



Kendini Gizleme ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Heyecan Arayışının Aracılık ve Moderatör Rolü

Eyüp Çelik¹

Öz

Araştırmanın temel amacı, yaşam doyumu ile kendini gizleme arasındaki ilişkide, heyecan arayışının aracılık ve moderatör rolünün incelenmesidir. Araştırmanın verileri, Yaşam Doyumu Ölçeği, Kendini Gizleme Ölçeği ve Kısa Heyecan Arayışı Ölçeği kullanılarak, yaşları 13-15 arasında değişen 403 ergenden toplanmıştır. Araştırma sonuçları yaşam doyumunun kendini gizleme ile negatif, heyecan arayışı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Aşamalı regresyon analizi sonucu heyecan arayışının, yaşam doyumu ile kendini gizleme arasındaki ilişkide, baskıcı ve moderatör etkiye sahip olduğu, aracı etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Ayrıca, aracılık analizinde heyecan arayışının, kendini gizlemenin yaşam doyumu üzerindeki negatif etkisini arttırdığı bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler

Yaşam doyumu
Heyecan Arayışı
Kendini Gizleme
Aracılık
Moderatör

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 12.02.2015

Kabul Tarihi: 08.10.2015

Elektronik Yayın Tarihi: 17.11.2015

DOI: 10.15390/EB.2015.4436

Giriş

Ergenlik, fiziksel ve psikolojik gelişim sürecinin önemli aşamalarından biridir. Yaşam doyumunun düşük olması (Park, 2004; Sun ve Shek, 2010), heyecan arayışı (Comeau, Stewart ve Loba, 2001; Greene ve Banerjee, 2008; Palmgreen, Donohew, Lorch, Hoyle ve Stephenson, 2001) ve kendini gizleme (Finkenauer, Engels ve Meeus, 2002; Frijns, Finkenauer ve Keijsers, 2013; Frijns, Finkenauer, Vermulst ve Engels, 2005) gibi bazı değişkenlerin ergenlerin sağlıklı gelişimini, fiziksel ve ruhsal sağlığını olumsuz etkilediği belirtilmektedir. Alanyazında, ergenler üzerinde yapılan araştırmalar incelendiğinde, kendini gizleme ve heyecan arayışı gibi değişkenler üzerinde yoğunlaşıldığı, ama son zamanlarda pozitif psikoloji bağlamında yaşam doyumu, iyilik hali ve öznel mutluluk gibi kavramlarında ele alındığı ve bu faktörlerin ergenlerin sağlıklı gelişiminde çok önemli etkiye sahip olduğu görülmektedir (Eisenberg, Neumark-Sztainer ve Story, 2003; Gross, Juvonen ve Gable, 2002; Park, 2004; Sun ve Shek, 2010). Ayrıca, yaşam doyumunun ergenlerden çok yetişkinler üzerinde araştırıldığı görülmüştür. Ancak, ergenlerinde yaşam doyumlarını arttıran ve azaltan faktörlerin belirlenmesi onların sağlıklı gelişimine önemli katkılar sağlayabilir. Bu bağlamda, bu araştırmada ergenlerin yaşam doyumu ile ilişkili olan faktörlerin belirlenmeye çalışılması oldukça önemlidir. .

Yaşam doyumu bir bireyin yaşamının kalitesi ile ilgilidir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999). Bir bireyin yaşam doyumu onun sahip oldukları ile istedikleri arasındaki farka göre belirlenmektedir (Frisch, 2006). Bu farkın az olması bireyin yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermektedir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003; Frey ve Stutzer, 2001). Ergenler üzerinde yapılan araştırmalarda, yüksek düzeyde yaşam doyumu kişilerarası ilişkiler açısından, kişisel, eğitsel ve

¹ Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Türkiye, eyupcelik@sakarya.edu.tr

mesleki açıdan olumlu yordayıcılarla ilişkilendirilirken, düşük düzeyde yaşam doyumunu bazı riskli davranışlar (madde kullanımı ve şiddet), psikopatolojik semptomlar (depresyon, anksiyete, düşük öz-saygı ve yalnızlık) gibi olumsuz yordayıcılarla ilişkilendirilmektedir (Brantley, Huebner ve Nagle, 2002; Valois, Zullig, Huebner ve Drane, 2001; Zullig, Valois, Huebner, Oeltmann ve Drane, 2001). Bu bağlamda, insanların bedensel ve ruhsal sağlığını önemli ölçüde etkileyen yaşam doyumunu yordayan faktörlerin, önemli gelişim dönemlerinden biri olan ergenlik dönemindeki bireyler üzerinde araştırılması oldukça önemlidir. Ergenlik döneminde bireylerin yaşam doyumunu etkileyen önemli değişkenler arasında heyecan arayışı ve kendini gizleme de olabilir.

Heyecan Arayışı

Uyarılma kuramına göre, insanlar yetersiz fizyolojik uyarılmışlık düzeyinde psikolojik açıdan kendilerini kötü hissettikleri için heyecan arayışı aktiviteleri ile fizyolojik uyarılmışlık düzeylerini arttırarak onu optimal düzeyde tutmaya çalışmaktadırlar (Raine, Brennan ve Mednick, 1997). Heyecan arayışı düzeyi yüksek olan bireyler bungee-jumping, dağcılık ve korku filmi izleme gibi heyecan verici aktivitelerde daha fazla buldukları belirtilmektedir (Stephenson ve Southwell, 2006). Diğer taraftan, heyecan arayışı düzeyi düşük olan bireyler ise psikolojik uyarılmışlık düzeylerini arttırıcı aktivitelerden sakınmaktadırlar (Renfro, Antoine ve Lawson, 2013).

Heyecan arayışı genellikle belirsiz ve yeni durumları keşfetme veya deneyimlemeye yönelik cesaret olarak tanımlanmaktadır (Zuckerman, 2007). Bireyler, heyecan arayışı içinde oldukları aktivitelerde kendilerini mutlu hissetmektedirler ve fiziksel, ruhsal ve sosyal etki alanlarında yeni ve eğlenceli deneyimler yaşamaktadırlar (Zuckerman, 1990). Nörobiyolojik gelişimin etkisinden dolayı heyecan arayışı düzeyinin ergenlikte arttığı yetişkinlikte düştüğü belirtilmektedir (Chambers, Taylor ve Potenza 2003). Bu bağlamda, ergenlerin yaşam doyumlarının önemli belirleyicilerinden biri ergenlik döneminde artış gösteren heyecan arayışı değişkeni olabilir.

Heyecan Arayışı ve Yaşam Doyumu

Alanyazın incelendiğinde, genç yetişkinler üzerinde heyecan arayışı ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların olduğu (Oishi, Schimmack ve Colcombe, 2003; Stegman, 2011), ama ergenler üzerinde bu iki değişken arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaların olmadığı görülmektedir. Oishi ve diğerleri (2003)'ün yaptığı araştırmada heyecan arayışının yaşam doyumunu üzerinde direk etkisinin olmadığı bulunmuştur. Ancak, heyecan arayışı ölçeğinin dört boyutlu versiyonunun kullanıldığı diğer bir araştırmada, heyecan arayışının alt boyutları olan şartlı refleksin yitimi (disinhibition) ve sıkıntıya duyarlılık (boredom susceptibility) ile yaşam doyumunu arasında negatif bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Stegman, 2010). Ayrıca, her iki değişkenle dışadönüklük, benlik saygısı, stres ve depresyon arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar da bulunmaktadır. Bu araştırmalarda, heyecan arayışı ile dışadönüklük (Costa ve McCrae, 1992; Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999), benlik saygısı (Emmons ve Diener, 1985; Hong ve Giannakopoulos, 1994; Lucas, Diener ve Suh, 1996) ve depresyon (Carton, Jouvent ve Widlöcher, 1992) pozitif açıdan ilişkilendirilmekte ve dışadönüklük, benlik saygısı ve depresyon değişkenlerinin ergenlerin yaşam doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu belirtilmektedir. Bu bağlamda, heyecan arayışı, ergenlerin benlik saygısı ve dışadönüklük ile pozitif, depresyon ile negatif açıdan ilişkili olduğu için yaşam doyumunu ile pozitif yönde ilişkili olabilir. Diğer taraftan, alanyazında depresyonun heyecan arayışı ile pozitif (Carton, Jouvent ve Widlöcher, 1992), yaşam doyumunu ile negatif (Lewinsohn, Redner ve Seeley, 1991) ilişkili olduğunu gösteren araştırmalarda bulunmaktadır. Bu çerçevede, yaşam doyumunu ile heyecan arayışı arasındaki ilişki bu ilişkili özelliklere dayandırılarak incelenebilir. Diğer bir ifadeyle, hem yaşam doyumunun hem de heyecan arayışının dışadönüklük ve benlik saygısı ile pozitif yönde ilişkili olmasından dolayı heyecan arayışı düzeyi yüksek olan ergenlerin düşük olanlara göre yaşam doyumunu düzeyleri daha yüksek olabilir. Ayrıca, heyecan arayışı düzeyi yüksek olan ergenlerin yaşam doyumunu düzeyleri depresyondan etkilenmiyor olabilir. Çünkü heyecan arayışı aktiviteleri onların depresyonun ergenler üzerindeki olumsuz etkilerini azaltan sosyal paylaşımında bulunmalarını ve kendilerini ifade edebilecekleri faaliyet ve ortam içinde olmalarını sağlayabilir.

Alanyazında hem heyecan arayışı hem de yaşam doyumu ile ilişkisi araştırılan önemli değişkenlerden biri de strestir. Smith, Ptacek ve Smoll (1992) tarafından yapılan çalışmada, heyecan arayışı düzeyleri yüksek olan bireylerin düşük olanlardan daha fazla stresli yaşam olaylarını deneyimledikleri görülmüştür. Ancak, bu bireylerin mutluluk düzeylerinin etkilenmediği gözlenmiştir. Bu çalışmadan elde edilen sonuç heyecan arayışı düzeyi düşük olan bireylerin, yüksek olan bireylere göre, stresli yaşam olaylarından daha fazla olumsuz bir şekilde etkilendiklerini göstermektedir. Bu bağlamda, heyecan arayışının stresli yaşam olaylarına karşı kişinin direncini arttırdığı ya da yüksek heyecan arayışı düzeyine sahip olan bireylerin stresi daha kolay tolere edebildikleri söylenebilir. Ayrıca heyecan arayışının yüksek olmasının stres düzeyinin düşük, mutluluk düzeyinin ise yüksek olarak algılanmasına sebep olduğu da düşünülebilir. Bu nedenle heyecan arayışı yaşam doyumu ile pozitif açıdan ilişkili olabilir. Özetle, stresli ve çalkantılı bir gelişim dönemi olan ergenlik dönemindeki bireylerin heyecan arayışı düzeylerinin yüksek olması, onların stresin olumsuz etkilerini daha kolay tolere etmelerine katkı sağlayacağı için heyecan arayışı ile yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişki olabilir.

Kendini Gizleme

Ergenler üzerinde kendini gizlemenin etkisini ele almak, depresyonda olan, stres yaşayan ve yaşam doyumu düşük olan ergenlere yardımcı olabilmek için oldukça önemlidir. Kendini gizleme, bireylerin kendileri ile ilgili özel olarak algıladıkları bilgileri başkalarından gizleme eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Fridlander, Nazem, Fiske, Nadorff ve Smith, 2012; Hu, Wang ve Wu, 2013). Kendini gizleme, strese sebep olan yaşantıları ve özel bilgileri başkasından aşırı derecede gizlemeye yönelik genel ve sürekli olan davranışsal eğilimdir. Bu davranışsal örüntü şu süreçleri içermektedir: *(a) olumsuz değerlendirilen gizli bilgiye sahip olma, (b) bu bilgiyi başkalarından gizleme, (c) kendini açmaya yönelik endişe hissetme veya kendini açmaktan sakınma* (Larson ve Chastain, 1990; Masuda ve Latzman, 2012).

Alanyazındaki araştırmalar, kendini gizlemenin ergenler üzerinde, bireyselleşmeyi kolaylaştırma, duygusal özerkliğin gelişimi ve fiziksel ve psikolojik iyi oluş açısından pozitif etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Deniz ve Çok, 2010; Finkenauer ve diğerleri, 2002; Kelly, 1998). Diğer taraftan, kendini gizlemenin psikolojik iyi oluşu (Larson ve Chastain, 1990; Potoczniak, Aldea ve DeBlaere, 2007; Uysal, Lin ve Knee, 2010) ve yaşam doyumunu (Wismeijer ve van Assen, 2008) olumsuz etkilediği; negatif duygulanımın (Kahn ve Hessling, 2001) ve psikolojik sıkıntıların (Kelly ve Yip, 2006; Masuda, Anderson ve Sheehan, 2009; Masuda, Boone ve Timko, 2011) açığa vurulmasını engellediği belirtilmektedir. Ayrıca, kendini gizlemenin anksiyete, psikolojik sıkıntı, fiziksel semptomlar, olumsuz benlik algısı ile pozitif; sosyal destek ve psikolojik yardım alma konusunda isteksizlik ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Barry ve Mizrahi, 2005; Cepeda-Benito ve Short, 1998).

Ergenler ve genç yetişkinler üzerinde yapılan çalışmalarda, kendini gizlemenin bireyleri fonksiyonel açıdan sınırladığı, sosyal açıdan soyutladığı ve psikolojik sıkıntılara yol açtığı (Kelly ve Yip, 2006; Masuda, Anderson ve Sheehan, 2009) ve psikolojik iyi oluşu düşürdüğü (Larson ve Chastain, 1990) yaşam doyumunu düşürdüğü (Wismeijer ve van Assen, 2008) ve depresif semptomları arttırdığı (Fridlander ve diğerleri, 2012) bulunmuştur. Bu nedenle, ergenlerin yaşam doyumu kendini gizleme faktöründen dolayı düşebilir. Ayrıca, kendini gizleme eğilimi içinde olan ergenler heyecan arayışı aktiviteleri sayesinde olumsuz yaşantılarını, anksiyete ve olumsuz benlik saygısını ve psikolojik sıkıntılarını tolere edebilirler. Bu bağlamda düşünüldüğünde, heyecan arayışı kendini gizlemenin ergenlerde yaşam doyumunu düşürücü olumsuz etkilerini azaltıyor olabilir.

Fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimlerle karakterize edilen ve çocukluktan yetişkinliğe geçiş kapsayan ergenlik dönemi, insan yaşamının önemli bir evresi olarak düşünülmektedir. Bu önemli ve kritik gelişim döneminde bazı ergenler kendini gizleme eğilimi gösterirken, bazıları ise madde kullanımı, cinsel risk alma, dikkatsiz otomobil kullanma ve tehlikeli sporlar yapma gibi heyecan arayışı amaçlı aktivitelere katılmayı tercih etmektedirler. Diğer taraftan, nörobiyolojik gelişimden dolayı ergenlik döneminde artan ve yetişkinlik döneminde azalan (Chambers ve diğerleri, 2003) heyecan arayışının, yaşam doyumunu arttıran, düşük stres algısı, yüksek iyilik hali (Smith ve

diğerleri, 1992), dışadönüklük (Costa ve McCrae, 1992) ve yüksek benlik saygısı (Baird, 1981) ile ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca, ergenlerin heyecan arayışı için yaptıkları aktiviteler, onların akranlarından sosyal destek görmelerini, onlarla hem doyumlu ilişki kurmalarını hem de eğlenceli zaman geçirmelerini sağlayarak; sosyal izolasyon yaşamalarını engelleyerek ve depresyon semptomlarını azaltarak onların yaşam doyumlarının artmasını sağlayabilir. Bu nedenle ergenlerde yaşam doyumunu kendini gizleme ile negatif, heyecan arayışı ile pozitif açıdan ilişkili olabilir. Bu bağlamda, kendini gizleme ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide heyecan arayışının aracılık ve moderatör etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın diğer bir amacı da ergenlerin yaşam doyumunu kendini gizleme, heyecan arayışı ve etkileşim değişkeninin (kendini gizleme x heyecan arayışı) yordayıp yordamadığının incelenmesidir.

Yöntem

Araştırma tarama modellerinden olan ilişkiisel tarama modeli ile yapılmıştır. Karasar (2006) ilişkiisel tarama modeli ile bir değişkendeki durumun belirlenmesi ile diğer değişkendeki durumun kestirilmesinin mümkün olduğunu belirtmektedir. Bu bağlamda, bu araştırmada ilişkiisel tarama modeli kullanılarak ergenlerin kendini gizleme, heyecan arayışı ve yaşam doyumunu düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmeye çalışılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın verileri İstanbul'un Sultangazi ilçesinde 3 farklı okulda okuyan, farklı sosyo ekonomik düzeye sahip (düşük-orta-yüksek), yaşları 12-15 (\bar{X} = 13.20, S= .46) aralığında değişen 403 ergen üzerinden toplanmıştır. Katılımcıların 4'ü (%1) düşük, 278'i (%69) orta ve 121'i (%30) yüksek sosyo ekonomik düzeye sahiptir. Çalışma grubunun 203'ü (%51) kız ve 200'ü (%49) erkek ergenden oluşmaktadır. Bütün katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak katılmışlardır.

Veri Toplama Araçları

Yaşam Doyumu Ölçeği

Ölçek, Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş ve Durak, Şenol-Durak ve Gençöz (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlamasının yapıldığı çalışmada, ölçeğin geçerliğini belirlemek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucu ölçeğin tek faktörlü yapısı doğrulanmış ve elde edilen uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür (χ^2/df = 2.026, IFI= .99, TLI= .98, CFI= .99 ve RMSEA= .43). Ayrıca ölçeğin uyarlama çalışmasında Türkçe formunun güvenilirlik katsayısının .81 olduğu bulunmuştur (Durak ve diğerleri, 2010). Bu araştırmada ise ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .66 olarak bulunmuştur. Flynn, Schroeder ve Sakakibara'ya göre (1994) .60 ve üzeri iç tutarlılık katsayılarının kabul edilebilir güvenilirlik sınırları içinde olduğunu belirtmektedir. Yaşam Doyumu Ölçeği, 5 maddeden oluşan tek boyutlu ve 7'li likert tipi (1 = *kesinlikle katılmıyorum*, 7 = *kesinlikle katılıyorum*) bir ölçme aracıdır. Ölçeğin her bir maddesinden alınan puanların toplanmasıyla yaşam doyumunu puanı elde edilmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan 35'tir.

Kendini Gizleme Ölçeği

Ölçek, Larson ve Chastain (1990) tarafından geliştirilmiş ve Deniz ve Çok (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlamasının yapıldığı çalışmada, ölçeğin geçerliğini belirlemek için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi sonucu ölçeğin Türkçe formunun orijinalinde olduğu gibi tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu, faktör yüklerinin .51 ile .74 arasında sıralandığı ve toplam varyansın %43.76'sını açıkladığı tespit edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucu ölçeğin tek faktörlü yapısı doğrulanmış ve elde edilen uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür (GFI= .93, AGFI= .89, CFI= .97 ve RMSEA=.07). Ayrıca ölçeğin uyarlama çalışmasında Türkçe formunun güvenilirlik katsayısının .86 olduğu bulunmuştur (Deniz ve Çok, 2010). Bu çalışmada ise ölçeğin güvenilirlik düzeyinin .85 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kendini Gizleme Ölçeği, 10 maddeden oluşan tek boyutlu ve 5'li likert tipi (1 = *kesinlikle katılmıyorum*, 5 = *kesinlikle katılıyorum*) bir ölçme aracıdır. Ölçeğin her bir maddesinden alınan

puanların toplanmasıyla kendini gizleme puanı elde edilmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 50'dir.

Kısa Heyecan Arayışı Ölçeği

Ölçek, Stephenson, Hoyle, Palmgreen ve Slater (2003) tarafından geliştirilmiş ve Çelik, Turan ve Güngör (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Uyarlama çalışmasında ölçeğin geçerliğini belirlemek için yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucu ölçeğin Türkçe formunun orijinalinde olduğu gibi tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu ve maddelerinin faktör yüklerinin .74 ile .84 arasında sıralandığı tespit edilmiştir. Ayrıca ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışmasında güvenilirlik katsayısının .81 olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada da ölçeğin iç tutarlılık katsayısının .81 olduğu görülmüştür. Kısa Heyecan Arayışı Ölçeği, 4 maddeden oluşan tek boyutlu ve 4'lü likert tipi (1 = *kesinlikle katılmıyorum*, 4 = *kesinlikle katılıyorum*) bir ölçme aracıdır. Ölçeğin her bir maddesinden alınan puanların toplanmasıyla heyecan arayışı puanı elde edilmektedir. Ölçekte ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 4, en yüksek puan 16'dır.

İşlem Yolu

Araştırmanın verileri, ilgili okul yöneticilerinden izin alınarak, araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilere ders saatleri içinde araştırmacı tarafından anketler uygulanarak toplanmıştır. Katılımcılar ölçekleri doldurmadan önce araştırmanın amacı hakkında bilgilendirilmiş ve onlara kişisel bilgilerin gizli tutulacağı belirtilmiştir. Araştırmanın verilerinin toplanması ve analizi katılımcıların ismi belirtilmeden yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada değişkenler arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon katsayısıyla incelenmiştir. Ergenlerin yaşam doyumunu yordayan değişkenlerin belirlenmesi ve heyecan arayışının kendini gizleme ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık etkisine sahip olup olmadığının incelenmesi aşamalı regresyon analizi ile yapılmıştır. Aracı etkilerin istatistiksel olarak anlamlı olup olmadıkları da Sobel test ile incelenmiştir. Ayrıca çalışmada ergenlerin yaşam doyumu üzerindeki etkisi incelenen etkileşim (kendini gizleme x heyecan arayışı) değişkeni centering puan dönüştürme işlemi (Holmbeck, 2002; Tabachnick ve Fidell, 2007) ile elde edilmiştir. Diğer bir ifadeyle, regresyon analizinde çoklu bağlantı (multicollinearity) sorunuyla karşılaşmamak için yordayıcı değişkenlerin puanları kendi ortalamalarından çıkarılarak yeni değişkenler elde edilmiş ve bu yeni değişkenlerin çarpımlarından etkileşim değişkeni elde edilmiştir.

Regresyon analizi yapılmadan önce veriler regresyon analizi için gerekli olan sayıtlılar açısından değerlendirilmiştir. Bu çerçevede, verilerin normal dağılım gösterip göstermediği çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak tespit edilmiştir. İnceleme sonucunda, yaşam doyumu puanının çarpıklık değerinin -.06 ve basıklık değerinin -.74; kendini gizleme puanının çarpıklık değerinin .12 ve basıklık değerinin -.85 ve heyecan arayışı puanının çarpıklık değerinin -.12 ve basıklık değerinin -.92 olduğu görülmüştür. Bu analiz sonuçlarına göre, normal dağılımın sağlanması için hiçbir değişkenin transformasyonuna gerek olmadığı görülmektedir. Örnekleme "doğrusallık" ve "normallik" sayıtlılarının zedelenmesine neden olabilecek çok değişkenli uç değerler olup olmadığını anlamak amacıyla da her bir birey için Mahalanobis uzaklık değerleri saptanmış, bu değerlerin $p < .001$ anlamlık düzeyi ölçüt alınarak, uç değerler olmadığı görülmüştür. Ayrıca bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olup olmadığı da VIF (Varyans Artış Faktörleri Yöntemi) ve CI (Kosullu Endeks Sayıları Yöntemi) değerleri incelenerek belirlenmiştir. Bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olup olmadığını değerlendirmek için yapılan analiz sonucu VIF değerinin kendini gizleme ve heyecan arayışı değişkenleri için 1.04; CI değerinin kendini gizleme için 5.57 ve heyecan arayışı için 7.83 olduğu görülmüştür. Alanyazında VIF değerinin 10'dan ve CI değerinin 30'dan küçük olmasının bağımsız değişkenler arasında çoklu bağlantı probleminin olmadığını gösterdiği belirtilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2007). Araştırmanın verilerine ilişkin yapılan tüm bu incelemeler sonucu heyecan arayışı ve kendini gizlemenin yaşam doyumunu yordayıp yordamadığını ve heyecan arayışının kendini gizleme ile yaşam doyumu arasındaki ilişkideki aracı ve moderatör etkisini belirlemek için aşamalı regresyon analizinin yapılmasına karar verilmiştir.

Bulgular

Tablo 1’de araştırmada ele alınan değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma ve derğişkenler arasındaki ilişkiler betimlenmiştir. Yapılan korelasyon analizi sonucu yaşam doyumunun heyecan arayışı ($r = .11, p < .05$) ile pozitif, kendini gizleme ($r = -.32, p < .01$) ile negatif ve etkileşim derğişkeni (kendini gizleme x heyecan arayışı) ($r = .13, p < .01$) ile de pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, kendini gizlemenin heyecan arayışı ($r = .20, p < .01$) ve etkileşim derğişkeni ($r = .12, p < .01$) ile pozitif yönde ilişkisinin olduğu da görülmektedir. Korelasyon analizine ilişkin sonuçlar Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Corelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4
Yaşam Doyumu	1			
Kendini Gizleme	-.32**	1		
Heyecan Arayışı	.11*	.20**	1	
Kendini Gizleme x Heyecan Arayışı	.13**	.12**	-.01	1
\bar{X}	25.37	26.42	10.63	.20
SD	5.05	10.06	3.58	1.02

** $p < .01$

Heyecan Arayışının Aracılık Rolü

Araştırmada kendini gizleme ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide heyecan arayışının aracılık etkisinin olup olmadığı aşamalı regresyon analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucu elde edilen bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Aracı Değişken Testinin Adımları	B	B Standart hata	β	t	p	F	R ²
Aşama 1							
Kendini Gizleme (Y) Yaşam Doyumu (K)	-.16	.02	-.32	6.77	.000	45.88	.10
Aşama 2							
Kendini Gizleme (Y) Heyecan Arayışı (K)	.07	.02	.21	4.18	.000	17.51	.04
Aşama 3							
Kendini Gizleme (Y) Yaşam Doyumu (K)	-.18	.02	-.36	-7.50	.000	30.73	.13
Heyecan Arayışı (M) Yaşam Doyumu (K)	.25	.07	.18	3.75	.000		

* $p < .05$

** $p < .01$

*** $p < .001$

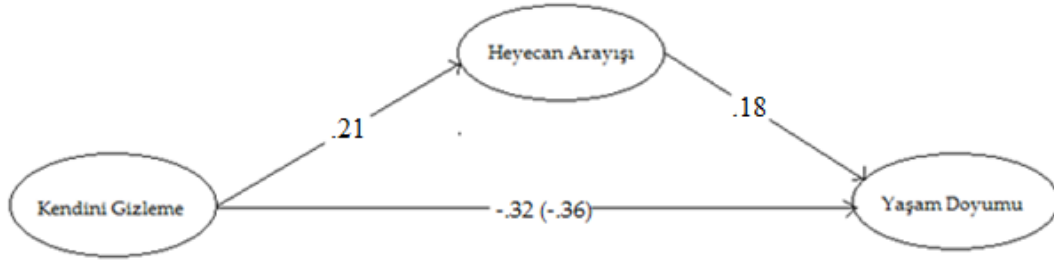
(K)= Kriter, Bağımlı

(M)= Aracı

(Y)= Yordayıcı

Tablo 2’de görüldüğü gibi, aracılık testi sürecinin ilk aşamasında, kendini gizlemenin yaşam doyumunu negatif yönde yordadığı bulunmuştur ($\beta = -.32, t = -6.77, p < .001$). İkinci aşamada kendini gizlemenin heyecan arayışını pozitif yönde yordadığı sonucu elde edilmiştir ($\beta = .21, t = 4.18, p < .001$). Üçüncü aşamada heyecan arayışının yaşam doyumunu pozitif açıdan yordadığı bulunmuştur ($\beta = .18, t = 3.75, p < .001$). Kendini gizlemenin yaşam doyumunu yordama etkisinin incelendiği aşamalı regresyon analizinde, modele heyecan arayışı derğişkeni eklendiğinde kendini gizlemenin yaşam doyumunu üzerindeki negatif etkisinin arttığı görülmektedir ($\beta = -.36, t = -7.50, p < .01$). Aracılık testinde heyecan arayışının kendini gizlemenin yaşam doyumunu yordama düzeyini -.32 den -.36 ya yükselttiği sonucuna ulaşılmıştır. Sobel testinin sonucuna göre bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($Z = 2.75, p = .005$). Bu çerçevede, yapılan aracılık testi sonucuna göre, heyecan arayışının kendini gizleme ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide aracılık etkisine sahip olmadığı, ancak

istatistiksel olarak anlamlı düzeyde baskıcı etkiye sahip olduğu söylenebilir. Heyecan arayışının baskıcı etkisine ilişkin bulgu Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1. Heyecan Arayışının Baskıcı Etkisi

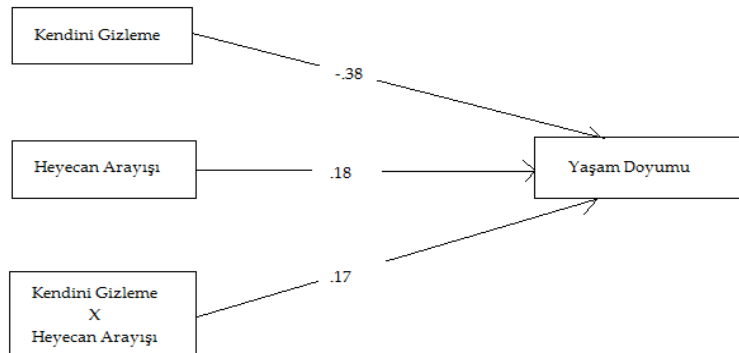
Moderatör Değişkenin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisi

Araştırmada kendini gizleme, moderator (heyecan arayışı) ve etkileşim değişkeninin (kendini gizleme x heyecan arayışı) yaşam doyumunu nasıl yordadığı aşamalı regresyon analizi ile incelenmiştir. Ayrıca kendini gizleme ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide heyecan arayışının moderator rolü de incelenmiştir. Yapılan analiz sonucu elde edilen bulgular Tablo 3’te ve Şekil 2’de sunulmuştur.

Tablo 3. Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	B	B Standart Hata	β	t	p	F	R ²
Aşama 1							
Kendini Gizleme	-.16	.02	-.32	-6.77	.000	45.88	.10
Aşama 2							
Kendini Gizleme	-.18	.02	-.36	-7.50	.000	30.73	.13
Heyecan Arayışı	.25	.07	.18	3.75	.000		
Aşama 3							
Kendini Gizleme	-.19	.02	-.38	-8.04	.000	25.83	.16
Heyecan Arayışı	.26	.06	.18	3.93	.000		
Kendini Gizleme x Heyecan Arayışı	.86	.23	.17	3.74	.000		

Aşamalı regresyon analizi sonuçlarına göre, aşama 1’de .103 ($\Delta R^2 = .10$, $p < .001$) olan R^2 ’nin aşama 2’de heyecan arayışı değişkeninin modele eklenmesiyle .133 ($\Delta R^2 = .13$, $p < .001$)’e yükseldiği görülmüştür. Aşamalı regresyon analizinin son aşaması olan aşama 3’de etkileşim değişkeninin (kendini gizleme x heyecan arayışı) modele eklenmesi ile R^2 ’nin .16’ya yükseldiği bulunmuştur ($\Delta R^2 = .16$, $p < .001$). Etkileşim değişkeninin modele eklenmesi ile R^2 ’de meydana gelen değişimin düşük düzeyde olduğu ama istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir. Özetle, Şekil 2’de de gösterildiği gibi regresyon analizi sonucuna göre kendini gizleme ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide heyecan arayışının moderator etkisinin olduğu söylenebilir.



Şekil 2. Heyecan Arayışının Moderatör Etkisi

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın amacı ergenlerin yaşam doyumu ile kendini gizleme ve heyecan arayışı arasındaki ilişkileri belirlemek ve bu değişkenlerin yaşam doyumunu yordama gücünü incelemektir. Ayrıca, ergenlerde kendini gizleme ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide heyecan arayışının aracılık ve moderator etkisini araştırmaktır. Korelasyon analizi sonucu yaşam doyumunun heyecan arayışı ile pozitif, kendini gizleme ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bu bulgusu alanyazındaki diğer araştırma sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir (Wang, Qi ve Cui, 2014; Wismeijer ve van Assen, 2008). Ancak bu araştırmada daha önceki araştırma sonuçlarına ek olarak heyecan arayışının kendini gizleme ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide aracılık etkisine sahip olmadığı fakat baskıcı etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir ifadeyle bu araştırmada, heyecan arayışının ve kendini gizleme ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide önemli bir belirleyici olduğu kanıtlanmaktadır.

Araştırma sonuçları değerlendirildiğinde, korelasyon sonuçlarının anlamlı ama R^2 değerinin düşük olduğu görülmektedir. Regresyon analizi bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki yordama düzeyini, bağımlı değişkeni etkileyebilecek diğer değişkenlerden izole ederek, değişkenler arasındaki yordama düzeyini vermektedir (LeBreton, Ployhart ve Ladd, 2004). Bu bağlamda, değişkenler arasındaki ilişkinin anlamlı ve R^2 'nin düşük olmasının sebebi araştırmada irdelenen regresyon modelinde ergenlerin yaşam doyumlarını etkileyen diğer değişkenlerin olmaması olabilir. Bu nedenle ergelerde yaşam doyumunun incelendiği, gelecekteki yapılacak araştırmalarda kendini gizleme ve heyecan arayışına ek olarak yaşam doyumunu etkileyebilecek diğer değişkenlerinde regresyon modeline dahil edilmesi gerekmektedir. Örneğin alanyazında yer alan araştırmalarda yaşam doyumu ile ilaç ve alkol kullanımı, şiddet içerikli davranışlar, depresyon, anksiyete, düşük benlik saygısı, öz-yeterlik ve yalnızlık (Brantley ve diğerleri, 2002; Valois ve diğerleri, 2001, Zullig ve diğerleri, 2001), boş zaman aktiviteleri (Heller, Watson ve Iles, 2004; Pavot ve Diener, 2008), zorbalık (Blood, Blood, Tramontana, Sylvia, Boyle ve Motzoko, 2011), okula bağlanma ve sınıf içi güven (Doğan ve Çelik, 2014), akran ilişkileri (Leung ve Zhang, 2000), mükemmelliyetçilik (Çelik, 2014), okulda yetersizlik algısı (Çelik, Arıcı Özcan ve Turan, 2014), yılmazlık ve anksiyete (Beutel, Glaesmer, Wiltink, Marian ve Braehler, 2010) ve sosyal becerilerle (Malinauskas, Dumciene ve Lapeniene, 2014) ilişkili olduğu bulunmuştur. Özetle, yaşam doyumunu sınırlı sayıda değişkenlerle belirlemeye çalışmanın yetersiz modellerin geliştirilmesine neden olduğu düşünülebilir. Bu nedenle çok sayıda değişkenin ele alındığı modeller üzerinden yaşam doyumunu incelemeye çalışmak alanyazına önemli katkılar sağlayacaktır.

Heyecan arayışı ve kendini gizleme ile ilgili daha önceki yapılan araştırmalar incelendiğinde, kendini gizlemenin düşük iyilik hali (Larson ve Chastain, 1990; Potoczniak ve diğerleri, 2007; Uysal ve diğerleri, 2010), depresif semptomlar ve intihar eylemleri (Fridlander ve diğerleri, 2012) ile ilişkilendirildiği görülmektedir. Benzer şekilde, bu araştırmada da kendini gizlemenin yaşam doyumunu düşürdüğü bulunmuştur. Kendini gizleme eğiliminde olan ergenler sıkıntılarını ve kendileri ile ilgili olumsuz bilgileri (düşünceler, duygular, davranışlar veya olaylar) gizledikleri için, diğer bireylere kendilerini açmaktan kaçındıkları için ve psikolojik yardım almaya karşı olumsuz direnç gösterdikleri için yaşam doyumları düşebilir. Diğer taraftan, heyecan arayışı, daha önceki yapılan araştırmalarda, düşük düzeyde stres algısı ve bunun sonucu yüksek düzeyde iyilik hali (Smith ve diğerleri, 1992), dışadönüklük (Costa ve McCrae, 1992) ve benlik saygısı (Baird, 1981) ile ilişkilendirildiği ve bu değişkenlerinde yaşam doyumunu arttırdığı görülmektedir. Benzer şekilde, bu araştırmada da heyecan arayışının yaşam doyumunu arttırdığı sonucuna ulaşılmaktadır. Özetle, bu araştırmada bu sonucun elde edilmesinin sebebi, heyecan arayışı eğiliminde olan ergenlerin diğerlerine oranla daha düşük düzeyde stres algısına sahip olması, dışadönük ve pozitif benlik algılarının yüksek olması olabilir.

Heyecan arayışı ile kendini gizlemenin ergenlerde yaşam doyumunu yordama düzeyleri karşılaştırıldığında yaşam doyumunu heyecan arayışının pozitif, kendini gizlemenin ise negatif açıdan yordadığı görülmektedir. Bu bulgu, kendini gizleme düzeyi düşük ergenlerin yüksek yaşam doyumuna sahip olduklarını göstermektedir. Araştırmanın bu bulgusunun da daha önceki yapılan araştırma sonuçlarıyla (Finkenauer, Kerkhof, Righetti ve Branje, 2009; Fridlander ve diğerleri, 2012;

Uysal ve diğerleri, 2010; Uysal, Lin, Knee ve Bush, 2012; Uysal, Lin ve Bush, 2012) tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Danielsen, Samdal, Hetland ve Wold (2009), yaşam doyumunun hem sosyal (örn: arkadaş, aile bireyleri ve öğretmenler) hem de bireysel kaynaklardan etkilendiğini belirtmektedir. Bu bakış açısı çerçevesinde, yaşam doyumunu düşük olan bireylerin daha fazla sosyal izolasyon, sosyal ve duygusal yalnızlık yaşadıkları düşünülebilir. Bu bireyler çoğunlukla yalnız kaldıkları için sosyal destek alamamakta ve daha fazla kendini gizleme eğilimi göstermektedirler.

Sosyal destek kuramına göre, sosyal destek, bireyleri stresin olumsuz etkilerinden koruyabilir (Cutrona ve Russell, 1990) ve iyilik halinin önemli bir yordayıcısıdır (Goldfried ve Goldfried, 2001; Peterson, Folkman ve Bakeman, 1996; Vincke ve Bolton, 1994). Kuramın bu görüşünü destekler nitelikte, Beals, Peplau ve Gable'nin (2009) yaptığı bir araştırmada sosyal desteğin kendini gizleme ile iyilik hali arasındaki ilişkide aracılık rolüne sahip olduğu bulunmuştur. Ayrıca, bir diğer araştırmada, kendini gizleme düzeyi yüksek olan ergenlerin sosyal beceri düzeylerinin daha düşük olduğu görülmüştür (Gresham, Elliott, Vance ve Cook, 2011). Bu bağlamda, sosyal destek alan, kişilerarası ilişkileri iyi olan ve sosyal aktivitelere katılan ergenlerin yaşam doyumları daha yüksek olmaktadır. Yaşam doyumunu heyecan arayışının olumlu, kendini gizlemenin ise olumsuz açıdan yordamasının sebebi, ergenlerin heyecan arayışı aktiviteleri içinde sosyal destek görmelerinden, akranları ile etkileşim içine girmelerinden ve eğlenceli bir sosyal aktivite gerçekleştirmelerinden dolayı olabilir.

Bu araştırma bulguları heyecan arayışı, kendini gizleme ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkilerin araştırılacağı gelecekte yapılacak araştırmalara yol gösterici niteliğe sahiptir. Çünkü alanyazındaki daha önceden yapılmış araştırmalar incelendiğinde, ergenlik döneminde aşırı yüksek olan ve yetişkinlik döneminde düşen (Romer, 2010), heyecan arayışı değişkeni olumsuz açıdan ele alınmış bir değişken olduğu görülmektedir. Fakat, toplumda bazı ihtiyaçların karşılanabilmesi için savaşı ve kaşif gibi spesifik rollere sahip bireylere ihtiyaç duyulmaktadır. Bu bireylerin özellikleri incelendiğinde heyecan arayışı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülebilir (Zuckerman, 1994). Bu nedenle bu araştırma, heyecan arayışının ergenlere ve onların yaşam doyumuna olumlu katkıları ele alındığı için heyecan arayışının farklı açılardan ele alınması adına önemli bir adım sayılabilir. Heyecan arayışının ergenlerin özgüvenlerinin artması, beyin gelişiminin gerçekleşmesi ve olgunlaşmaları (Romer, 2010), akranları ile sosyal etkileşime geçebilmeleri (Yanovitzky, 2005) ve sosyal ve fiziksel yeteneklerinin gelişmesi için de önemli bir faktör olduğu belirtilmektedir. Ayrıca, ergenlerin heyecan arayışı amacıyla gerçekleştirdikleri aktiviteleri aracılığı ile yaşam doyumları, iyilik hali ve mutluluk düzeyleri artarken sosyal etkileşimler aracılığı ile de kendini gizleme düzeyleri azalabilir. Bu yüzden heyecan arayışı ile ilgili gelecekte yapılacak araştırmalarda sosyal destek ve yakın ilişki gibi değişkenlere odaklanılabilir. Diğer taraftan, heyecan arayışının olumlu etkilerinin yanında olumsuz etkileri de olabilir ve yaşanan bazı riskli deneyimlerden dolayı ergenlerin sağlıklı gelişmeleri olumsuz etkilebilir (Örn. Madde ve alkol kullanımı, kontrolsüz cinsel deneyimler ve kontrolsüz araç kullanımının getirebileceği olumsuz sonuçlar gibi). Bu nedenle, ergenlerde heyecan arayışı düzeyinin dengede tutulması daha faydalı olabilir.

Araştırmanın alanyazına önemli katkılar sağlayabilecek bulgularının yanında bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Önemli sınırlılıklarından biri, çalışma grubunun küçüklüğü ve diğer özellikleridir. Araştırmanın çalışma grubu sadece 6, 7, ve 8. sınıfta İstanbul'da okuyan 403 ergenden oluşmaktadır. Ayrıca, bireylerin kendilerini değerlendirebilmelerine yönelik ölçme araçları ile veriler toplanmıştır. Bu nedenle gelecekte yapılacak araştırmalarda, araştırmanın verileri yaş aralığı daha fazla olan ve toplumun farklı alt kültürlerini de kapsayacak şekilde oluşturulacak çalışma grubundan toplanması bu araştırmanın geliştirilmesine önemli katkılar sağlayabilir. Bu araştırmanın sonuçları doğrultusunda, ergenlerin sağlıklı gelişmelerini sürdürmeleri ve yaşam doyumlarının artırılması için heyecan arayışı ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri aktiviteler (Örn. Merak ve keşfetme ihtiyaçlarına yönelik aktiviteler ve spor aktiviteleri) konusunda bilgilendirilmeleri oldukça önemlidir. Kashdan, Rose ve Fincham (2004) ergenlerin heyecan arayışı ve merak ve keşfetme düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmektedir. Ergenlerin heyecan arayışı aktivitelerinin önemli belirleyicilerinden biri merak ve keşfetme ihtiyaçları olabilir. Bu nedenle gelecekte heyecan arayışı ile ilgili yapılacak araştırmalarda merak ve keşfetme ile heyecan arayışı değişkeni arasındaki ilişkiler de araştırılabilir.

Kaynakça

- Baird, J. G. (1981). The brighter side of deviance: Implications from a study of need for uniqueness and sensation-seeking. *Psychological Reports, 49*, 1007-1008.
- Barry, D. T. ve Mizrahi, T. C. (2005). Guarded self-disclosure predicts psychological distress and willingness to use psychological services among East Asian immigrants in the United States. *Journal of Nervous and Mental Disease, 193*, 535-539. doi:10.1097/01.named.0000172642.23147.23
- Beals, K. P., Peplau, L. A. ve Gable, S. L. (2009). Stigma management and well-being: The role of perceived social support, emotional processing, and suppression. *Personality and Social Psychology Bulletin, 35*(7), 867-879.
- Beutel, M. E., Glaesmer, H., Wiltink, J., Marian, H. ve Braehler, E. (2010). Life satisfaction, anxiety, depression and resilience across the life span of men. *The Aging Male, 13*(1), 32-39.
- Blood, G. W., Blood, I. M., Tramontana, G. M., Sylvia, A. J., Boyle, M. P. ve Motzoko, G. R. (2011). Self-reported experience of bullying of students who stutter: Relations with life satisfaction, life orientation, and self-esteem. *Perceptual and Motor Skills, 113*(2), 353-364.
- Brantley, A., Huebner, E. S. ve Nagle, R. J. (2002). Multidimensional life satisfaction reports of adolescents with mild mental disabilities. *Mental Retardation, 40*(4), 321-329.
- Carton, S., Jouvent, R. ve Widlöcher, D. (1992). Cross-cultural validity of the Sensation Seeking Scale. Development of a French abbreviated form. *European Psychiatry, 7*, 225-234.
- Cepeda-Benito, A. ve Short, P. (1998). Self-concealment, avoidance of psychological services, and perceived likelihood of seeking Professional help. *Journal of Counseling Psychology, 45*, 58-64. doi:10.1037/0022-0167.45.1.58
- Chambers, R. A., Taylor, J. R. ve Potenza, M. N. (2003). Developmental Neurocircuitry of Motivation in Adolescence: A Critical Period of Addiction Vulnerability. *The American Journal of Psychiatry, 160*(6), 1041-1052.
- Comeau, N., Stewart, S. H. ve Loba, P. (2001). The relations of trait anxiety, anxiety sensitivity, and sensation seeking to adolescents' motivations for alcohol, cigarette, and marijuana use. *Addictive behaviors, 26*(6), 803-825.
- Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1992). *NEO-PI-R: Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R)*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Cutrona, C. E. ve Russell, D. (1990). Type of social support and specific stress: Toward a theory of optimal matching. I. G. Sarason, B. R. Sarason ve G. R. Pierce (Ed.), *Social support: An interactional view* içinde (s. 319-366). New York: Wiley.
- Çelik, E. (2014). Self-oriented perfectionism and self-assessment as predictors of adolescents' subjective well-being. *Educational Research and Reviews, 9*(12), 356-361.
- Çelik, E., Arıcı Özcan, N. ve Turan, M. E. (2014). The perception of school inefficacy, social prescribed perfectionism and self-appraisal as predictors of adolescents' life satisfaction. *Journal of Theory and Practice in Education, 10*(4), 1143-1155.
- Çelik, E., Turan, M. E. ve Güngör, H. (9-12 Nisan, 2014). Kısa Heyecan Arayışı Ölçeği: Ölçek uyarlama, güvenirlik ve geçerlik çalışması. 18. *Ulusal Psikoloji Kongresi'*nde sunulan bildiri, Bursa.
- Danielsen, A. G., Samdal, O., Hetland, J. ve Wold, B. (2009). School-related social support and students' perceived life satisfaction. *The Journal of Educational Research, 102*(4), 303-320.
- Deniz, M. ve Çok, F. (2010). Psychometric properties and adaptation of the Self-Concealment Scale to the Turkish adolescents. *Elementary Education Online, 9*(1), 424-432.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment, 49*(1), 71-75.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin, 125*, 276-302.

- Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Doğan U. ve Çelik, E. (2014). Examining the factors contributing to students' life satisfaction. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 14(6), 1-8.
- Durak, M., Şenol-Durak, E. ve Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale among Turkish university students, correctional officers, and elderly adults. *Social Indicators Research*, 99(3), 413-429.
- Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D. ve Story, M. (2003). Associations of weight-based teasing and emotional well-being among adolescents. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 157(8), 733-738.
- Emmons, R. A. ve Diener, E. (1985). Personality correlates of subjective well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 11, 89-97.
- Finkenauer, C., Engels, R. C. ve Meeus, W. (2002). Keeping secrets from parents: Advantages and disadvantages of secrecy in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 31(2), 123-136.
- Finkenauer, C., Kerkhof, P., Righetti, F. ve Branje, S. (2009). Living together apart: Perceived concealment as a signal of exclusion in marital relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin Retrieved*, 10, 35.
- Flynn, B., Schroeder, R. ve Sakakibara, S. (1994). A framework for quality management research and an associated measurement instrument. *Journal of Operations Management*, 11, 339-366.
- Frey, B. S. ve Stutzer, A. (2001). *Happiness and economics: How the economy and institutions affect human well-being*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Fridlander, A., Nazem, S., Fiske, A., Nadorff, M. R. ve Smith, M. D. (2012). Self-concealment and suicidal behaviors. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 42(3), 332-340.
- Frijns, T., Finkenauer, C., Vermulst, A. A. ve Engels, R. C. (2005). Keeping secrets from parents: Longitudinal associations of secrecy in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(2), 137-148.
- Frijns, T., Finkenauer, C. ve Keijsers, L. (2013). Shared secrets versus secrets kept private are linked to better adolescent adjustment. *Journal of Adolescence*, 36(1), 55-64.
- Frisch, M. B. (2006). *Quality of life therapy: Applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy*. New York, NY: John Wiley & Sons, Ltd.
- Goldfried, M. R. ve Goldfried, A. P. (2001). The importance of parental support in the lives of gay, lesbian, and bisexual individuals. *Journal of Clinical Psychology*, 57(5), 681-693.
- Greene, K. ve Banerjee, S. C. (2008). Adolescents' responses to peer smoking offers: The role of sensation seeking and self-esteem. *Journal of Health Communication: International Perspectives*, 13(3), 267-286, doi:10.1080/10810730801985350.
- Gresham, F. M., Elliott, S. N., Vance, M. J. ve Cook, C. R. (2011). Comparability of the social skills rating system to the social skills improvement System: Content and psychometric comparisons across elementary and secondary age levels. *School Psychology Quarterly*, 26, 27-44.
- Gross, E. F., Juvonen, J. ve Gable, S. L. (2002). Internet use and well-being in adolescence. *Journal of social issues*, 58(1), 75-90.
- Heller, D., Watson, D. ve Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: a critical examination. *Psychological bulletin*, 130(4), 574.
- Holmbeck, G. N. (2002). Post-hoc probing of significant moderational and mediational effects in studies of pediatric populations. *Journal of Pediatric Psychology*, 27, 87-96.
- Hong, S. M. ve Giannakopoulos, E. (1994). The relationship of satisfaction with life to personality characteristics. *The Journal of Psychology*, 128, 547.
- Hu, X., Wang, Y. ve Wu, C. (2013). Acceptance concern and life satisfaction for chinese LGBs: The mediating role of self-concealment. *Soc Indic Res*, 114, 687-701. doi:10.1007/s11205-012-0168-8

- Kahn, J. H. ve Hessling, R. M. (2001). Measuring the tendency to conceal versus disclose psychological distress. *Journal of Social and Clinical Psychology, 20*, 41-65.
- Karasar, N. (2006). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.
- Kashdan, T. B., Rose, P. ve Fincham, F. D. (2004). Curiosity and exploration: Facilitating positive subjective experiences and personal growth opportunities. *Journal of Personality Assessment, 82*, 291-305.
- Kelly, A. E. (1998). Clients' secret keeping in outpatient therapy. *Journal of Counseling Psychology, 45*, 50-57.
- Kelly, A. E. ve Yip, J. J. (2006). Is keeping a secret or being a secretive person linked to psychological symptoms? *Journal of Personality, 74*, 1349-1370.
- Larson, D. G. ve Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement, and health implications. *Journal of Social and Clinical Psychology, 9*(4), 439-455.
- LeBreton, J. M., Ployhart, R. E. ve Ladd, R. T. (2004). A Monte Carlo comparison of relative importance methodologies. *Organizational Research Methods, 7*(3), 258-282. doi:10.1177/1094428104266017
- Leung, J. P. ve Zhang, L. W. (2000). Modelling life satisfaction of Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Behavioral Development, 24*(1), 99- 104. doi:10.1080/016502500383520
- Lewinsohn, P., Redner, J. ve Seeley, J. (1991). The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New perspectives. F. Strack, M. Argyle ve N. Schwartz (Ed.), *Subjective well-being* içinde (s. 141-169). New York: Plenum Press.
- Lucas, R. E., Diener, E. ve Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 616-628.
- Malinauskas, R., Dumciene, A. ve Lapeniene, D. (2014). Social skills and life satisfaction of lithuanian first- and senior-year university students social. *Behavior and Personality, 42*(2), 285-294.
- Masuda, A., Anderson, P. L. ve Sheehan, S. T. (2009). Mindfulness and mental health among African American college students. *Journal of Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine, 14*, 115-127.
- Masuda, A., Boone, M. S. ve Timko, C. A. (2011). The role of psychological flexibility in the relationship between self-concealment and disordered eating symptoms. *Eating behaviors, 12*(2), 131-135.
- Masuda, A. ve Latzman, R. D. (2012). Psychological flexibility and self-concealment as predictors of disordered eating symptoms. *Journal of Contextual Behavioral Science, 1*, 49-54.
- Oishi, S., Schimmack, U. ve Colcombe, S. J. (2003). The contextual and systematic nature of life satisfaction judgments. *Journal of Experimental Social Psychology, 39*(3), 232-247.
- Palmgreen, P., Donohew, L., Lorch, E. P., Hoyle, R. H. ve Stephenson, M. T. (2001). Television campaigns and adolescent marijuana use: tests of sensation seeking targeting. *American Journal of Public Health, 91*(2), 292.
- Park, N. (2004). The role of subjective well-being in positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 591*(1), 25-39.
- Pavot, W. ve Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *Journal of Positive Psychology, 3*, 137-152.
- Peterson, J. L., Folkman, S. ve Bakeman, R. (1996). Stress, coping, HIV status, psychosocial resources, and depressive mood in African American gay, bisexual, and heterosexual men. *American Journal of Community Psychology, 24*(4), 461-487.
- Potoczniak, D. J., Aldea, M. A. ve DeBlaere, C. (2007). Ego identity, social anxiety, social support, and self-concealment in lesbian, gay, and bisexual individuals. *Journal of Counseling Psychology, 54*, 447-457.

- Raine, A., Brennan, P. A. ve Mednick, S. A. (1997). Interaction between birth complications and early maternal rejection in predisposing to adult violence: Specificity to serious, early onset violence. *American Journal of Psychiatry*, 154, 1265-1271.
- Renfro, A. G., Antoine, K. ve Lawson, A. L. (2013). Sensation seeking influences on memory of positive events. *North American Journal of Psychology*, 15(3), 609-622.
- Romer, D. (2010). Adolescent risk taking, impulsivity, and brain development: Implications for prevention. *Developmental Psychobiology*, 52(3), 263-276. doi:10.1002/dev.20442.
- Smith, R. E., Ptacek, J. T. ve Smoll, F. L. (1992). Sensation seeking, stress and adolescent injuries: A test of stress buffering, risk-taking, and coping skills hypotheses. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1016-1024.
- Stegman, S. (2011). *The Relation Between Sensation Seeking and Life Satisfaction* (Yayınlanmamış doktora tezi). Fort Hays State University.
- Stephenson, M. T., Hoyle, R. H., Palmgreen, P. ve Slater, M. D. (2003). Brief measures of sensation seeking for screening and large-scale surveys. *Drug and alcohol dependence*, 72(3), 279-286.
- Stephenson, M. T. ve Southwell, B. G. (2006). Sensation seeking, the activation model, and mass media health campaigns: current findings and future directions for cancer communication. *Journal of Communication*, 56(Suppl), S38-S56.
- Sun, R. C. ve Shek, D. T. (2010). Life satisfaction, positive youth development, and problem behaviour among Chinese adolescents in Hong Kong. *Social Indicators Research*, 95(3), 455-474.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Uysal, A., Lin, H. L. ve Knee, C. R. (2010). The role of need satisfaction in self-concealment and wellbeing. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(2), 187-199.
- Uysal, A., Lin, H. L. ve Bush, A. L. (2012). The reciprocal cycle of self-concealment and trust in romantic relationships. *European Journal of Social Psychology*, 42, 844-851. doi:10.1002/ejsp.1904
- Uysal, A., Lin, H. L., Knee, C. R. ve Bush, A. L. (2012). The association between self-concealment from one's partner and relationship well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(1), 39-51. doi:10.1177/0146167211429331
- Valois, R. F., Zullig, K. J., Huebner, E. S. ve Drane, J. W. (2001). Relationship between life satisfaction and violent behaviors among adolescents. *American Journal of Health Behavior*, 25(4), 353-366.
- Vincke, J. ve Bolton, R. (1994). Social support, depression, and self-acceptance among gay men. *Human Relations*, 47(9), 1049-1062.
- Wang, J., Qi, L. ve Cui, L. (2014). The mediating effect of personality traits on the relationship between self-concealment and subjective well-being. *Social Behavior and Personality*, 42(4), 695-704.
- Wismeijer, A. ve van Assen, M. (2008). Do neuroticism and extraversion explain the negative association between self-concealment and subjective well-being? *Personality and Individual Differences*, 45, 345-349.
- Yanovitzky, I. (2005). Sensation seeking and adolescent drug use: The mediating role of association with deviant peers and pro-drug discussions. *Health Communication*, 17(1), 67-89.
- Zuckerman, M. (1990). The psychophysiology of sensation seeking. *Journal of Personality*, 58(1), 313-345.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*. Cambridge university press.
- Zuckerman, M. (2007). *Sensation seeking and risky behavior*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Zullig, K. J., Valois, R. F., Huebner, E. S., Oeltmann, J. E. ve Drane, W. J. (2001). Relationship between perceived life satisfaction and adolescent substance abuse. *Journal of Adolescent Health*, 29, 279-288.