$ ,  $p=0,73$ ,  $p>0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma ve sosyallik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken ( $p=0,08$ ,  $p>0,01$ ) ruminatif düşünme biçimi ve sosyallik alt boyutu arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki vardır ( $r=-0,12$ ,  $p<0,01$ ). Üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimleri ve sosyal iyi olma düzeyleri ile öz kontrol alt boyutu ( $r=-0,44$ ,  $r=-0,15$ ,  $p<0,01$ ), duygusallık alt boyutu ( $r=-0,14$ ,  $r=-0,16$ ,  $p<0,01$ ) ve toplam duygusal zekâ düzeyleri ( $r=-0,26$ ,  $r=-0,13$ ,  $p<0,01$ ) arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Bu ilişkilerin negatif yönde zayıf ilişkiler olduğu görülürken sadece ruminatif düşünme biçimi ve öz kontrol alt boyutu arasındaki ilişki orta düzeydedir.

## Tartışma

Araştırmanın bulgularına göre kadın öğrencilerin ruminatif düşünme biçimi puanlarının erkek öğrencilerin ruminatif düşünme biçimi puanına göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Nolen Hoeksema ve Jackson da (2001), kadınların erkeklere oranla duygularını daha kontrol edilemez olarak algılayarak ilişkilerin duygusal sorumluluğunu daha fazla hissettikleri ve yaşamdaki önemli olaylarda daha az kontrol sağladıklarını ifade etmişlerdir.

Üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma düzeylerinde, toplam duygusal zekâ puanlarında ve duygusal zekânın tüm alt boyutlarında cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Algılanan gelir düzeyi orta ve düşük olan üniversite öğrencilerinin algılanan gelir düzeyi yüksek olanlara göre ruminatif düşünme biçimi puanları anlamlı olarak daha fazladır. Talavera, Paulus, Garza, Ochoa-Perez, Lemaire, Valdivieso, Bogiaizian, Robles, Bakhshaie, Manning, Walker, Businelle, Zvolensky (2018) tarafından yapılan çalışmada gelir düzeyi düşük olan bireylerin gelir düzeyi yüksek olanlara göre ruminatif düşünme puanının yüksek olduğu sonucu bulunmuştur. Bu bağlamda bireylerin geleceğine ilişkin maddi kaygılarının ruminatif düşüncelerini arttıracığı düşünülebilir.

Üniversite öğrencilerinin gelir düzeyine göre sosyal iyi olma düzeylerinde, toplam duygusal zekâ puanlarında ve öz kontrol, duygusallık, sosyallik boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerde duygusal zekanın iyi oluş alt boyutunun algılanan gelir düzeyi yüksek olanların lehine olduğu görülmektedir. Diener ve Diener (1996), iyi oluşun en güçlü yordayıcılarından birinin gelir düzeyi olduğunu ifade etmişlerdir. Bu yüzden gelir düzeyi yükseldikçe iyi oluş düzeyinde de artış olması beklenir bir bulgudur.

Yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinin algılanan anne baba tutumu otoriter ve koruyucu olanların ruminatif düşünme biçimi puanlarının algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Koruyucu anne baba tutumuna sahip olan aileler çocuğa gereğinden fazla kontrol ve özen gösterir bu da çocuğun diğer kimselere aşırı bağımlı olması ile kendi kendine yetmesine engel teşkil eder (Yavuzer, 1998, s.126). Kendi kendine yetemeyen çocuğun ileriki hayatında yaşayabileceği varsayılan yetersizlik hissi bireyde olumsuz otomatik düşünceler oluşturabilir. Otoriter anne baba tutumunda ise; anne babası tarafından her davranışı ve söylemi planlanmış olan çocuk kendini ifade edemez. Ayrıca otoriter tutumda sık uygulanan ceza, çocukta suçluluk duygusu yaratır, çocuğun özgüvenini düşürür ve bazı çocuklarda da asi ve kızgın davranışlara sebep olur (Çetinkaya, 2016, s.105). Otoriter tutumun sonucu olarak kendini ifade edemeyen ve suçluluk yaşayan çocuğun var olan kızgınlıkları üzerine tekrarlayıcı düşünceler yaşaması muhtemeldir. Demokratik tutuma sahip anne babalar çocuklarının fikirlerini önemseyip, iç denetim geliştirmesini önemsemektedirler (Dönmezer, 1999, s.60). Fikirleri önemsenen çocukların daha rahat bir şekilde kendilerini ifade edebilmeleri ile takıntılı düşüncelerinin daha az olacağı tahmin edilmektedir. Bu yüzden araştırma bulguları beklenir sonuçları beraberinde getirmiştir.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne baba tutumu otoriter ve koruyucu olanların sosyal iyi olma puan ortalamalarının algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre fazla olduğu görülmektedir. Anne ve babadan herhangi birisinin ya da her ikisinin baskısı altında olan çocuk nazik, dikkatli ve dürüst olabilmektedir (Yavuzer, 1998, s.127). Bireyin bu gibi yeterliklere sahip olması sosyal anlamda iyi oluşu için yardımcı unsur olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca Köksal, Dilci ve Koç (2013) tarafından yapılan araştırmada sosyal anlamda problem yaşayan

çocukların problem yaşama sebeplerinde aileleri kadar bireyin çevresinin de etkili olduğu ve aile hayatında sorun olmasa bile sosyal anlamda problem yaşayanların olduğu sonucu bulunmuştur. Bu bağlamda bireyin sosyal iyi oluşunda anne baba tutumlarının yanı sıra çevresel etkenler de göz önüne alındığında bulgular anlaşılır olarak yorumlanmaktadır.

Yapılan incelemede algılanan anne baba tutumu otoriter ve koruyucu olanların demokratik olanlara göre daha fazla öz kontrol ve duygusallık puanlarına sahip oldukları görülmüştür. Sosyallik, iyi oluş ve toplam duygusal zekâ puanında anne baba tutumuna göre herhangi bir farklılaşma olmadığı görülmüştür. Duygusal zekâ kavramının geliştirilebilir olması sebebiyle anne baba tutumlarının yanı sıra öğretim sürecinin de bireyin gelişiminde etkili olması; özellikle öz kontrol ve duygusallık alt boyutlarının duygusal zekâ puanlarının yüksek çıkmasında etkili olduğu düşünülebilir.

Algılanan akademik başarıya göre üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimi puanlarında ve sosyal iyi olma puanlarında, duygusal zekanın öz kontrol, duygusallık, sosyallik ve toplam duygusal zeka puanında anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Duygusal zekanın iyi oluş alt boyut puanında algılanan akademik başarısı yüksek olanların düşük ve orta olanlara göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Aynı zamanda algılanan akademik başarısı orta olanların düşük olanlara göre iyi oluş alt boyut puanlarının da fazla olduğu görülmektedir. Diener ve Diener (1996), iyi oluşun en güçlü yordayıcılarından biri gelir düzeyi iken bir diğerinin statü olduğunu ifade etmişlerdir. Üniversite öğrencilerinin akademik başarıları da ilerideki statülerinin göstergelerinden biri olarak nitelendirildiğinde iyi oluş puanında artış olması beklenir bir bulgudur.

Üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimlerinin duygusal zekâ düzeyleri ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Cenkseven Önder ve Utkan (2018) tarafından yapılan araştırmada öğrencilerin bilinçli farkındalıklarının artması onların ruminasyon düzeylerini azaltmakta ve bu düşüşle birlikte algıladıkları stresin de azaldığını göstermektedir. Duygusal zekânın stres toleransı geliştirmesi, bireyin farkındalıklarını artırması; ruminasyonun stresli bir yaşam sonucunda olumsuz çıkarımlarda bulunması ile zıt durumlar olduğu görülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimleri ile sosyallik ve duygusallık alt boyut puanları arasında düşük düzeyde anlamlı bir ilişki

bulunmuştur. Sosyallik alt boyutunda diğer insanlarla baş edebilme, duygusallık alt boyutunda hisleri ayırt edebilmek ön planda iken (Petrides ve Furnham, 2001); ruminatif düşünme biçimi sosyal etkileşimlerdeki durumları sürekli düşünmeyi (Baer, 2015, s.62) ele aldığı için bireyin sosyalliğine yönelik olumsuz etkiler yaratabilir. Ruminatif düşünme biçiminde birey, var olan hislerini kontrol edilemez olarak algıladığı için duygularını ayırt etmekte güçlük yaşayabileceği düşünülebilmektedir.

Ruminatif düşünme biçimi ve duygusal zekânın alt boyutu olan öz kontrol boyutu ile arasında negatif orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Erguvan Eryılmaz ve Tosun'a (2013) göre kontrol kavramı bir bütün olarak kaygıyla yakından bir ilişki içindedir ve bir kişi herhangi bir nedenle kaygı hissetmeye başlarsa, bunu hemen kontrol duygusunun kaybı izlemektedir. Ruminatif düşünceler içinde kaygıyı barındırması sebebiyle öz kontrol alt boyutu ile negatif yönde ilişkisinin olması beklenir bir sonuç olmuştur.

Üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma düzeylerinin duygusal zekâ düzeyleri ile ilişkisinin de negatif yönde anlamlı olduğu görülmektedir. Buluş'a (1997) göre bireyler yaşamın yoğun temposu içinde kaybolup gitmekte, güvenden yoksun ilişkiler üzerine hayatlarını kurmakta ve giderek birbirinden uzaklaşan ve yalnızlaşan bir toplum olarak hayatını sürdürmektedir. Günümüz toplumunda toplum bilincinin yerini bireyselliğin almış olması bireylerin kendini geliştirmeye daha fazla adanması, kendi mutluluğunu, bağımsızlığını daha fazla ön plana almasının etkisi araştırmanın bu bulgusunu anlaşılır kılmaktadır.

Ayrıca sosyal beceri yeteneği yakın ilişkiler kurma, ikna becerisi gibi faydaları içinde barındırsa bile bu yetenekler bireyin kendi ihtiyaç ve hislerini dengelemezse bireye zarar veren bir süreç haline gelebilmektedir (Goleman, 2017, s.165). Bu doğrultuda birey duygusal zekânının kişisel ve kişilerarası boyutlarında denge sağlayamadığında hem sosyal hem de bireysel anlamda bireyin kendisine zarar gösterme ihtimali ortaya çıkmaktadır. Öz kontrolün ve duygusallığın bireyde fazla olması bireyin sosyal iyi oluşunu olumsuz etkileyebilir. Bu gibi etkenlerin var olması toplam duygusal zekâ puanı, duygusallık ve öz kontrol alt boyutları ile sosyal iyi olmanın negatif yönde ilişki içinde olması sonucunun anlamlandırılmasında etkili olabilmektedir.



## Sonuç

Yapılan bu araştırmada üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimlerinin duygusal zekâ düzeyleri ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu, ayrıca duygusal zekanın sosyallik ve duygusallık alt boyutları ile düşük düzeyde anlamlı bir ilişkisi varken öz kontrol alt boyutu ile negatif düşük düzeyde bir ilişkisi olduğu görülmektedir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin sosyal iyi olma düzeylerinin duygusal zekâ düzeyleri ile ilişkisinin de negatif yönde anlamlı olduğu görülmektedir. Araştırmadan elde edilen bu bulgular ışığında aşağıdaki önerilere yer verilmiştir:

1. Araştırma bulgularına göre kadınların ruminatif düşünme biçimi puanlarının erkeklere göre daha yüksektir. Kadınlardan oluşan gruplara yönelik tekrarlayıcı zorlayıcı düşüncelerin bileşenlerini tanımaya yönelik çalışmalar yapılabilir.
2. Yapılan araştırmada algılanan anne baba tutumu otoriter ve koruyucu olanların ruminatif düşünme biçimi puanlarının algılanan anne baba tutumu demokratik olanlara göre daha fazla olduğu bulunmuştur. Bu bağlamda tekrarlayıcı zorlayıcı düşüncelerin önüne geçilebilmesi için bu tutumlardan ziyade demokratik tutumu geliştirmek amacıyla aile eğitimleri düzenlenebilir.
3. Öğrencilerin akademik anlamda kendilerini başarılı olarak algılamaları ve böylelikle iyi oluşlarının sağlanması için mesleki rehberlik kapsamında uygulanan kariyer danışmanlığında öğrencilerin ilgi, yetenek ve değerlerine göre yönlendirmeler yapılabilir.
4. Duygusal zekâ geliştirilebilen bir zekâ türü olması sebebiyle bireylerin tüm gelişim dönemi boyunca ilgili zekâ türünü geliştirmeye yönelik psiko-egitimler uygulanabilir.

Öğrencilere verilen eğitimde akademik odaklı olmanın yanı sıra ruhsal olarak sağlıklı bireyler yetişmesi önemli bir husustur. Bu yüzden duygusal zekâ ve sosyal iyi olma konularında öğrencinin gelişmesi ve bu becerileri dengeli bir şekilde kullanabilmesi için sosyal beceri eğitimi, duygusal zekâ, farkındalık, kendini tanıma, problem çözme, toplum bilincinin gelişimi gibi konuları barındıran eğitimler yapılmalıdır.

**EXTENDED ABSTRACT**

**The Relationship Between Ruminative Thought Style and Social Well Being Level of the University Students with the Emotional Intelligence**

\*

Zeynep Lale - Fikret Gülaçtı

*Erzincan High School , Erzincan Binali Yıldırım University*

This research was intended to examine the relationship levels of ruminative ways of thinking and social well-being of university students with emotional intelligence. According to Goleman (2017, p.62) emotional intelligence is "self-actualization, to be able to move on though setbacks, to delay satisfaction by controlling impulses, to be able to regulate mood, not to let adversity hinder thinking, to be able to put oneself in someone else's place and to have hope".

Emotional intelligence has been studied in four sub-dimensions by Petrides and Furnham (2001) as subjective well-being, self-control, sentimentality and sociability.

The basic dimensions of emotional intelligence is divided to two as ability and hybrid models. Bar-On Model, Goleman model, Cooper and Sawaf model is under mixed model

While the Mayer and Salovey model is within the Talent Model.

According to Keyes (1998); social well-being forms a basis for a universal definition of a social example of being good.

Social well-being is the evaluation of individual's situation and handling of the social process. Keyes ' model of social well - being conceptualizes the social aspect of well-being. It is dealt with in five dimensions showing the degree to which individuals function in social life. Keyes ' (1998) model includes social acceptance, social realization, social contribution, and social cohesion.

To solve the existing problems of the individual does not take action in the past stuck in repetitive thoughts about the possible causes and consequences of the emotions in which they are found are defined as the concept of rumination (Nolen-Hoeksema, 1987).

Rumination - oriented theories are divided into the theory of reaction forms, the theory of purposeful progress, rumination about sadness, rumination in response to stress, and the theory of self-regulating executive functions.

The research was conducted from general screening models to relational screening models. As a Research Group sampling technique, cluster sampling technique was used. This research conducted in 7 different faculties in the 2017-2018 academic year (Economics and Administrative) Faculty Of Sciences, Faculty Of Education, Faculty Of Arts And Sciences, Faculty Of Theology, Faculty of Law, Faculty of Engineering, Faculty of Pharmacy) and constitutes of 11,257 undergraduate students. A sample group of 670 people from the research universe was selected from easily accessible ones. Of these students, 244 were male (36.4%) and 426 (63.6%) were female.

Personal information form, emotional intelligence trait-short form, social well-being scale and ruminative thinking style scale were used in this study. Personal information form

consists of a total of 6 questions. Information about gender, age, faculty, perceived income level of parents, perceived attitudes of parents, and current academic achievement of the students are available.

***Trait Emotional Intelligence Questionnaire–Short Form:*** Emotional Intelligence Feature Scale-Short Form was developed by Petrides and Furnham (2000, 2001). It is a scale whose validity and reliability had been previously proven and was adapted to Turkish by M. Engin Deniz, Esin Ozer ,Erkan Isik (2013) .It has a four factor structure consisting of 20 items. These four factors are “subjective well-being”, “self-control”, “sensuality” and “sociality.. It is a 7-point likert type scale. While “1” expresses “I strongly disagree; “7” expresses “Strongly Agree”.

***Social Well-being Scale:*** It’s a scale, which was developed by Keyes, (1998) to measure the social well-being of the participants, was adapted to Turkish by Akın, Demirci, Çitemel, Sarıçam and Ocağcı (2013, May). The scale consists of 15 items and a 7-point Likert-type scale is used. In this scale “1” means “Strongly Disagree” and “7” means “Strongly Agree”.

***Ruminative Thought Style Questionnaire:*** The original name was “Ruminative Thought Style Questionnaire R (RTSQ). It was developed by Jay K.

Brinker and David J.A. Dozois in 2009 and adapted to Turkish by Hasan Turan Karatepe (2010). It consists of 20 items and 7 point likert scale type is used. In this likert scale, "1" is defined as "none" and "7" is defined as "very good".

Depending on the variables in the analysis of research data ; Kruskal Wallis Test, Mann Whitney U, Spearman Correlation Analysis were performed by using SPSS package program

As a result of the study, ruminative thought style score showed significant difference according to gender, perceived income level, perceived parental attitude, on the other hand it showed no significant difference according to perceived academic success. It was found that there was no significant difference in terms of gender, perceived income level and perceived academic success in social well-being of university students in comparison with perceived parental attitude. It was found that total emotional intelligence score did not showed difference according to gender, perceived income level, perceived academic achievement and perceived parental attitude. In addition, among the ruminative thought styles and social well-being with emotional intelligence have seen a significant relationship in the negative direction.

In the light of these findings, the following suggestions are given:

1. According to the findings of the study, women's ruminative thinking style scores are higher than men's. Studies can be conducted to recognize the components of repetitive coercive thoughts for groups of women.
2. In order to prevent repetitive compelling thoughts, family trainings can be organized in order to develop democratic attitude.
3. In order to ensure that the students perceive themselves as successful in academic terms and thus to be well, guidance can be made according to their interests, abilities and values of the career counseling applied within the scope of vocational guidance.
4. As the emotional intelligence is a type of intelligence that can be developed, psycho-training can be applied to develop the type of intelligence during the whole development period of individuals.

In addition to being academically oriented, it is an important issue to educate mentally healthy individuals. Therefore, in order to improve students' emotional intelligence and social well-being, to reduce ruminative thoughts,

to use these skills in a balanced way, trainings such as social skills training, emotional intelligence, awareness, self-knowledge, problem solving, community awareness should be applied .

## Kaynakça / References

- Akın, A., Demirci, İ., Çitemel, N., Sarıçam, H. ve Ocakçı, H.(2013). Sosyal iyi olma ölçeği Türkçe formu'nun geçerlik ve güvenilirliği. 5. *Ulusal Lisansüstü Eğitim Sempozyumu*, 10-11, Sakarya.
- Alloy, L. B., Abramson, L. Y., Hogan, M. E., Whitehouse, W. G., Rose, D. T., Robinson, M. S.,..., Lapkin, J. B.(2000). The temple-wisconsin cognitive vulnerability to depression project: Lifetime history of axis 1 psychopathology in individuals at high and low cognitive risk for depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(3), 403-418.
- Baer, R. A.(2015).*Mutluluk uygulamaları*. (K. Ertaş, Çev.), İstanbul: Olimpos Yayınları.
- Buluş M.(1997). Üniversite öğrencilerinde yalnızlık. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 82-90.
- Butler L. D. ve Nolen-Hoeksema, S.(1994). Gender differences in response to depressed mood in a college sample. *Sex roles*, 30, 331–346.
- Carver, C. S. ve Scheier, M. F.(1990). Origins and functions of positive and negative affect: a control-process view. *Psychological Review*, 97(1), 19-35.
- Cenkseven Önder, F. ve Utkan, Ç.(2018). Bilinçli farkındalık ve algılanan stres ilişkisinde ruminasyon ve olumsuz duygu düzenlemenin aracı rolü. *Mersin University Journal of the Faculty of Education*, 14(3), 1004-1019.
- Çetinkaya, B.(2016). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çetinkaya, T.(2017). *Duygusal zekâ yeteneğinin ilk ve ortaokul yöneticilerinin başarı düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik bir uygulama*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Avrasya Üniversitesi, Trabzon.
- Deniz, M. E., Özer, E. ve Işık, E. (2013). Duygusal zekâ özelliği ölçeği-Kısa formu (TEIQUE-SF) Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 38(169), 407-419.
- Diener, E.(1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. ve Diener, C.(1996). Most people are happy. *American Psychological Society*,7(3), 181-185.

- Diener E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34-43.
- Doğan, S. ve Şahin, F.(2007). Duygusal zekâ: tarihsel gelişimi ve örgütler için önemine kavramsal bir bakış. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(1), 231-252.
- Dönmezer, İ.(1999). *Ailede iletişim ve etkileşim*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Erguvan-Eryılmaz, T. ve Tosun, A.(2013). Obsesif kompulsif bozuklukta kontrol ihtiyacı. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 13(1), 121-130.
- Goleman, D. (2017). *Duygusal zekâ neden IQ'dan önemlidir?* (Çev. B. S. Yüksel). İstanbul: Varlık Yayınları.
- İnci, S.(2014). *Aday öğretmenlerin duygusal zekâ ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çanakkale: 18 Mart Üniversitesi.
- Karasar, N.(2016). *Bilimsel araştırma yöntemi*. 30.Bsm, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karatepe, H. T.(2010). *Ruminatif düşünme biçimi ölçeğinin Türkçe'ye uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. Yayınlanmamış Psikiyatri Uzmanlık Tezi, İstanbul: Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi 13. Psikiyatri Kliniği.
- Keyes, C. L. M.(1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly*, 61(2), 121-140.
- Köksal, O., Dilci, T. ve Koç, M.(2013). Çocuklarda görülen sosyal problemlerin akademik başarıya etkisi üzerine öğretmen görüşlerinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 8(8), 873-883.
- Luminet, O.(2004). Measurement of depressive rumination and associated construct. In (P. Costas, ve A. WellsEd.), *Depressive Rumination Nature, Theory and Treatment* (p.187-217), England: Wiley.
- Martin L. ve Tesser A.(1996). Some ruminative thought., In (R.S. Wyer Ed.), *Ruminative thoughts, advances in social cognition* (p.1-47), Hillsdale: Erlbaum.
- Matthews, G. ve Wells, A.(2004). Rumination, depression, and metacognition: the s-ref model. In (P. Costas, ve A. Wells Ed.). *Depressive rumination nature, theory and treatment* (p.125-151), England: Wiley.
- Nolen-Hoeksema, S.(1987). Sex differences in unipolar depression: Evidence and theory. *Psychological bulletin*, 101(2), 259-282.

- Nolen-Hoeksema, S. ve Jackson, B.(2001). Mediators of the gender difference in rumination. *Psychology of Women Quarterly*, 25(1), 37-47.
- Nolen-Hoeksema, S.(2004). The response styles theory. In (P. Costas, ve A. Wells Ed.), *Depressive rumination nature, theory and treatment* (p.107-123), England: Wiley.
- Petrides, K. V. ve Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies, *European Journal of Personality*, 15(6), 425-448.
- Şanal-Karahan, F.(2016). *Üniversite öğrencilerinde çözüm odaklı düşünmenin depresyon, anksiyete, stres ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Talavera D. C., Paulus D. J., Garza M., Ochoa-Perez M., Lemaire C., Valdivieso J. ,..., ve Zvolensky M. J.(2018). Subjective social status and rumination in relation to anxiety and depressive symptoms and psychopathology among economically disadvantaged latinos in primary care. *American Journal of Orthopsychiatry*, 88(2), 169-179.
- Ulutaş, İ. (2005). *Anasınıfına devam eden altı yaş çocuklarının duygusal zekâlarına duygusal zekâ eğitiminin etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Yavuzer, H.(1998). Yaygın ana- baba tutumları. (H. Yavuzer, Ed.), *Ana Baba Okulu* içinde (s.115-133), İstanbul: Remzi Kitabevi

#### **Kaynakça Bilgisi / Citation Information**

Lale, Z. ve Gülaçtı, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin ruminatif düşünme biçimlerinin ve sosyal iyi olma düzeylerinin duygusal zekâ düzeyleri ile ilişkisi. *OPUS–Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 201-231. DOI: 10.26466/opus.568178