



## UMUDUN YAŞAM DOYUMU VE OLUMLU GELECEK BEKLENTİSİ ÜZERİNE ETKİSİ THE EFFECT OF HOPE ON LIFE SATISFACTION AND POSITIVE FUTURE EXPECTATION

Gaye ATİLLA<sup>1</sup>, Gizem YILDIRIM<sup>2</sup>



1. Doç. Dr., Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, gayeatilla@sdu.edu.tr, <https://orcid.org/0000-0003-1421-917X>
2. Doktora Öğrenci, Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Ana Bilim Dalı, Yönetim ve Organizasyon, yldrmgizeem@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0002-0601-7036>

**Makale Türü** Araştırma Makalesi  
**Article Type** Research Article

**Başvuru Tarihi** 02.04.2022  
**Application Date** 04.02.2022

**Yayına Kabul Tarihi** 13.03.2023  
**Admission Date** 03.13.2023

**DOI**  
<https://doi.org/10.30798/makuiibf.1097548>

### Öz

Araştırmada, tekstil çalışanlarında umudun, yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi üzerinde etkisinin olup olmadığının saptanması amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 170 tekstil çalışanı oluşturmaktadır. Araştırmada anket tekniği kullanılmış, verilerin analizinde ise doğrulayıcı faktör analizi, betimleyici istatistikler, korelasyon ve regresyon analizleri uygulanmıştır. Değişkenler arası ilişkiler Aşağıdan Yukarıya ve Yukarıdan Aşağıya ve Pozitif Psikoloji Kuramları kapsamında açıklanmıştır. Ayrıca ulusal ve uluslararası literatür incelendiğinde bu değişkenlerin bir arada incelendiği başka çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle elde edilen bulguların, iş ortamında bireysel ve örgütsel çıktılar arasındaki ilişkilere dair elde edilecek olan sonuçların alan yazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırma bulgularına göre, umudun alt boyutlarından olan eyleyici düşüncenin yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi üzerinde anlamlı etkileri olduğu tespit edilmiş olup tüm bulgular daha önce yapılan araştırma sonuçları kapsamında tartışılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** *Umut, Yaşam Doyumu, Olumlu Gelecek Beklentisi.*

### Abstract

In the study, it was aimed to determine whether the hope has an effect on life satisfaction and positive future expectation. The sample of the research consists of 170 textile workers. Questionnaire technique was used in the research, and confirmatory factor analysis, descriptive statistics, correlation and regression analyzes were applied in the analysis of the data. Relationships between variables are explained in the context of Bottom-Up and Top-Down and Positive Psychology Theories. In addition, when the national and international literature was examined, no other study were found in which these variables were examined together. For this reason, it is thought that the findings obtained and the results to be reached regarding the relationships between individual and organizational outputs in the business environment will make significant contributions to the literature. According to the research findings, it has been determined that agency thinking, which is one of the sub-dimensions of hope, has significant effects on life satisfaction and positive future expectation, and all findings are discussed within the scope of previous research results.

**Keywords:** *Hope, Life Satisfaction, Positive Future Expectation.*

## **EXTENDED SUMMARY**

### **Research Problem**

The aim of this research is to determine the effect of hope levels of textile workers on life satisfaction and positive future expectation.

### **Research Questions**

Is there a relationship between life satisfaction, positive future expectation and hope? Does the level of hope have an effect on life satisfaction and positive future expectation?

### **Literature Review**

Examining the relationship between hope and life satisfaction in the literature there are many studies. Many other studies can be found showing the relationship between hope and positive future expectation. No other study was found that examined the relationship between these three variables. From this point of view, the possibility that hope may also have an effect on positive future expectation comes to mind. Therefore, in this study, the effect of textile workers' hopes on their life satisfaction and positive future expectations was evaluated. It is thought that the results to be obtained on the systems between both individual and organizational outputs in working life will make significant contributions to the literature.

### **Methodology**

The universe of the research consists of 270 personnel working in a textile factory in Sinop. Within this sample, all personnel were asked to fill out the questionnaires on a voluntary basis. The sample consisted of questionnaires filled by 170 personnel. Three different scales consisting of a total of 22 items were used in the study. In addition, there are 8 questions to determine the demographic characteristics of textile workers. Information on data collection tools is presented below. Data analyses were performed using SPSS 26 and AMOS 24 statistical programs. For structural validity of the scales used in this study, "Confirmatory Factor Analysis (CFA)" was performed with the AMOS program. "Cronbach Alpha" coefficients were examined for determining the reliability of the scales. Correlation analysis was used to determine the relationship between variables, regression analysis was used to test the effect hypotheses.

### **Results and Conclusions**

According to the results of the analysis carried out to determine the relationships between the variables, it was determined that there is a relationship between life satisfaction, positive future expectation and hope. In this study, the effects of hope and its sub-dimensions on both life satisfaction and positive future expectation were investigated. According to the findings, it was seen that the thought of alternative ways, which is one of the sub-dimensions of hope, did not have any effect on life satisfaction and positive future expectation. It has been determined that the idea of the agent has a significant effect on life satisfaction and positive future expectation.

## 1. GİRİŞ

Umut, bireylerin arzu ettikleri hedeflere ulaşmalarını sağlayacak yollar aramak ve bu yolları bulmaktır (Snyder, 2002). Frank (1968) umudu, bireylere mutluluk duygusu vererek harekete geçmeye motive eden bir özellik olarak ifade etmektedir. Fromm (1995) umut düzeyleri yüksek güçlü olan kişilerin, yeni hayatlarının tüm işaretlerini görerek bundan sevinç duyduklarını ve aynı zamanda var olmaya hazır olan şeylerin oluşmasına yardımcı olmak için de hazır bulduklarını ileri sürmektedir.

Kişinin yaşamına ilişkin genel bilişsel yargısı (Diener vd., 1985) ya da yaşam kalitesinin öznel bir bileşeni (Schalock ve Felce, 2004) olarak da tanımlanan yaşam doyumu, insan varoluşunda nihai bir hedeftir (Diener ve Biswas-Diner, 2008). Yaşam doyumu hem birey hem de örgüt için arzu edilen bir gayedir. Bu nedenle, çalışma koşullarının ve kişinin işine ve kariyerine ilişkin öznel deneyiminin bireyin yaşam doyumunu nasıl etkilediğini bilmek önemlidir (Hagmaier vd., 2018).

İnsan beklentileri, gelecekte neler olabileceğini anlamak için geçmiş deneyimlere dayanmaktadır (Seginer, 2003). Gelecek beklentisi, kişilerin gelecekle alakalı düşünce, ilgi ve kaygılarını içeren bilişsel haritalardır (Beltekin ve Kuyulu, 2020). Geleceğe ilişkin temel bir inanç olarak kabul edilen bu kavram, bazı davranışları teşvik ederken ve bazılarını ise engelleyebilmektedir (Verdugo vd., 2018).

Son dönemlerde yürütülen araştırmalar umudun birçok önemli psikolojik durumları karşıladığını ifade etmektedir. İlk olarak umut, iyi olma duygusunu veren ve kişiyi harekete geçiren bir özelliktir (Frank, 1968). İkinci olarak umut, yaşamın içgüdüsel bir ögesidir (Miller, 1985). Üçüncü olarak ise umut var olduğunda kapsamlı bir alana yönelik genel bir beklenti kastedilmektedir. Genel beklenti hali olumlu veya olumsuz olabiliyorken, umut söz konusu olduğunda daha çok olumlu beklenti halinden söz edilebilmektedir (Akman ve Korkut, 1993). Böyle bir bakış açısından yola çıkılarak, umudun hem bireysel hem de örgütsel bağlamda nasıl sunulabileceğini gösteren birçok çalışma gerçekleştirilmiştir (Yam ve Kumcağız, 2020; Marques vd., 2013; Çalışkan, 2021; Schmid vd., 2011). Bu çalışmalar aynı zamanda umudun örgüt ortamında paylaşılan ve birlikte oluşturulan dominant ve sosyal bir duygu olduğunu, sadece bireysel anlamda değil hem diğer kişilerle yaşanabileceğini hem de örgütsel olarak çoğalabileceğini öne sürmektedir.

Bu çalışmada, tekstil sektöründe çalışanların umut, yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve umudun yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etkinin ortaya konması amaçlanmaktadır. Yapılan açıklamalar bağlamında çalışmada ilk olarak değişkenler arasındaki ilişkiler araştırılmış, bu değişkenler arası ilişkiler Aşağıdan Yukarıya ve Yukarıdan Aşağıya ve Pozitif Psikoloji Kuramları kapsamında açıklanmaya çalışılmıştır. İkinci aşamada değişkenler arası ilişkide, yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etkisi saptanmaya çalışılmıştır. Ulusal ve uluslararası literatür incelendiğinde bu değişkenlerin bir arada incelendiği başka

çalışmalara rastlanmamıştır. Bu kapsamda iş yaşamında hem bireysel hem de örgütsel çıktılar arasındaki dizgelere dair elde edilecek sonuçların alan yazına mühim katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bunlardan ilki, birçok araştırmada umut yaşam doyumunun oluşmasında daimi bir rol üstlenmiştir. Bu ilişki ve etki hali, umut ve yaşam doyumu arasında kuramsal anlamda sağlam bir görüntü çizmektedir. İkincisi, umut olumlu gelecek beklentisi gibi psikolojik davranışlar üzerinden çalışanların bireysel, grupsal ve örgütsel düzeyde olmak üzere örgüt içi davranma süreçlerini anlamak için önem arz etmektedir. Son olarak ise araştırma umudun çalışan psikolojisi kaynaklarına ve sonuçlarına odaklanmaktadır. Böylece bu çalışma sonraki kuramsal çalışmalara hem bir dayanak oluşturacak hem de umudun bir sonucu olarak yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisini tanımlayacaktır. Dolayısıyla bu araştırma yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisinin umudun bir sonuç değişkeni olduğunu saptayan çalışmalara bir kanıt daha oluşturabilecektir.

## 2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu başlık altında araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerin kavramsal açıklamaları yapılmış, değişkenler arasındaki ilişkilerden bahsedilerek araştırma hipotezleri ve modeli oluşturulmuştur.

### 2.1. Umut

Snyder'e (1995) göre umut, geçmişten günümüze insanoğlunun hayatta kalmasını sağlayan, iyilik halini güçlendiren ve ruh sağlığını destekleyen süreçlerde aktif olarak kullanılan bir kavramdır. Staats ve Stassen'e (1985) göre ise olumlu gelecek beklentilerinin olumsuz gelecek beklentileri üzerinde hâkim olmasıdır. Umut, kişinin özel hayatındaki olay ve gidişatlarla ilişkili olumlu sonuçlar alma olasılığına dayalı duygusal inançlarıdır (Hope, 2009). Umut, geçmişten günümüze bireylerin hayatta kalmasını sağlamak, iyilik halini artırmak ve ruh sağlığını desteklemek için aktif olarak kullanılan bir kavramdır. Yüksek düzeyde umut, fiziksel sağlığın ve tam işlevselliğin bir işareti olarak görülürken, düşük düzeyde umut, kişisel sıkıntılara dair bir işaret olarak algılanmaktadır (Martin, 2007).

Pope (2006), "An Essay on Man"de umudun ebedi olduğunu vurgulamaktadır. Pope'a göre umut hedefe ulaşmak için kişisel sorumluluk duygusunu ima eden, motive edici ve duygusal bir durumdur (Ai vd., 2004). Gelecekteki önemli amaçlara odaklanmayı temsil eden umut (Bronk vd., 2009), kişinin hedeflerine ulaşabileceği algısıdır (Farber, 1968). Umutlu düşünmenin odak noktası, kişinin hedeflerine ulaşmak için gereken uygulanabilir planları üretme konusundaki genel yeteneğinin öz analizine yoğunlaşmasıdır. Buradaki önemli kıstas, bireyin bir eylemi gerçekleştirme kapasitesini değerlendirme biçiminde yatmaktadır. Bu kısımda devreye yeterlik beklentisi girmektedir. Bu beklenti, kişinin etkili bir şekilde hareket edebileceğine dair algısını yansıtmaktadır, tıpkı umutta olduğu gibi (Magaletta ve Oliver, 1999).

Snyder vd.'e (1991) göre umut iki boyutlu bir kavramdır. Umudun ilk boyutu “hedefi elde etmeyi isteme ve hedefi elde edebilmek için kendisinde güç hissetme” olarak tanımlanırken, bu boyut “agency” olarak adlandırılmıştır. “Pathways” olarak isimlendirilen ikinci boyut ise “hedefi elde edebilmek için yollar bulabilme becerisi” olarak tanımlanmıştır. Bu iki boyut ele alındığında umut “hedefe ulaşabileceğine yönelik karar verme ve hedefe ulaşabilecek yolları planlamaya ilişkin duygulardan türeyen bilişsel bir yapı” olarak tanımlanmaktadır.

## 2.2. Yaşam Doyumu

Bireyin yaşamını değerlendirmesiyle ortaya çıkan kişisel durumu ifade eden yaşam doyumu, hem tepki hem de tutum şeklinde değerlendirilmekte, bireyin iş dışındaki yaşamı hakkında genel duygusal tepki şeklinde tanımlanabileceği gibi bireyin hayata karşı tutumu şeklinde de ifade edilebilmektedir (Karabacak, 2013). Bu kavramın bir parçası olan doyum; umutların, ihtiyaçların, isteklerin tazmin edilmesidir. Çoğunlukla kişinin bütün yaşamını ve yaşamına ait boyutlarını içeren yaşam doyumu denildiğinde, belirli bir duruma ilişkin doyum değil, genel olarak tüm yaşantılarındaki doyum anlaşılmakta ve mutluluk, moral gibi değişik açılardan iyi olma hali şeklinde tanımlanmaktadır (Vara, 1999; aktaran Avşaroğlu vd., 2005).

Yaşam doyumu genellikle bireyin bütün hayatını ve bu hayatın farklı boyutlarını içermektedir. Yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, din, evlilik, sağlık, iş yaşamı, ekonomik durum, sosyal destek ve çevresel koşullar gibi birçok etmenden etkilenmektedir (Özgür vd., 2010). Kişinin yaşam doyumuna pozitif ya da negatif katkısı olan unsurları ortaya koymak gerekmektedir (Ünal vd., 2001). Yaşamdan alınan doyum, insanın kendi yaşamını bütün olarak değerlendirmesidir (Yetim, 1991).

Yaşam doyumunun iki boyutu vardır:

1) *Öznel ve Nesnel Yaşam Doyumu Göstergeleri*; Brülde'e (2007) göre, yaşamın bütünsel bir değerlendirmesi hem öznel hem de nesnel göstergeleri birlikte ele alınmalıdır. Öznel olanlar, kişinin değerlendirmelerine veya isteklerine dayalı olarak refahı belirlemektedir. Öte yandan nesnel göstergelerde, birey farkında olmasa ya da istemese dahi kendisi için nesnel olarak lehine olan şeyleri içermektedir.

2) *Belirlenmiş Mutluluk, Yaşam Koşulları ve İstemli Denetim Alanı*; Seligman (2007), sürekli mutluluğun esas boyutlarını “belirlenmiş mutluluk, yaşam koşulları ve istemli denetim” şeklinde belirlemiştir. Belirlenmiş mutluluk ise; kalıtımla belirlenmiş mutluluk seviyesine işaret etmektedir. Yaşam koşulları; yaş, para, evlilik, toplumsal yaşam, sağlık, eğitim, ırk, cinsiyet, din olarak sıralanmıştır. İstemli denetim alanı ise; mutlulukla ilişkili olarak dış koşullar ve kişilik dışında kalan kişinin kontrolündeki alandır (aktaran Şimşek, 2011).

### 2.3. Olumlu Gelecek Beklentisi

Beklenti, geçmiş tecrübelerle dayanarak gelecekte olabilecekler hakkında birtakım çıkarımlarda bulunmaktır (Tatar, 2005). Seginer'e (2009) göre geleceğe ilişkin beklentiler, yakın veya uzak gelecekte yaşamın çeşitli alanlarına ilişkin planlar, istekler ve korkulardan oluşmaktadır. Souza vd. (2013) için gelecek beklentisi, şimdiki kararları ve davranışları etkilemektedir. Bu nedenle, geleceğe ilişkin bilgi veya inanç ne kadar büyük olursa, şimdiki zamanda daha iyi kararlar alma şansı o kadar artar. Oliveira ve Saldanha (2010) ise gelecek beklentisini, bireylerin geleceklerini ve ulaşmayı arzu ettikleri yaşam hedeflerini algılama biçimi veya bir şeyi başarmaya yönelik bir umut olarak tanımlamaktadırlar. Nurmi (1991), gelecekle ilgili beklentilerin önemini vurgulamıştır çünkü beklentiler karar vermede güçlü birer motivatördür.

Olumlu gelecek beklentisi, belirli bir eylem anlamından ve o eylemin doğasından oluşmaktadır. İnsanlar eylemlerine belli başlı anlamlar yüklemektedir. Bu anlamlar gelecekteki davranışlarını etkilemektedir (Hurn, 1993). Kişilerin geleceğe yönelmelerinin yanında, bu yönelişteki tutumların niteliği de önemli olmaktadır. Bu noktada kişiler, geleceğe olumlu ve olumsuz olarak iki önemli noktadan yönelmektedirler. Olumlu gelecek yönelimine sahip bireyler, gelecek konusunda fazlasıyla iyimserdirler ve geleceğe umutla bakmaktadırlar. Buradan yola çıkarak olumlu gelecek yönelimine sahip olan kişiler, olumsuz yönelime sahip olan kişilere nazaran gelecekteki amaçlarına ulaşma konusunda vazgeçmeksizin çaba göstermektedirler (Eryılmaz, 2011).

İnsanın hayatındaki en önemli ihtiyaçlarından birisi kendi geleceğini planlamasıdır. Bu durum kendi hayatını tasarlamak ve mevcut duruma uygun biçimde kendisine görevler vermekle ilişkilidir. Belirlenen bu görevler aynı zamanda kişinin geleceğe yönelik beklentilerini oluşturmaktadır (Uluçay vd., 2014). Bireylerin gelecek beklentileri ve bu beklentilerin gerçekleşmesine dair umutları hem ruh sağlığı ve yaşamlarından doyum alma düzeylerine etki edebilmekte hem de toplumun değişimini ve gerçekleşen değişimin yönünü belirlemede rol oynayabilmektedir (Yavuzer vd., 2005).

### 2.4. Değişkenler Arası İlişkiler ve Hipotezlerin Kurulması

Yaşam doyumunu, bireyin arzu ettiği ve başarmak istediği hedefleridir. Bu kavram hayatın içindeki birçok faktörle devamlı etkileşimdedir (Erci vd., 2017). İnsanları hedeflerin peşinden gitmeye motive eden, bilinçli içsel deneyimleri yansıtan yaşam doyumunun (Bailey, 2007), değerlendirilmesinde ve tahmin edilmesinde önemli ölçüde dikkat çeken bir yapı olan umut, değerli olarak algılanan bir sonuç karşısında amaca dayalı bilişsel süreçleri içermektedir. Bu yapı gelecekle ilgili, nispeten istikrarlı genel beklentileri temsil etmektedir (Snyder vd., 2000).

Yaşam doyumunu, genel anlamda bireyin hayatından duyduğu memnuniyet derecesiyle ilişkilidir. Yaşama dair algıladığı pozitif duygusal tepkiler olarak da ifade edilebilmektedir (Bakan ve Güler, 2017).

Bu pozitif duygusal tepkiler umut, mutluluk, iyi oluş, iyimserlik, benlik saygısı, öz yeterlik şeklinde söylenebilir (Gülcan ve Nedim Bal, 2014; Yıldız ve Baytemir, 2016; Aydın, 2011).

Yaşam doyumu, aşağıdan yukarıya (*bottom up*) ve yukarıdan aşağıya (*top down*) kuramı kapsamında açıklanabilir. Bu kuram, mutluluğun ve yaşam doyumunun bir durum mu yoksa bir kişilik özelliği mi olduğu konusunda çeşitli görüşleri aksettirmektedir. Aşağıdan yukarıya kuramı, mutluluğun hayatta gerçekleşen olaylarla ilişkili olarak, anlık mutluluk ve acının birleşimi olduğunu ileri süren tümevarım yöntemini göstermektedir. Felsefede atomistik ya da indirgemecilik bakış açısı şeklinde ifade edilen bu yaklaşımda doyum bir durum biçiminde ele alınmaktadır. Öte yandan, yukarıdan aşağıya kuramında ise mutluluğun evrensel bir kişilik özelliği olarak bireyin olaylara tepkisini belirlediğini savunulmaktadır (Diener, 1984). Lance vd. (1995) ise aşağıdan yukarıya ve yukarıdan aşağıya kuramları arasındaki ilişkinin yönünü ve nedenselliğini ele almıştır. Bu kuramlar, genel doyum ve yaşam alanı doyumu olmak üzere iki ölçüm yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Çalışmada genel yaşam doyumu ve yaşam alanlarındaki doyum ölçülmüştür. Aşağıdan yukarıya kuramı, yaşam alanlarındaki doyumun genel yaşam doyumuna fayda sağladığını gösterirken, yukarıdan aşağıya kuramı, yaşam doyumunun genel yaşam doyumunun bir sonucu olduğunu savunmaktadır. İki yönlü bu modelin üçüncü testinde, genel yaşam doyumu ile yaşam alanı doyumu arasında iki yönlü ve karşılıklı nedensel bir ilişkinin var olduğu görülmüştür.

Yaşam doyumu ve umut üzerine yapılan çalışmalar ele alındığında, bu iki değişken arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu, umudun yaşam doyumu üzerinde yordayıcı bir etkisinin olduğu saptanmıştır (Yam ve Kumcağız, 2020; Şen-Baz, 2019; Aydın vd., 2017; Yılmaz, 2017; Güngör ve Avcı, 2017; Marques vd., 2013; Botton vd., 2009; You vd., 2008; Bailey vd., 2007; Valle vd., 2006; Park vd., 2004). Umut düzeyleri yüksek olan bireylerin yaşam doyumları da yüksek olmaktadır. Dolayısıyla yapılan açıklamalar doğrultusunda geliştirilen hipotez aşağıdaki gibidir:

**H<sub>1</sub>:** *Umut yaşam doyumunu pozitif ve anlamlı yönde yordamaktadır.*

**H<sub>1a</sub>:** *Umut boyutlarından alternatif yollar düşüncesi boyutunun yaşam doyumu üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi vardır.*

**H<sub>1b</sub>:** *Umut boyutlarından eyleyici düşünce boyutunun yaşam doyumu üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi vardır.*

Dilimizde umut kavramı geleceğe yönelik olumlu bir beklentiye sahip olmayı çağrıştırmakta (Kemer ve Atik, 2005) ve belirlenen amaca ulaşma olgusunun duygusal bir parçası şeklinde ifade edilmektedir (Romero, 1989). Olumlu gelecek beklentisi ise, insanların gelecekle ilgili görüşlerini, ilgi alanlarını ve endişelerini içeren psikolojik bir yapıdır (Seginer, 2003). Olumlu bir gelecek yönelimine sahip bireyler geleceğe umutla bakmaktadırlar (McLeod ve Byrne, 1996). Umut ve beklentinin benzer özelliklere sahip olduğu düşünülmektedir. Çünkü her iki kavram da gelecekte belirli bir hedefe veya



amaca ulaşma olasılığını tahmin etme yöntemleridir (Wolbert vd., 2018). Yani geleceğe dair beklentileri artan bireylerin umut düzeyleri de artmaktadır.

Umut kavramı Pozitif Psikoloji Kuramı ile ifade edilebilmektedir. İlk kez Maslow tarafından ortaya atılan pozitif psikoloji (Wright, 2003), bireylerin yaşamlarındaki güçlüklerle başa çıkması, hayata bağlılık, haz-doyum ve mutluluk gibi konulara odaklanmaktadır (Weiten vd., 2014). Bu kuram iyi oluş ve mutluluk, rahatlatıcı etkinlikler ve pozitif yönelimler, anlamlı ve olumlu ilişkiler aracılığıyla sosyal sistemlerin geliştirilmesi ve sürdürülmesini hedeflemektedir (Seligman, 2002). Pozitif Psikoloji Kuramı'nda umut, kişilerin istedikleri hedeflere ulaşmasında ve karşılaştığı engelleri aşmasında kritik bir role sahiptir. Edilgen bir kavram olarak algılanmaması gereken umut, beklemekten ziyade eylemde bulunmayı gerektirmektedir (Demirli Yıldız, 2016).

Olumlu gelecek beklentisi ve umut üzerine yapılan çalışmalar ele alındığında, bu iki değişken arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir (Çalışkan, 2021; Şimşek, 2012; Schmid vd., 2011). Yapılan açıklamalar doğrultusunda geliştirilen hipotez aşağıdaki gibidir:

**H<sub>2</sub>:** *Umut olumlu gelecek beklentisini pozitif ve anlamlı yönde yordamaktadır.*

**H<sub>2a</sub>:** *Umut boyutlarından alternatif yollar düşüncesi boyutunun olumlu gelecek beklentisi üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi vardır.*

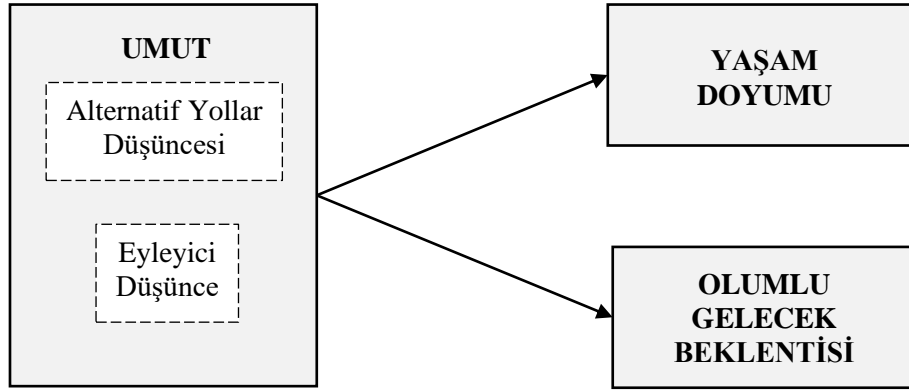
**H<sub>2b</sub>:** *Umut boyutlarından eyleyici düşünce boyutunun olumlu gelecek beklentisi üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi vardır.*

Tüm bu bilgiler göz önüne alındığında, umudun yaşam doyumunu ve olumlu gelecek beklentisinin de umudu artırabileceği söylenmektedir. Ele alınan bu üç değişkenin birbiriyle olan ilişkisinin incelendiği herhangi başka bir araştırmaya rastlanmamıştır. Buradan yola çıkılarak umudun da olumlu gelecek beklentisi üzerinde etkisinin olabileceği ihtimali akla gelmektedir. Bu nedenle, bu araştırmada tekstil çalışanlarının umutlarının, yaşam doyumları ve olumlu gelecek beklentileri üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir.

Yukarıda sunulan hipotezler dahilinde değişkenler arasındaki etkilerin ortaya konulması için geliştirilmiş olan model aşağıdaki gibidir:



Şekil 1. Araştırma Modeli



### 3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Yöntem bölümünde araştırmanın amacı, örneklem, kullanılan ölçekler ve yöntem alt başlıklar halinde sunulmuştur.

#### 3.1. Araştırmanın Amacı

Tekstil çalışanlarının umut düzeylerinin yaşam doymu ve olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etkisinin tespit edilmeye çalışılması bu araştırmanın amacıdır.

#### 3.2. Araştırmanın Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Sinop ilinde faaliyet gösteren bir tekstil fabrikasında çalışan 270 personel oluşturmaktadır. Bütün personelden gönüllülük esasında anketleri doldurmaları istenmiş ve anketleri doldurarak teslim eden personel sayısı 170 olmuştur. Çalışmanın etik izni Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan alınmıştır (27.07.2021, 110/3).

Demografik değişkenlere ait bulgular Tablo 1'de gösterilmektedir.

**Tablo 1.** Demografik Bulgular

		N	%			N	%
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	104	61,2	<b>Kıdem</b>	1 yıl ve altı	15	8,8
	Erkek	66	38,8		2-5 yıl arası	63	37,1
<b>Yaş</b>	19-26	37	21,8		6-9 yıl arası	59	34,7
	27-34	56	32,9		10 yıl ve üzeri	33	19,4
	35-42	50	29,4	<b>Departman</b>	Makine	62	36,5
	43 ve üzeri	27	15,9		Ortacı	26	15,2
<b>Medeni Durum</b>	Evli	112	66,5		Ütücü	36	21,2
	Evli Değil	57	33,5	Kalite Kontrol	17	10,0	

<b>Eğitim Durumu</b>	İlköğretim	93	54,7	<b>Gelir</b>	Paketleme	15	8,8
	Lise	52	30,6		Temizleme	14	8,3
	Ön Lisans	6	3,5		Memnunum	123	72,4
	Lisans	16	9,4		Memnun Değilim	47	27,6
	Diğer	3	1,8		Hiç Umutlu Değil	22	12,9
<b>Genel Durum</b>	Gerileyecek	34	20,0	<b>Gelecek Umudu</b>	Umutlu Değil	31	18,3
	Aynı Seviyede Kalacak	66	38,8		Umutlu	69	40,6
	Gelişecek	70	41,2		Çok Umutlu	48	28,2
<b>Toplam</b>		170	100,0	<b>Toplam</b>		170	100,0

Tablo 1'de görüldüğü üzere katılımcıların %61,2'si kadındır. Çalışanların %66,5'i evli olup, %54,7'si ilköğretim mezunudur. Yaşları 27-34 arasındaki çalışanlar, toplam personelin %32,9'unu oluşturmaktadır. Çalışma süresinde (kıdem) ise katılımcıların yaklaşık %37,1'lik bir çalışan kesimi bu işyerinde 2- 5 yıl arası bu iş yerinde görev yapmaktadır. Çalışanların %36,5'i makine departmanında çalışmaktadır. Bu iş yerinde çalışanların tamamı asgari ücret almaktadır. Katılımcılara yöneltilen “*Aylık gelirinizden memnun musunuz?*” sorusuna % 72,4'ü evet cevabını vermiştir. “*Gelecek 5 yıllık dönemi düşündüğünüzde, genel olarak durumunuzun nasıl olacağını tahmin ediyorsunuz?*” sorusuna % 41,2'si gelişecek cevabını vermiştir. “*Kendi geleceğinizden ne kadar umutlusunuz?*” sorusuna % 40,6'sı umutlu cevabını vermiştir. Bu iş yerindeki çalışanların aylık gelir durumlarından memnun olduğu, gelecek 5 yıllık dönemde ise genel durumlarının gelişeceği yorumu yapılabilir. Çalışanların bu iş yerinde çalıştıkları süre boyunca geleceklerinden umutlu olduğu tespit edilmiştir.

### 3.3. Araştırmada Kullanılan Ölçekler

Araştırmada toplam 22 maddeden meydana gelen üç farklı ölçek kullanılmıştır. Ayrıca tekstil çalışanlarının demografik özelliklerini saptamaya yönelik 8 soru bulunmaktadır. Veri toplama araçlarına dair bilgiler aşağıda sunulmuştur.

**Yaşam Doyumu Ölçeği:** Diener vd. (1985) tarafından geliştirilmiştir. Dağlı ve Baysal (2016) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 5 ifade ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçeği oluşturan maddelerin güvenilirlik 0,88 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğe dair örnek madde şu şekildedir: “*Yaşamımdan memnunum.*”

**Olumlu Gelecek Beklentisi Ölçeği:** İmamoğlu (2001) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek 5 ifade ve tek boyuttan meydana gelmektedir. Ölçeğin güvenilirlik katsayısı, 0,85 olarak tespit edilmiştir. Ölçeğe ait örnek madde şu şekildedir: “*Kişisel geleceğim konusunda oldukça iyimserim.*”

**Umut Ölçeği:** Snyder vd. (1991) tarafından geliştirilmiş olan ölçek, Tarhan ve Bacanlı (2015) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. 12 ifade ve 2 boyuttan oluşmaktadır. “*Alternatif Yollar Düşüncesi*” ve “*Eyleyici Düşünce*” olarak isimlendirilen alt boyutların her biri dörder madde ile ölçülmektedir. Diğer dört madde umutla ilgisi olmayan dolgu maddelerden oluşmaktadır. Bu ölçeğin güvenirlik katsayısı 0,84 olarak saptanmıştır. Ölçeğe ilişkin örnek madde şu şekildedir: “*Geçmiş yaşantılarım beni geleceğe iyi hazırladı.*”

### 3.4. Verilere İlişkin Analizler

Veri analizleri SPSS 26 ve AMOS 24 istatistik programları aracılığıyla yapılmıştır. Bu çalışmada kullanılmış olan ölçeklerin yapısal bakımdan geçerliğini saptamak için AMOS programı ile “*Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA)*” gerçekleştirilmiştir. Ölçeklerin güvenirliklerini belirlemek amacıyla “*Cronbach Alpha*” katsayılarına bakılmıştır. Değişkenler arası ilişkilerin tespit edilmesi için korelasyon, etki hipotezlerini test etmek adına ise çoklu regresyon analizi yapılmıştır.

## 4. BULGULAR

Bulgular başlığı altında ilk olarak çalışmada kullanılmış olan ölçeklerin güvenirlik analizleri yapılmıştır. Daha sonra değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri verilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkilerin açıklanmasıyla hipotezler test edilmiştir.

Tablo 2’de yer alan değerler ölçeklere ait güvenirlik katsayılarını göstermektedir. Bir ölçeğe ait güvenirlik seviyesi ,00-,40 arası ise güvenilir değil, ,40-,60 arası ise güvenirliği düşük, ,60-,80 arası ise oldukça güvenilir ve ,80-1,00 arasında ise yüksek derecede güvenilir biçiminde ifade edilmektedir (Karagöz, 2017). Yaşam doyumu ölçeğinin güvenirlik katsayısı (,85), olumlu gelecek beklentisi ölçeğinin (,85), umut ölçeğinin alt boyutu alternatif yollar düşüncesinin (,83) ve eyleyici düşüncenin (,82) olduğu saptanmıştır. Ölçeklerin tamamı yüksek derecede güvenilir aralığında yer almaktadır.

**Tablo 2.** Ölçeklere İlişkin Güvenirlik Analizi Sonuçları

<i>Değişkenler</i>	
<b>1. Yaşam Doyumu</b>	,85
<b>2. Olumlu Gelecek Beklentisi</b>	,85
<b>3. Umut</b>	
<i>Alternatif Yollar Düşüncesi</i>	,83
<i>Eyleyici Düşünce</i>	,82

Ölçeklerin madde bazında ortalama, standart sapma, çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde madde dağılımları normal olarak değerlendirilmiştir.

**Tablo 3.** Ölçek Maddelerine İlişkin Betimleyici İstatistikler

<i>Yaşam Doymu</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS.</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
YD1	3,841	,993	-,702	-,026
YD2	3,798	1,041	-,796	,206
YD3	3,775	1,144	-,721	-,355
YD4	3,656	1,171	-,797	-,104
YD5	3,600	1,163	-,793	-,089
<i>Olumlu Gelecek Beklentisi</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS.</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
OGB1	2,982	1,378	-,297	-1,301
OGB2	3,752	1,064	-,771	,101
OGB3	3,781	1,005	-,960	,895
OGB4	3,823	1,051	-,847	,347
OGB5	3,787	,943	-,844	,789
<i>Umut</i>	<i>Ort.</i>	<i>SS.</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
U1 (AYD)	3,757	1,046	-,721	,051
U2 (ED)	3,705	1,128	-,948	,275
U3 (AYD)	3,764	1,061	-,926	,522
U4 (AYD)	3,544	1,216	-,744	-,252
U5 (AYD)	3,694	1,146	-,856	,157
U6 (ED)	3,811	1,026	-,977	,800
U7 (ED)	3,800	1,018	-,882	,593
U8 (ED)	3,952	1,025	-1,239	1,418

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine ait analiz sonuçları yukarıdaki tabloda gösterilmektedir. Çarpıklık ve basıklık değerleri ile ilgili Kline (2016), çarpıklık değerinin  $\pm 3$ ; basıklık değerinin ise  $\pm 10$  aralığında olmasının veri setinin normal dağılım gösterdiğine dair belirtisi olarak kabul edilebileceğini, Byrne (2010) basıklık değerinin 5'ten küçük olması durumunda veri setinin normal dağıldığını ifade etmiştir. Buna göre verilerin normal dağılıma uygun olduğu gözlemlenmiştir.

Değişkenlere ilişkin aritmetik ortalamalar ve standart sapmalar verilmiş, değişkenler arasındaki ilişkiler aşağıdaki tabloda verilmiştir.

**Tablo 4.** Betimsel İstatistikler ve Değişkenler Arası İlişkiler

<i>Değişkenler</i>	<i>Ort.</i>	<i>Ss.</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
<i>Yaşam Doymu</i>	3,625	0,629			
<i>Olumlu Gelecek Beklentisi</i>	3,734	0,588	,202**		
<i>Alternatif Yollar Düşüncesi</i>	3,690	0,532	,203**	,228**	
<i>Eyleyici Düşünce</i>	3,817	0,609	,284**	,299**	,344**

$p < ,001$  için \*\*.

Katılımcıların değişkenlere ilişkin vermiş oldukları yanıtların aritmetik ortalamalarına bakıldığında, yaşam doymu düzeyleri 3,62 (SS= ,629) olarak saptanmıştır. Ölçeklere verilebilen en yüksek puanın 5 olduğu bilindiğinden, katılımcıların yaşam doyumlarının yüksek düzeyde olduğu tespit

edilmiştir. Katılımcıların olumlu gelecek beklentisi değişkeninden elde ettikleri ortalama 3,73 (SS= ,588) şeklinde bulunmuştur. Aynı şekilde katılımcıların alternatif yollar düşüncesi ortalamaları 3,69 (SS= ,532) olarak bulunmuştur. Katılımcıların eyleyici düşünce ortalamaları ise 3,81 çıkmıştır. Yani yaşam doyumu, olumlu gelecek beklentisi, alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünce seviyelerinin yüksek düzeylerde olduğu görülmüştür. Tablo 3’te yer alan korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında, yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi arasında pozitif yönlü, anlamlı ve zayıf düzeyde ( $r=,202$ ,  $p<0,001$ ), yine yaşam doyumu ile alternatif yollar düşüncesi arasında pozitif yönlü, anlamlı ve zayıf düzeyde ( $r=,203$ ,  $p<0,001$ ), eyleyici düşünce ile arasında ( $r=,284$ ,  $p<0,001$ ) pozitif yönlü, anlamlı ve zayıf düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yani tekstil çalışanlarının yaşam doyumları arttıkça az da olsa olumlu gelecek beklentilerinin ve umutlarının artacağı yorumu yapılabilir. Tablo 3’te ayrıca olumlu gelecek beklentisi ve alternatif yollar düşüncesi arasında pozitif yönlü, anlamlı ve zayıf düzeyde ( $r=,228$ ,  $p<0,001$ ), eyleyici düşünce ile arasında pozitif yönlü, anlamlı ve zayıf düzeyde ( $r=,299$ ,  $p<0,001$ ) bir ilişki olduğu saptanmıştır. Katılımcıların düşük düzeyde de olsa olumlu gelecek beklentilerinin artması umut düzeylerini artmaktadır.

Araştırma modeli kapsamında oluşturulan hipotezleri test etmeden önce, araştırmada kullanılan değişkenlerin yapısal geçerlikleri DFA yardımıyla gerçekleştirilmiştir. Bu analiz sonucunda tespit edilmiş olan uyum iyiliği değerleri aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

**Tablo 5. Ölçeklerin Uyum İyiliği Değerleri**

	#	$\chi^2/df$	CFI	GFI	AGFI	RMSEA
<i>Yaşam Doyumu</i>	5	3,216	0,549	0,965	0,896	0,115
<i>Yaşam Doyumu</i>	5	1,452	0,926	0,987	0,953	0,052
<i>Olumlu Gelecek Beklentisi</i>	5	3,075	0,879	0,965	0,896	0,111
<i>Olumlu Gelecek Beklentisi</i>	5	2,217	0,943	0,979	0,922	0,085
<i>Umut</i>	8	1,387	0,834	0,962	0,927	0,048

#: Ölçeklere ait madde sayısı

Yapılan ilk analiz sonuçlarında, yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi ölçeklerinin kabul edilebilir uyum iyilik değerleri elde edilememiştir. Modifikasyon değerleri ışığında yaşam doyumu ölçeğindeki iki maddenin (#4 ve #5) hatalarının birleştirildiği iyileştirme sonucuna göre kabul edilebilir uyum iyiliği değerleri (Byrne, 2009; Hu ve Bentler, 1999) elde edilmiştir ( $\chi^2/df= 1.452$ , CFI= ,92, GFI= ,98, AGFI= ,95, RMSEA= ,05). Olumlu gelecek beklentisi ölçeğindeki iki maddenin (#1 ve #2) hatalarının ilişkilendirildiği iyileştirme sonucunda kabul edilebilir uyum iyilik değerlerinin ( $\chi^2/df= 2.217$ , CFI= ,94, GFI= ,97, AGFI= ,92, RMSEA= ,08) olduğu tespit edilmiştir. Son olarak umut ölçeğinin kabul edilebilir uyum iyilik değerleri ( $\chi^2/df= 1.387$  CFI= ,83, GFI= ,96, AGFI= ,92, RMSEA= ,04) görülmüştür. Schaufeli vd. (2017) yeterli uyum indeks değerlerine ulaşabilmek adına aynı madde çiftlerinin hatalarının ilişkilendirilebileceğini söylemektedir.

### 4.3. Etki Hipotezlerine İlişkin Analizler

Etki hipotezlerinin test edilmesi için yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

**Tablo 6.** Değişkenlere İlişkin Etki Analizi Sonuçları

<i>Bağımlı Değişken</i>					
Yaşam Doyumu					
Regresyon Katsayıları					Model İstatistikleri
	B	Standart Hata	$\beta$	Sig	
<i>Bağımsız Değişken</i>					R <sup>2</sup> =,083 F=8,647 t=6,625 **p<0,001
Alternatif Yollar Düşüncesi	,135	,086	,122	,120	
Eyleyici Düşünce	,234	,075	,243	,002	
Olumlu Gelecek Beklentisi					
Alternatif Yollar Düşüncesi	,170	,092	,144	,065	R <sup>2</sup> =,097 F=10,113 t=5,353 **p<0,001
Eyleyici Düşünce	,259	,080	,251	,001	

Umudun alt boyutlarından alternatif yollar düşüncesi boyutunun yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etkisini tespit etmek için kurulan çoklu regresyon modelinin F değeri 8,647'dir. Modelin anlamlılık seviyesi ise p<0,001'dir. Umudun alt boyutlarından eyleyici düşünce boyutunun yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etkisini açıklamak amacıyla oluşturulmuş olan çoklu regresyon modelinin F değeri ise 10,113, modelin anlamlılık seviyesi ise p<0,001'dir. Alternatif yollar düşüncesi ve eyleyici düşünce yaşam doyumunu %8 oranında açıklarken, olumlu gelecek beklentisini ise %10 oranında açıklamaktadır.

Tablo 6'ya göre alternatif yollar düşüncesi, yaşam doyumu ( $\beta$  =,122, p>0,005) ve olumlu gelecek beklentisi ( $\beta$  =,144, p>0,005) üzerinde herhangi bir etkiye sahip değildir. Eyleyici düşüncenin ise yaşam doyumu ( $\beta$  =,243, p<0,005) ve olumlu gelecek beklentisi ( $\beta$  =,251, p<0,005) üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi bulunmaktadır. Eyleyici düşüncedeki bir birimlik artış yaşam doyumunu ,243 birim attırırken, olumlu gelecek beklentisini ,251 birim artırmaktadır. Dolayısıyla H<sub>1a</sub> ve H<sub>2a</sub> hipotezleri desteklenmezken, H<sub>1b</sub> ve H<sub>2b</sub> hipotezleri desteklenmektedir.

## 5. SONUÇ

İnsanları hedeflerin peşinden gitmeye motive eden ve bilinçli içsel hoş deneyimleri yansıtabilen yaşam doyumu (Frisch vd., 2005), kişinin yaşam koşullarını kendisi için belirlediği ve değer verdiği standartlara göre algılamasıdır (Gökkaya vd., 2019). Sosyal iyi oluş modeli, pozitif hissel eğilimlerin yaşam doyumunu iki biçimde etkilediğini ileri sürmektedir. Bunlardan ilki, kişinin kendisini iyi hissederek yaşamı hakkında hoş hissetmesine neden olan doğrudan bir bağlantıdır. İkincisi, bireyin

çevresiyle ilgili destekleyici algıları aracılığıyla yaşamı hakkında iyi hissetmesini sağlayan dolaylı bağlantıdır (Lent vd., 2005). Her iki durumda da bir çok pozitif duygunun yaşam doyumunu üzerinde olumlu bir etkisi olmaktadır. Bu duygulardan özellikle umut, yaşam doyumunun ölçülmesinde çarpıcı etmenlerden birisidir (Şen-Baz, 2019). Geleceğe yönelik olumlu beklentileri içeren umut, bireylerin amaçlarına ulaşabilmesi adına plan yapabilme yeteneğini elinde bulundurmaya anlamına gelmektedir. Aynı zamanda bu planı uygulamak için bir enerjiye sahip olduğu algısını ifade etmektedir (Bailey vd., 2007). Staats'a göre beklentiler ve arzular arasında bir etkileşim görevi gören umut (aktaran Erş, 2017), birey için erişilmesi mümkün olarak kabul edilen hedeflere erişmenin olumlu bir beklentisi şeklinde ifade edilmektedir (Snyder vd., 2006). Umudun, bireyin içindeki doyumunu arttıran önemli bir unsurdur ve olumsuz duyguların oluşmasını engelleyerek olumlu duyguların çoğalmasında katkıda bulunur. Kişilerin, yaşamlarındaki doyuma erişme gücü umut düzeylerinin yüksek olmasıyla mümkündür. Bu sayede yüksek umut sahibi bireylerin hayattan aldıkları doyumun artacağı ve artan doyum ile geleceğe dair olumlu beklentilerinin de çoğalacağı söylenebilmektedir. Bu bağlamda çalışmada, umudun, yaşam doyumunu ve olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etki rolü irdelenmiştir.

Çalışmada öncelikli olarak değişkenlere dair aritmetik ortalamalar incelenmiştir. Umudun alt boyutlarının, yaşam doyumunun ve olumlu gelecek beklentisinin yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Değişkenler arası ilişkilerin saptanması için gerçekleştirilen korelasyon analizi sonuçlarına göre, yaşam doyumunu ve olumlu gelecek beklentisi arasında pozitif yönde anlamlı ve zayıf düzeyde, yine yaşam doyumunu ile umudun alt boyutlarından alternatif yollar düşüncesi arasında pozitif yönde anlamlı ve zayıf düzeyde, umudun alt boyutlarından eyleyici düşünce ile arasında pozitif yönde anlamlı ve zayıf düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yani tekstil çalışanlarının yaşam doyumları arttıkça az da olsa olumlu gelecek beklentilerinin ve umutlarının artacağı söylenebilir. Olumlu gelecek beklentisi ve alternatif yollar düşüncesi arasındaki ilişkiye bakıldığında pozitif yönlü anlamlı ve zayıf düzeyde, eyleyici düşünce ile arasında pozitif yönlü anlamlı ve zayıf düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Katılımcıların düşük de olsa olumlu gelecek beklentilerinin artması umut düzeylerini arttırmaktadır. Bu bulgu daha önce yapılan başka çalışmalarla benzer sonuçlar ortaya koymuştur (Çalışkan, 2021; Şen-Baz, 2019; Yılmaz, 2017; Marques vd., 2013; Şimşek, 2012; Schmid vd., 2011; Botton vd., 2009).

Bu çalışmada, umut ve alt boyutlarının hem yaşam doyumunu hem de olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Elde edilen bulgulara göre umudun alt boyutlarından alternatif yollar düşüncesinin yaşam doyumunu ve olumlu gelecek beklentisi üzerinde herhangi bir etkiye sahip olmadığı görülmüştür. Eyleyici düşüncenin ise yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu tespit edilmiştir. Bu veri daha önceki çalışmalarla (Şen-Baz, 2019; Aydın vd., 2017; You vd., 2008; Bailey vd., 2007; Valle vd., 2006; Park vd., 2004) paralel sonuçlar ortaya koymuştur. Yani eyleyici düşünce bireylerin yaşam doyumunu olumlu yönde arttırmaktadır. Aynı zamanda eyleyici düşüncenin olumlu gelecek beklentisi üzerindeki etkisinin anlamlı olduğu saptanmıştır. Çalışkan (2021), Şimşek (2012) ve Schmid



vd. (2011)'in çalışmalarında olduğu gibi bu çalışma örnekleminde de umut, olumlu gelecek beklentisini arttırmaktadır.

Bulgular değerlendirilirken çalışmanın bazı sınırlılıkları da göz önünde bulundurulmalıdır. Bu araştırma, örnekleme yer alan tekstil çalışanlarının görüşleri ile sınırlandırılmıştır. Çalışmada kesitsel verilerin elde edilmesi, değişkenler arasındaki nedensel ilişkileri teorik olarak çerçevelemektedir. İleride yapılacak araştırmalar için bu çalışmanın daha geniş bir örnekleme ve farklı bir sektörde yapılması önerilebilir. Söz konusu değişkenler ile başka örgütsel çıktılar arasındaki ilişki araştırılabilir. Ayrıca değişkenlerin aracı ve düzenleyici etkileri de incelenerek farklı çalışmalar yapılabilir.

Uygulamaya ve yöneticilere ilişkin etkiler ve öneriler ele alındığında; bu araştırmanın sonuçları doğrultusunda örgütlerin; umut, yaşam doyumu ve olumlu gelecek beklentisi konularına daha fazla ilgi göstermesi faydalı olacaktır. Çünkü bu konular sadece yüksek etkiye sahip çalışan davranışları arasında sayılması gerekli konular değil aynı zamanda örgüt içi iş süreçlerine katkı sağlayan kilit konular olarak da değerlendirilmelidir. Yönetici ve liderlerin beklentilerini ve amaçlarını ileterek çalışanların ne yapmaları gerektiği konusunda daha iyi bir anlayışa sahip olmaları ve bu durumun da çalışanların psikolojik anlamda olumlu algılarına katkı sağlaması beklenebilir.

## KAYNAKÇA

- Ai, A. L., Peterson, C., Tice, T. N., Bolling, S. F. ve Koenig, H. G. (2004). Faith-based and secular pathways to hope and optimism subconstructs in middle-aged and older cardiac patients. *Journal of Health Psychology*, (9), 435-450.
- Akman, Y. ve Korkut, F. (1993). Umut ölçeği üzerine bir çalışma. *H. Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9, 193-202.
- Avşaroğlu S., Deniz, M. E. ve Kahraman, A. (2005). Teknik öğretmenlerde yaşam doyumu, iş doyumu ve mesleki tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (14), 115-129.
- Aydın, F., Odacı, H. ve Kahveci, H. (2017). Psikolojik danışmanların psikolojik danışma öz-yeterliliği: Yaşam doyumu ve umut açısından bir değerlendirme. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4607-4627.
- Bakan, İ. ve Güler, B. (2017). Duygusal zekânın, yaşam doyumu ve akademik başarıya etkileri ve demografik özellikler bağlamında algı farklılıkları. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 19(33), 1-11.
- Beltekin, E. ve Kuyulu, İ. (2020). Examination of academic procrastination, positive future expectation and organizational image levels of university students. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 9(7), 30-38.
- Bronk, K. C., Hill, P. L., Lapsley, D. K., Talib, T. L. ve Finch, H. (2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *The Journal of Positive Psychology*, (4)6, 500-510.
- Brülde, B. (2007). Happiness and the good life introduction and conceptual framework. *Journal of Happiness Studies*, (8), 1-14.
- Demirli Yıldız, A. (2016). *Pozitif psikoloji bağlamında umut: Hedefe giden yolda sınırları aşmak*. Ankara: Nobel Yayınevi.

- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, (95), 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Erci, B., Yılmaz, D. ve Budak, F. (2017). Yaşlı bireylerde özbakım gücü ve yaşam doyumunun umut düzeylerine etkisi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(2), 72–76.
- Erş, S. (2017). Psikoloji’de Umut. <http://www.dusunuyorumdergisi.com/psikolojide-umut/> (18.01.2022).
- Eryılmaz, A. (2011). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, (24), 209-215.
- Frank, J. (1968). The role of hope in psychotherapy. *International Journal of Psychiatry*,(5), 383-385.
- Frisch, M. B., Clark, M. P., Rouse, S. V., Rudd, M. D., Paweleck, J. K., Greenstone, A. ve Kopplin, D. A. (2005). Predictive and treatment validity of life satisfaction and the quality of life inventory. *Assessment*, (12) 66–78.
- Fromm, E. (1995). *Umut devrimi*. (Çev., Şemsa YeğİN). İstanbul: Payel Yayınevi.
- Gökkaya F., Gülser Z., Günak G., Köse B., Güleç M., Günel E., Sandıkcıoğlu B., İpek, A. K. ve Özkeç, Y. (2019). Psikodrama yöntemiyle gerçekleştirilen grup uygulamalarının üniversite öğrencilerinin umut, yaşam doyumu ve öznel iyi oluşları üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 7(19), 83-104.
- Güngör, A. ve Avcı, M. (2017). Examining the relationship between hope and life satisfaction among middle school students. *Journal of Pedagogical Research*, 1(1), 54-63.
- Hagmaier, T., Abele, A. E. ve Goebel, K. (2018). How do career satisfaction and life satisfaction associate?. *Journal of Managerial Psychology*, 33(2), 142-160.
- Hope (2009). Wikipedia. <https://en.wikipedia.org/wiki/Hope>, (27.12. 2021).
- Hurn, C. J. (1993). *The limits and possibilities of schooling: An introduction to the sociology of education*. Boston: Allyn and Bacon.
- Karabacak, G. (2013). *İş-aile çatışmasının iş ve yaşam doyumunda etkilerinin iş stresi ve algılanan sosyal destek açısından otel personeli üzerinde incelenmesi*. (Doktora Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Kemer, G. ve Atik, G. (2005). Kırsal ve il merkezinde yaşayan lise öğrencilerinin umut düzeylerinin aileden algılanan sosyal destek düzeyine göre karşılaştırılması. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (21), 161-168.
- Lance, C. E., Mallard, A. G. ve Michalos, A. C. (1995). Tests of the causal directions of global-life facet satisfaction relationships. *Social Indicators Research*, 34(1), 69-92.
- Lent, R. W., Singley, D., Sheu, H.-B., Gainor, K. A., Brenner, B. R., Treistman, D. ve Ades, L. (2005). Social cognitive predictors of domain and life satisfaction: Exploring the theoretical precursors of subjective well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 429-442.
- Magaletta, P.R. ve Oliver, J.M. (1999). The hope construct, will, and ways: Their relations with self-efficacy, optimism, and general well-being. *Journal of Clinical Psychology*, (55), 539–551.
- Marques, S. C., Lopez, S. J. ve Mitchell, J. (2013). The role of hope, spirituality and religious practice in adolescents’ life satisfaction: Longitudinal findings. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 14(1), 251–261.

- Martin, K. K. (2007). Measuring hope: Is hope related to problem solving and criminal behaviour in offenders? (Master's Thesis). University of Toronto, Toronto.
- Miller J. F. (1985). Hope doesn't necessary spring eternal sometimes it has to be carefully mined and channeled. *American Journal of Nursing*, 85, 22-25.
- Nurmi, J. E. (1991). How do adolescents see their future? A review of the development of future orientation and planning. *Developmental Review*, 11(1), 1-59.
- Oliveira, I. C. ve Saldanha, A. A. (2010). Estudo comparativo sobre a perspectiva de futuro dos estudantes de escolas públicas e privadas. *Paideia (Ribeirão Preto)*, 20(45), 47-55.
- Özgür, G., Gümüş, A. B. ve Durdu, B. (2010). Evde ve yurttan kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(1), 25-32.
- 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.
- Pope, A. (2006). *An essay on man*. Stockbridge, MA: Hard Press.
- Romero, M. (1989). *Hope and Outcome Anticipation*. (Doctoral dissertation). University of Massachusetts Amherst.
- Schalock, R. L. ve Felce, D. (2004). *Quality of life and subjective well-being: Conceptual and measurement issues*. In E. Emerson, C. Hatton, T. Thompson, ve T. R. Parmenter (Eds.). *International Handbook Of Applied Research In Intellectual Disabilities* (pp. 261-279). London: Wiley.
- Schmid, K. L., Phelps, E. ve Lerner, R. M. (2011). Constructing positive futures: Modeling the relationship between adolescents' hopeful future expectations and intentional self regulation in predicting positive youth development. *Journal of adolescence*, 34(6), 1127-1135.
- Seginer, R. (2003). Adolescent future orientation: An integrated cultural and ecological perspective. *Online Readings In Psychology and Culture*, 6(1), 3-13.
- Seginer, R. (2009). *Future orientation: Developmental and ecological perspectives*. NY: Springer.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of Positive Psychology*, (2), 3-12.
- Seligman, M. E. P. (2007). *Gerçek mutluluk* (Çev. Semra Kunt). Ankara: HYB Yayınları.
- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring and nurturing hope. *Journal of Counseling & Development*, (73), 355-360.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., ... Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, (60), 570-585.
- Snyder, C. R., Sympson, S., Michael, S. T. ve Cheavens, J. (2000). The optimism and hope constructs: Variants on a positive expectancy theme. In E. C. Chang (Ed.), *Optimism and Pessimism* (pp. 103-124). Washington, DC: American Psychological Association.
- Snyder, C. R., Lehman, K. A., Kluck, B. ve Monsson, Y. (2006). Hope for rehabilitation and vice versa. *Rehabilitation Psychology*, (51), 89-112.

- Souza, M. A., Pereira, P. R., Funck, A. L. ve Formiga. N. S. (2013). Consistência interna e estrutura fatorial da escala de expectativa de futuro em brasileiros. *Boletim-Academia Paulista de Psicologia*, 33(2), 330-353.
- Staats S. ve Stassen, M. A. (1985). Hope: An affective cognition. *Social Indicators Research*, (17), 235–242.
- Şen-Baz, D. (2019). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunu yordamada kariyer kararı öz-yeterliliği ve umudun rolünün incelenmesi. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(2), 144-165.
- Şimşek, E. (2011). *Örgütsel iletişim ve kişilik özelliklerinin yaşam doyumuna etkileri.* (Basılmamış Doktora Tezi). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Şimşek, H., (2012). Güney doğu anadolu bölgesindeki lise öğrencilerinin gelecek beklentileri ve gelecek beklentilerini etkileyen faktörler. *Kurumsal Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(1), 90-109.
- Tatar, M. (2005). Öğretmen beklentisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Elektronik Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2).
- Thomas C. B., Winnie E., Michael B. F. ve Snyder, C. R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology: Dedicated to Furthering Research and Promoting Good Practice*, 2(3), 168-175.
- Uluçay, T., Özpolat, A. R., İşgör, İ. Y. ve Taşkesen, O. (2014). A study on high school students future expectations. *Education Sciences*, 9(2), 234-247.
- Ünal, S., Karlıdağ, R. ve Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumunu düzeylerinin yaşam doyumunu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118.
- Valle, M. F., Huebner, E. S. ve Suldo, S. M. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of School Psychology*, 44(5), 393-406.
- Verdugo, L., Freire, T. ve Sánchez-Sandoval, Y. (2018). Understanding the connections between self-perceptions and future expectations: A study with spanish and portuguese early adolescents. *Revista de Psicodidáctico*, 23(1), 39-47.
- Weiten, W., Dunn, D. S. ve Hammer, E. Y. (2014). *Psychology applied to modern life: Adjustment in the 21st century.* Cengage Learning.
- Wolbert, L. S., De Ruyter, D. J. ve Schinkel, A. (2018). What attitude should parents have towards their children's future flourishing?. *Theory And Research In Education*, 16(1), 82-97.
- Wright, T. A. (2003). Positive organizational behavior: An idea whose time has truly come. *Journal of organizational behavior: The international journal of industrial. Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 24(4), 437-442.
- Yam, F. C. ve Kumcağız, H. (2020). Ortaokul öğrencilerinin okul doyumunu ile yaşam doyumları arasındaki ilişki: Umudun aracı rolünün incelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(4), 2113-2130.
- Yavuzer H., Demir İ., Meşeci F. ve Sertelin Ç. (2005). Günümüz gençliğinin gelecek beklentileri. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(2), 93-103.
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumunu.* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- You, S., Michael J. F., Erika F., Jill D. S. ve Diane T. (2008). Relations among school connectedness, hope, life satisfaction, and bully victimization. *Psychology In The Schools*, 45(5), 446-460.