



Ortaokul Öğrencilerinde Okul Doyumu, Okuldaki Pozitif Yaşantılar ve Mutluluk Arasındaki İlişki *

Bülent Baki Telef ¹

Öz

Bu araştırmanın amacı ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumu ve okuldaki pozitif yaşantılar arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu Çanakkale il merkezinde 6., 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören 328 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Öğrencilerin 175'i (%53) kız, 153'ü (%47) erkektir. Katılımcıların 114'ü (%35) 6. sınıf, 130'u (%39) 7. sınıf, 84'ü (%26) 8. sınıf öğrencisidir. Araştırma verileri Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri, Okulda Pozitif Yaşantılar Ölçeği ve Çocuklar İçin Kapsamlı Okul Doyumu Ölçeği ile toplanmıştır. Ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumu ve okuldaki pozitif yaşantılar arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Regresyon analizi sonuçları okul doyumu, sebat ve iyimserliğin ortaokul öğrencilerinin mutluluklarının önemli yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Bulgular literatür doğrultusunda tartışılmış ve uygulamaya dönük önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler

Mutluluk
Okul doyumu
Okulda pozitif yaşantılar
Ortaokul öğrencileri

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 08.09.2015
Kabul Tarihi: 16.11.2020
Elektronik Yayın Tarihi: 12.12.2020

DOI: 10.15390/EB.2020.5587

Giriş

Mutluluk ve öznel iyi oluş literatürde zaman zaman eş anlamlı olarak kullanılan kavramlardır (Diener, Scollon ve Lucas, 2009). Mutluluk ya da öznel iyi oluş, insanların yaşamlarını öznel değerlendirmelerine göre yaşamış oldukları iyi oluş seviyesini tanımlamak için kullanılan şemsiye terimlerdir (Diener ve Ryan, 2009). Veenhoven'e (2009) göre mutluluk, kişinin yaşamını bir bütün olarak olumlu şekilde değerlendirme derecesidir. Bu değerlendirme bilişsel ve duygusal şekilde yapılmaktadır (Diener, 1984). Araştırmalarda kişinin yüksek yaşam doyumu ve pozitif duygular ile düşük negatif duygular yaşaması mutluluğunun göstergesi olarak görülmüştür (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Yeni araştırmalar yüksek mutluluğa sahip kişilerin sadece iyi hislere sahip olmadıkları aynı zamanda sağlıklarının ve sosyal ilişkilerinin de iyi olduğunu göstermiştir (Diener ve Scollon, 2014). İyi ruh sağlığına sahip gencin düşük psikopatoloji seviyesine, üst düzey psikolojik fonksiyonlara ve yüksek mutluluğa sahip olduğu, kötü ruh sağlığına sahip gencin ise düşük mutluluğa sahip olduğu ve birçok zorluk yaşadığı belirtilmektedir (Suldo, Frank, Chappel, Albers ve Bateman, 2014).

İnsanların mutlu olmasına sebep olan birçok faktör bulunmaktadır. Mutluluk ile yakından ilişkili olan bu değişkenlerden biri kişilik özellikleridir. Kişilik özellikleri yetişkinlerin (Doğan, 2013; Garcia ve Moradi, 2012; Gutiérrez, Jiménez, Hernández ve Puente, 2005; Lu, 1995; Vittersø ve Nilsen, 2002) olduğu gibi ergenlerin de (Cheng ve Furnham, 2002; Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010; Garcia, 2011;

* Bu çalışma 5. Uluslararası Eğitim Araştırmaları Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

¹ Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Türkiye, bakitele@gmail.com

Sharma ve Malhotra, 2010) mutluluğunu yordayan en önemli faktörlerden birisidir. Benlik saygısı (Çeçen, 2008; Doğan ve Eryılmaz, 2013; Diener ve Diener, 1995; Eryılmaz ve Atak, 2011; Karatzias, Chouliara, Power ve Vivien, 2006; Uchida, Norasakkunkit ve Kitayama, 2004; Vacek, Coyle ve Vera, 2010) ve öz-yeterlik (Caprara, Steca, Gerbino, Paciello ve Vecchio, 2006; Cicognani, Albanesi ve Zani, 2008; Strobel, Tumasjan ve Sporrle, 2011; Telef ve Ergün, 2013) mutluluğu yordayan önemli kişilik değişkenleridir. İçsel kontrol odaklılık, dindarlık ve sosyal destek ergenlerin mutlulukları ile ilişkili bulunmuştur (Sharma ve Malhotra, 2010). Dini aktivitelere katılan ergenlerin daha mutlu olduğu görülmüştür (Eryılmaz, 2015a). Cheng ve Furnham'e (2002) göre arkadaşlık ve kendine güven ergenlerin mutlulukları ile ilişkili olup mutluluğun önemli yordayıcılarından. Başka insanlara yardım etme, aile, arkadaş ve diğer önemli kişiler ile etkileşim içinde olma ergenlerin mutluluğunu artıran pozitif davranışsal stratejiler olarak belirtilmiştir (Datu ve Valdez, 2012). Kişisel özerklik, kararlılık, iyi aile ilişkileri ve mizah öznel iyi oluş ile pozitif ilişkiyken, zayıf kararlılık ve aile ilişkileri kötü oluş ile ilişkilidir (Rask, Astedt-Kurki ve Laippala, 2002).

Sağlık statüsü, sosyal ilişkiler, kendini gerçekleştirilmeye yönelik araçlar ve okul koşulları çocuğun mutluluğunu etkilemektedir (Konu, Lintonen ve Rimpela, 2002). Yapılan araştırmalarda mutlu ergenlerin okulda derse daha fazla motive oldukları (Eryılmaz ve Aypay, 2011), öğrenme için daha fazla aile ve akran desteği aldıkları ve daha iyi öğretmen öğrenci ilişkisine sahip oldukları (Antaramian, Huebner, Hills ve Valois, 2010), daha esnek ve yaratıcı oldukları, problemlerini daha iyi çözebildikleri (Tamannaefar ve Motaghedifard, 2014) ve daha az davranış problemleri sergiledikleri (DeSantis King, Huebner, Suldo ve Valois, 2006; Engels, Aelterman, Petegem ve Schepens, 2004) görülmüştür. Yüksek mutluluğun okul taleplerini karşılama, kaynakları yönetme, zorluklar ile başa çıkma ve okula yönelik olumlu tutumları benimseme açısından ortaokul ya da lise yıllarındaki problemler ile başa çıkmaya yardımcı olduğu ifade edilmektedir (Shoshani ve Slone, 2013).

Okul doyumunu öğrencilerin yaşamlarında mutlu olmalarını sağlayan önemli doyum alanlarından biridir (Casas, Bello, González, ve Aligué, 2013; Telef, Arslan, Mert ve Kalafat, 2015). Okul doyumunu, okul yaşamının nasıl algılandığının öznel ve bilişsel değerlendirilmesidir (Baker, Dilly, Aupperlee ve Patil, 2003). Okul doyumunun, öğrencilerin okul yaşantılarını değerlendirmek, uygulamak, geliştirmek, izlemek ve anlamak için önemli olduğu savunulmaktadır (DeSantis King vd., 2006). ABD'de yapılan bir araştırmaya göre ergenlerin %10'u okul yaşantılarını "korkunç" olarak tanımlamışlar, %22,8'i ise düşük okul doyumuna sahip olduklarını belirtmişlerdir (Huebner, Drane ve Valois, 2000). Whitley, Huebner, Hills ve Valois'e (2012) göre okul doyumсуuzluğunun yüksek olması rahatsızlık vericidir. Çünkü okul doyumсуuzluğu yaşayan çocuk davranış problemleri, akademik endişeler ve kişilerarası ilişkilerde çeşitli uyum zorlukları sergilemeye eğilimlidir (Whitley vd., 2012). Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde ergenlerin okula ilgileri arttıkça mutluluklarının arttığı, okula ilgileri azaldıkça mutluluklarının da azaldığı görülmüştür (Aypay ve Eryılmaz, 2011; Doğan ve Çelik, 2014; Elmore ve Huebner, 2010).

Öğrencilerin mutluluklarında okul yaşantılarının da önemli bir payı vardır (Natvig, Albrektsen ve Qvarnström, 2003). Öğrenciler okul ortamında olumlu ve olumsuz birçok yaşantılara maruz kalmaktadır. Araştırmalarda daha çok öğrencilerin yaşamış oldukları akademik başarısızlık (Needham, Crosnoe ve Muller, 2004), okul devamsızlığı (Balkıs, Arslan ve Duru, 2016), ruhsal sağlık problemleri (Bor, Dean, Najman ve Hayatbakhsh, 2014) ve zorbalık (Wang, Iannotti ve Nansel, 2009) gibi olumsuz okul yaşantılarına odaklanılmıştır. Buna rağmen son yıllarda pozitif yaşantılara da vurgu yapılmaya başlanmıştır. Furlong, You, Renshaw, O'Malley ve Rebelez'in (2013) okuldaki pozitif yaşantıları değerlendirmek için önermiş oldukları model minnettarlık, yaşam coşkusu, iyimserlik ve sebat yapılarını içermektedir (Furlong vd., 2013). Bu yapılanlardan ilki minnettarlıktır. Minnettarlık, iyi şeyler olduğu için teşekkür etme ve bunun farkında olmaktır (Park ve Peterson, 2006). İkincisi sebat olup, zorluk ve başarısızlık ile yüz yüze gelindiğinde ilgiyi sürdürerek, kişinin amaçlarını gerçekleştirmek için gayretli bir şekilde çalışmasıdır (Duckworth, Peterson, Matthews ve Kelly, 2007). Üçüncüsü yaşam coşkusu, kişinin hayatını enerjik ve heyecan verici şekilde yaşamasıdır (Park ve Peterson, 2006). Son

olarak iyimserlik, kişinin yaşamında kötü şeylerden daha çok iyi şeylerin olacağına yönelik inançtır (Scheier ve Carver, 1993). Okuldaki pozitif yaşantılar öğrencilerin okula olan bağlılığını arttırmaktadır (Wilkins, Boman ve Mergler, 2015; Renshaw, 2016). Ayrıca okul güvenliğini artırarak okulu reddetmeyi azaltmaktadır (Furlong vd., 2013). Furlong ve diğerlerinin (2013) ve Pennell, Boman ve Mergler'in (2015) yapmış oldukları çalışmalarda okuldaki pozitif yaşantıların oluşturmuş olduğu sinerji ile öğrencilerin mutluluğu arasında pozitif ilişki olduğunu tespit etmişlerdir.

Pozitif psikoloji alanındaki gelişmeler ile birlikte ulusal ve uluslararası literatürde mutluluk ile ilgili çalışmaların artış gösterdiği gözlenmektedir. Türkiye'de mutluluk ile ilgili araştırmalar incelendiğinde daha çok yetişkinler (Eryılmaz, 2014; Eryılmaz, 2015b), üniversite öğrencileri (Akın, 2015; Doğan ve Eryılmaz, 2013; İlhan ve Özbay, 2010; Sapmaz ve Doğan, 2012; Özbay, Palancı, Kandemir ve Çakır, 2012; Tuzgöl-Dost, 2007) ve lise öğrencilerine (Doğan ve Çelik, 2014; Eryılmaz, 2015a; Eryılmaz ve Atak, 2011; Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010) yönelik olduğu görülmektedir. Üniversite ve lise öğrencilerinin mutluluklarını etkileyen faktörler ile ilgili birçok araştırma yapılmasına rağmen ortaokul yıllarında öğrencilerin mutluluğunu etkileyen faktörler ile ilgili sınırlı sayıda araştırmanın olduğu görülmektedir (Bender, 1997). Oysaki çocukluktan ergenliğe geçiş dönemi olan ortaokul yıllarında öğrencilerin mutluluklarını etkileyen faktörlerin farklı olabileceği belirtilmektedir (Holder ve Coleman, 2008). Öğrencileri nelerin mutlu ettiği konusunda araştırmalar yapmak öğrencilerin iyi oluşlarını arttırmaya yönelik stratejiler geliştirmeye kaynak sağlayabilir (O'Rourke ve Cooper, 2010). Araştırma sonuçları ortaokul öğrencilerinin mutluluğunu etkileyen faktörlerin anlaşılmasına katkı sağlaması açısından önem arz etmektedir.

Bu araştırmanın amacı ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumu ve okuldaki pozitif yaşantılar arasındaki ilişkileri incelemektir. Bu amaca ulaşmak için aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- (1) Ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumu ve okulda pozitif yaşantılar arasında anlamlı ilişki var mıdır?
- (2) Okul doyumu ve okuldaki pozitif yaşantılar ortaokul öğrencilerinin mutluluklarını yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma ilişkisel tarama modeline dayalı olarak yürütülmüştür. Karasar'a (2012) göre ilişkisel tarama modelinde iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığı ya da derecesi hakkında bilgi sahibi olma amaçlanmaktadır.

Katılımcılar

Araştırmanın çalışma grubunu Çanakkale il merkezinde 6., 7. ve 8. sınıflarda öğrenim gören 328 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Çalışma grubunun yürütüldüğü okullar yansız-random yöntemine dayalı olarak seçilmiştir. Öğrencilerin 175'i (%53,4) kız, 153'ü (%46,6) erkektir. Katılımcıların 114'ü (%34,8) 6. sınıf, 130'u (%39,6) 7. sınıf, 84'ü (%25,6) 8. sınıf öğrencisidir. Öğrencilerin yaşları 12 ile 14 arasında değişmektedir. Yaş ortalaması 13.09 ve standart sapma .78'dir.

Veri Toplama Araçları

Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri: Okul Çocuklarının Mutluluk Envanteri, Ivens (2007) tarafından okul çocuklarının mutlulukları üzerinde etkili olan etmenleri belirlemek için geliştirilmiş, 8 ile 15 yaş arasındaki çocuklara bireysel ya da grup olarak uygulanabilecek bir ölçme aracıdır. Envanter 15 olumlu (örneğin, okulun güvenli bir yer olduğunu hissettim) ve 15 olumsuz (örneğin, mutsuzdum) olmak üzere 30 maddeden oluşmaktadır. 15 olumsuz madde tersten puanlanarak toplam puan elde edilmektedir. Ölçekteki her madde 1 ile 4 puan arasında puanlanmaktadır. Envanterin Türkçeye uyarlama çalışması Telef (2014a) tarafından 4-8 arası sınıflarda öğrenim gören 358 çocuk ve ergen ile yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonunda toplam açıklanan varyansın %39 olduğu saptanmıştır.

Envanterde yer alan maddelerin faktör yükleri 0.45 ile 0.68 arasında değişmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modele ilişkin uyum indeksleri RMSEA= 0.06, SRMR= 0.05, NFI= 0.93, RFI= 0.93, CFI= 0.96 ve IFI= 0.96 olarak bulunmuştur. Envanterin ölçüt-bağıntılı geçerliği çalışması sonucunda okul çocuklarının mutlulukları ile depresyon ve olumsuz yaşantılar arasında negatif; olumlu yaşantılar arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Güvenirlik analizi sonucunda Cronbach alfa katsayısı 0.92 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür (RMSEA= 0.05, GFI= 0.93, CFI= 0.94). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.88 olarak bulunmuştur. Envanterden alınacak yüksek puan yüksek mutluluğu göstermektedir.

Çocuklar İçin Kapsamlı Okul Doyumu Ölçeği: Çocuklar İçin Kapsamlı Okul Doyumu Ölçeği ilköğretim çağı öğrencilerinin kapsamlı okul doyumlarını ölçmek için geliştirilmiştir (Randolph, Kangas ve Ruokamo, 2009). Ölçek altı maddeden (Örneğin, okul eğlencelidir) ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçek maddeleri 1 ile 5 arasında puanlanmaktadır. Ölçekten 6 ile 30 arasında puan alınmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Telef (2014b) tarafından 582 ilkokul ve ortaokul öğrencileri ile yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda orijinalinde olduğu gibi ölçeğin tek faktörden oluştuğu ve toplam açıklanan varyansın %65 olduğu saptanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yükleri 0.77 ile 0.82 arasında hesaplanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları ölçme aracının iyi uyum indekslerine sahip olduğunu göstermiştir (RMSEA= 0.06, SRMR= 0.01, GFI= 0.98, NFI= 0.99, RFI= 0.98, CFI= 0.99 ve IFI= 0.99). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.89 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür (RMSEA= 0.07, GFI= 0.98, CFI= 0.99). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0.87 olarak bulunmuştur. Ölçekten alınan yüksek puan öğrencinin okul yaşantılarından doyum sağladığını göstermektedir.

Okulda Pozitif Yaşantılar Ölçeği: Okulda Pozitif Yaşantılar Ölçeği, ilkokul ve ortaokul çocuklarının okul temelli pozitif psikolojik özelliklerini ölçmek için Furlong ve diğerleri (2013) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinali 16 maddeden ve minnettarlık (Örneğin, okuluma gittiğim için şanslıyım), yaşam coşkusu (Örneğin, okulda yeni bir şey öğrendiğimde heyecan duyarım), iyimserlik (Örneğin, okulunda iyi şeylerin olmasını beklerim) ve sebat (Örneğin, kötü bir not aldığımında, bir sonraki sefer daha fazla çabalarım) olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek maddeleri 1 ile 4 arasında puanlanmaktadır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda dört boyutun açıklamış olduğu varyans %43'tür. Ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri 0.31 ile 0.66 arasında değişmektedir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modele ilişkin uyum indeksleri CFI= 0.94, SRMR= 0.03 ve RMSEA= 0.04 olarak bulunmuştur. Güvenirlik analizi sonucunda Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı minnettarlık için 0.70, yaşam coşkusu için 0.75, iyimserlik için 0.66 ve sebat için 0.76 ve ölçeğin geneli için 0.88 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Telef (2016) tarafından yapılmıştır. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda 2 madde binişik olduğu için ölçekten çıkartılmıştır. 2 madde (4. ve 9. maddeler) çıkarıldıktan sonra tekrarlanan analiz sonucunda 14 madde ve dört boyutun açıklamış olduğu varyans %60'tır. Ölçekte yer alan maddelerin faktör yükleri 0.60 ile 0.79 arasında değiştiği görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda modele ilişkin uyum indeksleri RMSEA= 0.04, SRMR= 0.03, GFI= 0.96, NFI= 0.95, RFI= 0.92, CFI= 0.96 ve IFI= 0.96 olarak rapor edilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı minnettarlık için 0.70, yaşam coşkusu için 0.80, iyimserlik için 0.63 ve sebat için 0.73 ve ölçeğin geneli için 0.86 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür (RMSEA= 0.06, GFI= 0.93, CFI= 0.94). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı minnettarlık için 0.74, yaşam coşkusu için 0.80, iyimserlik için 0.65 ve sebat için 0.76 ve ölçeğin geneli için 0.81 olarak hesaplanmıştır.

Veri Analizi

Veri analizine başlamadan önce ilk olarak hatalı girilen değerler düzeltilmiş ve kayıp verilerin yerine atama yapılmıştır. Analize dâhil edilen değişkenler ile ilgili uç değerler olup olmadığı Mahalanobis uzaklık değerleri ile incelenmiş ve uç değer olduğu anlaşılan 15 kişinin verileri analizden çıkartılmıştır. Çoklu regresyon analizinde değişkenler arasında çoklu bağlantı olup olmadığını belirlemek yapılacak yorumlamaların hatalı olmaması açısından önemlidir. Bunu anlamının en basit yolu bağımsız değişkenler arasındaki ikili korelasyonları incelemektir. .80 üzerindeki korelasyon çoklu bağlantının olabileceğini göstermektedir. Değişkenler arasındaki korelasyonların .80'den düşük olması çoklu bağlantının olmadığını göstermektedir. Ayrıca çoklu bağlantılık sorununu belirlemek için VIF (varyans şişirme değeri), tolerans değeri ve durum indeksine (CI) bakmak gerekmektedir. Varyans şişirme değerinin 10'dan yüksek, tolerans değerinin .20'den daha düşük ve durum indeksinin 30'dan yüksek çıkması gerektiği belirtilmiştir (Büyüköztürk, 2010). VIF, tolerans değerleri ve durum indeksleri incelendiğinde verilerin bu değerleri sağladığı görülmüştür.

Araştırmanın verilerinin analizinde Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumu, minnettarlık, yaşam coşkusu, iyimserlik ve sebat arasındaki ilişkiler korelasyon yöntemi ile analiz edilmiştir. Okul doyumu ve okulda pozitif yaşantıların mutluluğu yordayıp yordamadığını belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Veriler SPSS 16.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Bulgular

Ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumu ve okulda pozitif yaşantılar arasındaki ilişkileri gösteren Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur. Tablo 1 incelendiğinde ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumu ($r = .44, p < 0.01$), minnettarlık ($r = .34, p < 0.01$), yaşam coşkusu ($r = .35, p < 0.01$), iyimserlik ($r = .23, p < 0.01$) ve sebat ($r = .38, p < 0.01$) arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür.

Tablo 1. Ortaokul Öğrencilerinin Mutlulukları, Okul Doyumu ve Okulda Pozitif Yaşantılar Arasındaki İlişkiler

Değişkenler	1	2	3	4	5	6
1- Mutluluk	-					
2- Okul doyumu	.44**	-				
3- Minnettarlık	.34**	.62**	-			
4- Yaşam coşkusu	.35**	.66**	.55**	-		
5- İyimserlik	.23**	.18**	.29**	.22**	-	
6- Sebat	.38**	.52**	.56**	.58**	.23**	-
Ortalama	86.41	22.66	9.99	10.13	10.03	12.02
Standart Sapma	17.15	5.84	2.21	3.27	3.03	2.88

** $p < 0.01$

Okul doyumunun ve okulda pozitif yaşantıların ortaokul öğrencilerinin mutluluklarını yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir. Çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda okul doyumu, minnettarlık, yaşam coşkusu, iyimserlik ve sebat ortaokul öğrencilerinin mutluluklarının %24'ünü açıklamaktadır. Beta değerleri incelendiğinde okul doyumunun ($\beta = .33, p < .01$) ortaokul öğrencilerinin mutluluklarının en güçlü yordayıcısı olduğu ve onu sebat ($\beta = .19, p < .01$) ve iyimserliğin ($\beta = .13, p < .01$) izlediği görülmektedir. Minnettarlık ($\beta = .00, p > .01$) ve yaşam coşkusu ($\beta = .01, p > .01$) ortaokul öğrencilerinin mutluluklarını anlamlı düzeyde yordamamaktadır.

Tablo 2. Ortaokul Öğrencilerinin Mutluluklarının Yordayıcısı Olarak Okul Doyumu ve Okulda Pozitif Yaşantılara İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	44.590	4.572		9.753	.000
Okul doyumunu	.963	.211	.329	4.570	.000
Minnettarlık	.003	.527	.000	.006	.995
Yaşam coşkusu	.065	.372	.012	.174	.862
İyimserlik	.742	.288	.132	2.580	.010
Sebat	1.101	.385	.185	2.857	.005

R= 0.49, R²= .24, F_(5,319)= 20.48, P= .00

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırma sonuçları ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile okul doyumunu, minnettarlık, yaşam coşkusu, iyimserlik ve sebat arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğunu göstermiştir. Okul doyumunu, sebat ve iyimserliğin ortaokul öğrencilerinin mutluluklarının anlamlı yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Fakat minnettarlık ve yaşam coşkusunun ortaokul öğrencilerinin mutluluğunu yordamadığı görülmüştür.

Bulgular okul doyumunun öğrenci mutluluğunun güçlü bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Bu bulgu önceki yapılan araştırma sonuçları ile tutarlılık göstermektedir (Park ve Huebner, 2005; Mcgrath, Brennan, Dolan ve Barnett, 2009; Telef vd., 2015). Okuldaki temel psikolojik ihtiyaçlardaki doyum ergenlerin okuldaki iyi oluşlarına önemli düzeyde katkıda bulunmaktadır (Tian, Chen ve Huebner, 2014). Okul kurallarına uyan, derslerine çalışan, ödevlerini yapan, kendinden beklenenleri, sorumluluklarını bilen ve ona göre davranan öğrenciler okulda daha fazla mutlu olmaktadır (Döş, 2013). Park ve Huebner'a (2005) göre okulda başarılı olan ergenler öğretmenlerinden, ailelerinden ve arkadaşlarından daha fazla destek ve geri bildirim alabilmektedirler. Bu durum da onların daha fazla mutlu olmalarına neden olabilmektedir.

Okuldaki pozitif yaşantılardan minnettarlık, yaşam coşkusu, iyimserlik ve sebat ortaokul öğrencilerinin mutlulukları ile pozitif ilişkili olmasına rağmen sadece sebat ve iyimserlik öğrenci mutluluğunun önemli yordayıcısıdır. Literatürdeki araştırmalar incelendiğinde mutluluk minnettarlık (Froh, Emmons, Card, Bono ve Wilson, 2011; Froh, Yurkewicz, Kashdan ve 2009; Sun ve Kong, 2013), iyimserlik (Afzal, Malik ve Atta, 2014; Ben-Zur, 2003; Eryılmaz ve Atak, 2011; Karademas, Kafetsios ve Sideridis, 2007; Mahon ve Yarcheski, 2002; O'Rourke ve Cooper, 2010; Shogren, Lopez, Wehmeyer, Little ve Pressgrove, 2006; Vacek vd., 2010), sebat (Garcia, 2011; Garcia ve Moradi, 2012; Garcia, Kerekes ve Archer, 2012; Garcia, Nima ve Archer, 2013; Peterson, Ruch, Beermann, Park ve Seligman, 2007; Sheldon vd., 2010) ve yaşam coşkusu (Kabakçı, 2013; Park, Peterson ve Seligman, 2004; Peterson vd., 2007; Proctor, Maltby ve Linley, 2011; Shogren vd., 2006) ile pozitif ilişkili bulunmuştur.

Pozitif okul yaşantıları mutluluğu olumlu şekilde etkilemektedir (Akın, 2015; Gilman ve Huebner, 2006; Stiglbauer, Gnambs, Gamsjäger ve Batinic, 2013). Örneğin, iyimserlik sağlıklı davranışları ortaya çıkararak, aktif başa çıkmayı geliştirerek ve stresin etkilerinden koruyarak ergenlerin iyi oluşuna katkıda bulunmaktadır (Ben-Zur, 2003). Eryılmaz'a (2011) göre geleceğe yönelik olumlu beklentilere sahip olan ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri de anlamlı ve önemli düzeyde yükselmektedir. Pozitif okul yaşantılarında sebatın, ihtiyaç doyumuna yönelik amaçları sürdürmeyi sağlayarak öznel iyi oluşun artmasına neden olduğu belirtilmiştir (Garcia, Kerekes ve Archer, 2012; Sheldon vd., 2010). Öğrencilerin geleceğe yönelik olumlu beklenti içerisinde olması ve okul çalışmalarını kararlı bir şekilde sürdürmeye sebat etmeleri öğrencilerin kendilerini daha mutlu hissetmelerini sağlamış olabilir. Üniversite (Park vd., 2004; Peterson vd., 2007; Proctor vd., 2011) ve lise öğrencileri (Gillham vd., 2011; Kabakçı, 2013; Telef ve Furlong, 2017) ile yapılan araştırmalarda minnettarlık ve yaşam coşkusu mutluluğun önemli bir yordayıcısıyken, bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin mutluluklarını yordamadığı görülmektedir. Bu durum ön ergenlik dönemindeki

Çocukların bilişsel gelişimleriyle ilişkili olabilir. Yaşam coşkusunu ve minnettarlık çocuklar için soyut kavramlar olduğundan dolayı onların mutluluklarına anlamlı katkıda bulunmadığı görülmektedir.

Sonuç olarak, araştırma bulguları okul doyumunu, sebat ve iyimserliğin ortaokul öğrencilerinin mutluluklarında önemli faktörler olduğunu göstermiştir. Bu bulguları değerlendirirken araştırmanın bazı sınırlılıklarını göz önünde bulundurmak gerekmektedir. Araştırmanın verileri sadece Çanakkale ilinde bulunan üç ortaokuldan toplanmıştır. Bu yüzden bulguları tüm Türkiye'ye genellemek doğru olmaz. Gelecek araştırmalarda bulguların genellenebilirliğini arttırmak için farklı illerdeki okullardan örneklemeler alınarak daha geniş kapsamlı çalışmalar yapılabilir. Araştırmanın verilerinin kendini rapor etme yöntemine dayalı olarak toplanması çalışmanın önemli bir diğer sınırlılığıdır. Nicel yöntem ile birlikte nitel yöntem kullanılarak okullarda çocukların mutlulukları ile ilişkili faktörler araştırılabilir. Okulda olumlu öğretmen-öğrenci ve akran ilişkilerini geliştirme, olumlu sosyal çevre oluşturma, öz-düzenleme ve özerklik hislerini geliştirmeye yönelik eğitimsel pratikler okul doyumunu artırarak mutluluğun geliştirilmesine olumlu katkıda bulunabileceği belirtilmiştir (bkz. Samdal, Nutbeam, Wold ve Kannas, 1998; Baker vd., 2003; Verkuyten ve Thijs, 2002). Literatür incelendiğinde pozitif psikoloji müdahalelerinin mutluluğu arttırdığı görülmüştür (bkz. Bolier vd., 2013; Emmons ve McCullough, 2003; Park ve Peterson, 2006; Proyer, Ruch ve Buschor, 2013; Seligman, Steen, Park ve Peterson, 2005). Bu bağlamda ortaokul öğrencilerinin mutluluklarını arttırmaya yönelik hazırlanacak olan müdahale programlarında iyimserlik ve sebat ile ilgili etkinliklere yer vermek öğrencilerin mutluluklarını arttırmaya yardımcı olabilir.

Kaynakça

- Afzal, A., Malik, N. I. ve Atta, M. (2014). The moderating role of positive and negative emotions in relationship between positive psychological capital and subjective well-being among adolescents. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 3(3), 29-42.
- Akın, U. (2015). Do school experiences predict life satisfaction in Turkish college students?. *International Online Journal of Educational Sciences*, 7(1), 87-96.
- Antaramian, S. P., Huebner, E. S., Hills, K. J. ve Valois, R. F. (2010). A dual-factor model of mental health: Toward a more comprehensive understanding of youth functioning. *American Journal of Orthopsychiatry*, 80(4), 462-472.
- Aypay, A. ve Eryılmaz, A. (2011). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşları ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkiler. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), 181-199.
- Baker, J. A., Dilly, L. J., Aupperlee, J. L. ve Patil, S. A. (2003). The developmental context of school satisfaction: Schools as psychologically healthy environments. *School Psychology Quarterly*, 18, 206-221.
- Balkıs, M., Arslan, G. ve Duru, E. (2016). The school absenteeism among high school students: Contributing factors. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 16(6), 5-17. doi:10.12738/estp.2016.6.0125
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(2), 67-79.
- Bender, T. A. (1997). Assessment of subjective well-being during childhood and adolescence. G. D. Phye (Ed.), *Handbook of classroom assessment: Learning, achievement, and adjustment*. Educational psychology series içinde (s. 199-225). San Diego, CA, US: Academic Press.
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F. ve Bohlmeijer, E. (2013). Positive psychology interventions: A meta-analysis of randomized controlled studies. *BMC Public Health*, 13(1), 119.
- Bor, W., Dean, A. J., Najman, J. ve Hayatbakhsh, R. (2014). Are child and adolescent mental health problems increasing in the 21st century? A systematic review. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 48(7), 606-616.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Caprara, G. V., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M. ve Vecchio, G. M. (2006). Looking for adolescents' well-being: Self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiologia e Psichiatria Sociale*, 15(1), 30-43.
- Casas, F., Bello, A., González, M. ve Aligué, M. (2013). Children's subjective well-being measured using a composite index: What impacts Spanish first-year secondary education students' subjective well-being?. *Child Indicators Research*, 6(3), 1-28.
- Cheng, H. ve Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 25(3), 327-339.
- Cicognani, E., Albanesi C. ve Zani, E. (2008). The impact of residential context on adolescents' subjective well-being. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 18, 558-575.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4(1), 19-30.
- Datu, J. A. D. ve Valdez J. P. M. (2012). Exploring Filipino adolescents' conception of happiness. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 1(3), 21-29.
- DeSantis King, A. L., Huebner, S., Suldo, S. M. ve Valois, R. F. (2006). An ecological view of school satisfaction in adolescence: Linkages between social support and behavior problems. *Applied Research in Quality of Life*, 1, 279-295. doi:10.1007/s11482-007-9021-7

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Diener, E. ve Diener, M. (1995). Cross cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology* 68, 653-663.
- Diener, E. ve Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406.
- Diener, E. ve Scollon, C. (2014). The what, why, when, and how of teaching the science of subjective well-being. *Teaching of Psychology*, 41(2), 175-183.
- Diener, E., Scollon, C. N. ve Lucas, R. E. (2009). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Assessing well-being* içinde (s. 67-100). Netherlands: Springer.
- Diener, E., Suh, E. ve Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). İki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 107-117.
- Doğan, U. ve Çelik, E. (2014). Examining the factors contributing to students' life satisfaction. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(6), 1-8.
- Döş, İ. (2013). Mutlu okul. *Eğitim ve Bilim*, 38(170), 266-280.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D. ve Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Personality Processes and Individual Differences*, 92(6), 1087-1101. doi:10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Elmore, G. M. ve Huebner, E. S. (2010). Adolescents' satisfaction with school experiences: Relationships with demographics, attachment relationships, and school engagement. *Psychology in the Schools*, 47(6), 525-537.
- Emmons, R. A. ve McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(2), 377-389.
- Engels, N., Aelterman, A., Petegem, K. V. ve Schepens, A. (2004). Factors which influence the well-being of pupils in Flemish secondary schools. *Educational Studies*, 30(2), 127-143.
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24, 209-215.
- Eryılmaz, A. (2014). Strategies adopted by Turkish adults for increasing happiness in daily life. *Mental Health, Religion & Culture*, 17(7), 680-689.
- Eryılmaz, A. (2015a). Investigation of the relations between religious activities and subjective well-being of high school students. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(2), 433-444. doi:10.12738/estp.2015.2.2327
- Eryılmaz, A. (2015b). What do Turkish adults attribute their happiness and unhappiness to in daily life?. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24, 161-183.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun öz saygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(37), 170-181.
- Eryılmaz, A. ve Aypay, A. (2011). Ergenlerin derse katılmaya motive olmaları ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişki. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1219-1233.
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte öznel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 189-203.
- Froh, J. J., Emmons, R. A., Card, N. A., Bono, G. ve Wilson, J. A. (2011). Gratitude and the reduced costs of materialism in adolescents. *Journal of Happiness Studies*, 12(2), 289-302.
- Froh, J. J., Yurkewicz, C. ve Kashdan, T. B. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *Journal of adolescence*, 32(3), 633-650.

- Furlong, M. J., You, S., Renshaw, T. L., O'Malley, M. D. ve Rebelez, J. (2013). Preliminary development of the positive experiences at school scale for elementary school children. *Child Indicators Research*, 6(4), 753-775.
- Garcia, D. (2011). Two models of personality and well-being among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 50(8), 1208-1212.
- Garcia, D. ve Moradi, S. (2012). Adolescents' temperament and character: A longitudinal study on happiness. *Journal of Happiness Studies*, 13(5), 931-946. doi:10.1007/s10902-011-9300-8
- Garcia, D., Archer, T., Moradi, S. ve Andersson-Amtén, A. C. (2012). Exercise frequency, high activation positive affectivity, and psychological well-being: Beyond age, gender, and occupation. *Psychology*, 3(4), 328-336. doi:10.4236/psych.2012.32040
- Garcia, D., Kerekes, N. ve Archer, T. (2012). A will and a proper way leading to happiness: Self-directedness mediates the effect of persistence on positive affectivity. *Personality and Individual Differences*, 53(8), 1034-1038.
- Garcia, D., Nima, A. A. ve Archer, T. (2013). International note: Temperament and character's relationship to subjective well-being in Salvadorian adolescents and young adults. *Journal of Adolescence*, 36(6), 1115-1119.
- Gillham, J. E., Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M. ... ve Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 31-44. doi:10.1080/17439760.2010.536773
- Gilman, R. ve Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth & Adolescence*, 35(3), 293-301. doi:10.1007/s10964-006-9036-7
- Gutiérrez, J. L. G., Jiménez, B. M., Hernández, E. G. ve Puente, C. (2005). Personality and subjective well-being: Big five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1561-1569.
- Holder, M. D. ve Coleman, B. (2008). The contribution of temperament, popularity, and physical appearance to children's happiness. *Journal of Happiness Studies*, 9(2), 279-302.
- Huebner, E. S., Drane, W. ve Valois, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, 21(3), 281-292.
- Ivens, J. (2007). The development of a happiness measure for schoolchildren. *Educational Psychology in Practice*, 23(3), 221-239.
- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010). Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 109-116.
- Kabakçı, Ö. F. (2013). *Karakter güçleri açısından pozitif gençlik gelişiminin incelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Karademas, E. C., Kafetsios, K. ve Sideridis, G. D. (2007). Optimism, self-efficacy and information processing of threat-and well-being-related stimuli. *Stress and Health*, 23(5), 285-294.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karatzias, A., Chouliara, Z., Power, K. ve Vivien, S. (2006). Predicting general well-being from self-esteem and affectivity: An exploratory study with Scottish adolescents. *Quality of Life Research*, 15(7), 1143-1151.
- Konu, A. I., Lintonen, T. P. ve Rimpela, M. K. (2002). Factors associated with schoolchildren's general subjective well-being. *Health Education Research*, 17(2), 155-165.
- Lu, L. (1995). The relationship between subjective well-being and psychosocial variables in Taiwan. *The Journal of Social Psychology*, 135(3), 351-357. doi:10.1080/00224545.1995.9713964
- Mahon, N. E. ve Yarcheski, A. (2002). Alternative theories of happiness in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 11(3), 306-323.

- McGrath, B., Brennan, M. A., Dolan, P. ve Barnett, R. (2009). Adolescent well-being and supporting contexts: A comparison of adolescents in Ireland and Florida. *Journal of Community & Applied Social Psychology, 19*(4), 299-320.
- Natvig, G. K., Albrektsen, G. ve Qvarnström, U. (2003). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice, 9*(3), 166-175.
- Needham, B. L., Crosnoe, R. ve Muller, C. (2004). Academic failure in secondary school: The inter-related role of health problems and educational context. *Social Problems, 51*(4), 569-586.
- O'Rourke, J. ve Cooper, M. (2010). Lucky to be happy: A study of happiness in Australian primary students. *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology, 10*, 94-107.
- Özbay, Y., Palancı, M., Kandemir, M. ve Çakır, O. (2012). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal öz-yeterlik ve başa çıkma davranışları ile yordanması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 10*(2), 325-345.
- Park, N. ve Huebner, E. S. (2005). A cross-cultural study of the levels and correlates of life satisfaction among adolescents. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 36*(4), 444-456.
- Park, N. ve Peterson, C. (2006). Moral competence and character strengths among adolescents: The development and validation of the Values in Action Inventory of Strengths for Youth. *Journal of Adolescence, 29*(6), 891-910.
- Park, N., Peterson, C. ve Seligman, M. E. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 23*(5), 603-619.
- Pennell, C., Boman, P. ve Mergler, A. (2015). Covitality constructs as predictors of psychological well-being and depression for secondary school students. *Contemporary School Psychology, 19*(4), 276-285.
- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N. ve Seligman, M. E. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology, 2*(3), 149-156. doi:10.1080/17439760701228938
- Proctor, C., Maltby, J. ve Linley, P. A. (2011). Strengths use as a predictor of well-being and health-related quality of life. *Journal of Happiness Studies, 12*(1), 153-169.
- Proyer, R. T., Ruch, W. ve Buschor, C. (2013). Testing strengths-based interventions: A preliminary study on the effectiveness of a program targeting curiosity, gratitude, hope, humor, and zest for enhancing life satisfaction. *Journal of Happiness Studies, 14*(1), 275-292.
- Randolph, J. J., Kangas, M. ve Ruokamo, H. (2009). The preliminary development of the children's overall satisfaction with schooling scale. *Child Indicators Research, 2*(1), 79-93.
- Rask, K., Astedt-Kurki, P. ve Laippala, P. (2002). Adolescent subjective well-being and realized values. *Journal of Advanced Nursing, 38*(3), 254-263.
- Renshaw, T. L. (2016). Technical adequacy of the Positive Experiences at School Scale with adolescents. *Journal of Psychoeducational Assessment, 35*(3), 323-335. doi:10.1177/0734282915627920
- Samdal, O., Nutbeam, B., Wold, B. ve Kannas, L. (1998). Achieving health and educational goals through schools-a study of the importance of school climate and the students' satisfaction with school. *Health Education Research: Theory & Practice, 13*(3), 383-397.
- Sapmaz, F. ve Doğan, T. (2012). İyimserliğin mutluluk ve yaşam doyumuna etkisinin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8*(3), 63-69.
- Scheier, M. F. ve Carver, C. S. (1993). On the power of positive thinking: The benefits of being optimistic. *Current Directions in Psychological Science, 2*, 26-30.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N. C. ve Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist, 60*(5), 410-421.
- Sharma, A. ve Malhotra, D. (2010). Social-psychological correlates of happiness in adolescents. *European Journal of Social Sciences, 12*(4), 651-662.

- Sheldon, K. M., Abad, N., Ferguson, Y., Gunz, A., Houser-Marko, L., Nichols, C. P. ... ve Lyubomirsky, S. (2010). Persistent pursuit of need-satisfying goals leads to increased happiness: A 6-month experimental longitudinal study. *Motivation and Emotion*, 34, 39-48.
- Shogren, K. A., Lopez, S. J., Wehmeyer, M. L., Little, T. D. ve Pressgrove, C. L. (2006). The role of positive psychology constructs in predicting life satisfaction in adolescents with and without cognitive disabilities: An exploratory study. *Journal of Positive Psychology*, 1, 37-52.
- Shoshani, A. ve Slone, M. (2013). Middle school transition from the strengths perspective: Young adolescents' character strengths, subjective well-being, and school adjustment. *Journal of Happiness Studies*, 14(4), 1163-1181.
- Stiglbauer, B., Gnams, T., Gamsjäger, M. ve Batinic, B. (2013). The upward spiral of adolescents' positive school experiences and happiness: Investigating reciprocal effects over time. *Journal of School Psychology*, 51(2), 231-242.
- Strobel, M., Tumasjan, A. ve Sporrle, M. (2011). Be yourself, believe in yourself, and be happy: Self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Scandinavian Journal of Psychology*, 52(1), 43-48.
- Suldo, S. M., Frank, M. J., Chappel, A. M., Albers, M. M. ve Bateman, L. P. (2014). American high school students' perceptions of determinants of life satisfaction. *Social Indicators Research*, 118(2), 485-514.
- Sun, P. ve Kong, F. (2013). Affective mediators of the influence of gratitude on life satisfaction in late adolescence. *Social Indicators Research*, 114(3), 1361-1369.
- Tamannaefar, M. R. ve Motaghedifard, M. (2014). Subjective well-being and its sub-scales among students: The study of role of creativity and self-efficacy. *Thinking Skills and Creativity*, 12, 37-42.
- Telef, B. B. (2014a). School children's happiness inventory: The validity and reliability study. *International Online Journal of Educational Sciences*, 6(1), 130-143.
- Telef, B. B. (2014b). Çocuklar İçin Kapsamlı Okul Doyumu Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama çalışması. *Journal of Theory and Practice in Education*, 10(2), 1-13.
- Telef, B. B. (2016). Okulda Pozitif Yaşantılar Ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2475-2487. doi:10.14687/jhs.v13i2.3562
- Telef, B. B. ve Ergün, E. (2013). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının ve öz-yeterliklerinin incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(3), 423-433.
- Telef, B. B. ve Furlong, M. J. (2017). Social and emotional psychological factors associated with subjective well-being: A comparison of Turkish and California adolescents. *Cross-Cultural Research*, 51(5), 491-520. doi:10.1177/1069397117694815
- Telef, B. B., Arslan, G., Mert, A. ve Kalafat, S. (2015). The mediation effect of school satisfaction in the relationship between teacher support, positive affect and life satisfaction in adolescents. *Educational Research and Reviews*, 10(12), 1633-1640. doi:10.5897/ERR2015.2282
- Tian, L., Chen, H. ve Huebner, E. S. (2014). The longitudinal relationships between basic psychological needs satisfaction at school and school-related subjective well-being in adolescents. *Social Indicators Research*, 119(1), 353-372.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.
- Uchida, Y., Norasakkunkit, V. ve Kitayama, S. (2004). Cultural constructions of happiness: Theory and evidence. *Journal of Happiness Studies*, 5(3), 223-239.
- Vacek, K. R., Coyle, L. D. ve Vera, E. M. (2010). Stress, self-esteem, hope, optimism, and well-being in urban, ethnic minority adolescents. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 38(2), 99-111.

- Veenhoven, R. (2009). How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories. A. Dutt ve B. Radcliff (Ed.), *Happiness, economics and politics* içinde (s. 45-69). USA: Edward Elgar Publishers.
- Verkuyten, M. ve Thijs, J. (2002). School satisfaction of elementary school children: The role of performance, peer relations, ethnicity, and gender. *Social Indicators Research*, 59(2), 203-228.
- Vittersø, J. ve Nilsen, F. (2002). The conceptual and relational structure of subjective well-being, neuroticism, and extraversion: Once again, neuroticism is the important predictor of happiness. *Social Indicators Research*, 57(1), 89-118.
- Wang, J., Iannotti, R. J. ve Nansel, T. R. (2009). School bullying among adolescents in The United States: Physical, verbal, relational, and cyber. *Journal of Adolescent Health*, 45(4), 368-375.
- Whitley, A. M., Huebner, E. S., Hills, K. J. ve Valois, R. F. (2012). Can students be too happy? The optimal level of school satisfaction. *Applied Research in Quality of Life*, 7(4), 337-350.
- Wilkins, B., Boman, P. ve Mergler, A. (2015). Positive psychological strengths and school engagement in primary school children. *Cogent Education*, 2(1), 1-11.