



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÖZNEL İYİ OLUŞ İLE EMPATİK EĞİLİM DÜZEYLERİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

**EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SUBJECTIVE WELL-BEING AND  
EMPATHIC TENDENCY LEVELS FOR UNIVERSITY STUDENTS**

Hatice GÜL

İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul/Türkiye

Yonca ÜNLÜ

İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul/Türkiye

Aydın PEKEL

İstanbul Gelişim Üniversitesi Meslek Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu,  
apekel@gelisim.edu.tr, İstanbul/Türkiye

**ÖZ**

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmanın amacı doğrultusunda çalışmanın evrenini İstanbul ilindeki Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ile Güzel Sanatlar Fakültesi 1. 2. 3. ve 4. sınıf öğrencileri, örneklemini ise basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenen (n=529) gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Çalışmada veriler anket yöntemi tekniği kullanarak toplanmış olup, tarama yöntemi, bağlantısal model uygulanmıştır. Katılımcılara kişisel bilgi formu, Dost (2005) tarafından geliştirilen öznel iyi oluş ölçeği ve Dökmen (1988) tarafından geliştirilen empatik eğilim ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen verilerin SPSS 23 paket programına kayıt edilmiştir. İstatistikî işlem olarak korelasyon ve regresyon analizlerinden faydalanılmıştır.

Sonuç olarak üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve empatik eğilimlerinin iyi düzeyde olduğu, empatik eğilim ile öznel iyi oluş düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu ve empatik eğilim düzeyinin "öznel iyi oluş düzeyinin yordayıcısı olduğu ve toplam varyansın yaklaşık %26'sını açıkladığı tespit edilmiştir.

Bu durumun üniversite öğrencilerinin içinde bulunan koşulların farkında olmaları, duygusal empati yapma özelliklerinin ve duygusal farkındalıklarının yaşam standartları içerisinde bulunan olumlu, olumsuz duygu ve düşünceleri etkilemesinden kaynaklandığı düşünülebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Üniversite, Öğrenci, Öznel İyi Oluş, Empatik Eğilim

**ABSTRACT**

The purpose of this study examination of the relationship between subjective well-being and empathic tendency levels for university students. In line with the aim of working the universe of the study is Istanbul University Developmental School of Physical Education and Sports and Fine Arts Faculty 1st, 2nd, 3rd and 4th grade students, sample is determined by simple random sampling method (n=529) volunteer participants. In the study, data were collected using the survey methodology, the connected model has been applied. Participatory personal information form, subjective well-being scale developed by Dost (2005) and empathic tendency scale developed by Dökmen (1988) were applied. the obtained data was recorded with SPSS 23 programme. Statistical analysis used correlation and regression analysis.

As a result, it is clear that the subjective well-being and empathic tendencies of university students are at a good level, there is a moderately positive relationship between the empathic tendency and subjective well-being and it was found that the level of empathic tendency was predictive of "subjective well-being" and explained about %26 of the total variance.

This situation should be aware of the conditions in university students, emotional empathy, and emotional awareness are influenced by positive, negative emotions and thoughts found in living standards.

**Keywords :** University, Student, Subjective Well-Being, Empathic Tendency

## 1. GİRİŞ

Empati, başkalarının yerine kendini koyma veya kendi bakış açısıyla olayları, hayatı anlayabilme sanatı olarak değerlendiriliriz (Demiralp, 2017). Başkalarının duygu veya düşünce yapıları ile bunların muhtemel anlamlarının net bir şekilde farkında olma, kendini başkasının yerine koyma, karşısındakinin duygu ve düşüncelerinin temsili olarak yaşama, sevinçleri, acıları paylaşma ifadeleriyle anlatılmak istenen durumdur. Bu durumuyla hem duygusal hem de bilişsel bir “süreçtir”. İnsanın kendini başkasının yerinde hayal etmesiyle, kendi benzer deneyimlerini anımsamasıyla gerçekleşir. Empati bundan başka bu düşünce ve duygu paylaşımına uygun tepkileri de üretir (Budak, 2000). Önceleri empati doğumla oluşan bir yetenek olarak görülmekte iken, günümüz yazar ve eğitimcileri “empatik iletişimi öğretilabilir ve öğrenilebilir bir beceri” olarak görmektedirler (Delisio ve Levine, 2006). Bireylerin sosyal ve iş yaşamlarında empatik eğilim düzeylerinin gelişmesi ile öznel iyi oluş düzeylerinin de etkileneceği kanaatini uyandırmıştır. “Öznel iyi oluş ise bireyin sahip olduğu olumlu ve olumsuz duygulara ve yaşamdan aldığı doyuma ilişkin olarak yaptığı öznel bir değerlendirmedir”(Diener, 1984). Bu değerlendirme kişilerin farklı olaylara verdiği tepkileri, içinde bulunduğu duygu durumunu, yaşamdan aldığı doyuma ilişkin düşüncelerini, arkadaşlık, iş, okul, evlilik gibi çeşitli yaşam alanlarına ilişkin aldığı doyumları içermektedir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003; Diener, Suh ve Oishi, 1997). Kişilerin yaşamları hakkında ne düşündüğünü ve ne hissettiğini, kendi varoluşlarını değerlendirdiklerinde hem bilişsel hem de duygusal olarak ulaştıkları sonuç olarak tanımlanabilir. (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Günlük hayatımızda “mutluluk” olarak kullandığımız kavram, psikoloji literatürüne baktığımızda “öznel iyi oluş” olarak yer almaktadır. İyi oluş, bilimsel çalışmalarda yeni olmasına rağmen eski çağlardan beri filozofların üzerinde düşündüğü bir konu olmuş ve ilk kez Aristo tarafından kullanılmıştır. Aristo insan davranışı ile başarılabilen şeylerin zirvesinde iyi oluş (eudaizmonizm) olduğunu belirtmiştir (Bulut, 2017). Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

## 2. MATERYAL METOD

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinin “öznel iyi oluş ile empatik eğilim düzeyleri” arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmada veriler anket yöntemi tekniği kullanılarak toplanmış olup, tarama yöntemi, bağlantısal model uygulanmıştır. Çalışmanın amacı doğrultusunda çalışmanın evrenini İstanbul ilindeki Gelişim Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu ile Güzel Sanatlar Fakültesi 1. 2. 3. ve 4. sınıf öğrencileri, örneklemini ise basit tesadüfi örnekleme yöntemi ile belirlenen (n=529) gönüllü katılımcı oluşturmaktadır.

Sosyo- Demografik Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından oluşturulan bu form cinsiyet, yaş, sınıf ve spor yapma durumu olmak üzere toplam 4 sorudan oluşmaktadır.

### 2.1. Öznel İyi Oluş Ölçeği

Bu araştırma sırasında öğrencilerin “öznel iyi oluş düzeylerini” belirlemek için Dost (2005) tarafından geliştirilen “46 maddeden oluşturulan öznel iyi oluş ölçeği uygulanmıştır. Ölçek maddelerinin 26 tanesi olumlu 20 tanesi olumsuz şekilde kodlanmıştır”. Olumsuz ifadelerin puanlaması tersine çevrilerek yapılmaktadır. “Envanterin en düşük ve en yüksek puan aralığı 46 ile 230 arasındadır. Ölçekte alınan yüksek puan öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir”. “Düşük puan ise öznel iyi oluş düzeyinin düşük olduğunu göstermektedir”. Öznel iyi oluş ölçeğinin Cronbach Alfa Güvenilirlik kat sayısı 0.93 olarak bulunmuştur. Öznel iyi oluş ölçeğinde 46 maddenin her birinde 5 ifade bulunmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler ‘ 5’li likert Tipi ölçek ‘ 1 ‘ Tamamen uygun ‘ , 2 ‘Çoğunlukla uygun’, 3’Orta derecede uygun ‘ , 4’ Biraz uygun ‘ 5’ Hiç uygun değil ‘ formundadır.

### 2.2. Empatik Eğilim Ölçeği

Çalışmaya katılan gönüllülerden empatik eğilim düzeylerini ölçmek için Dökmen (1988) tarafından geliştirilen ölçek uygulanmıştır. Ölçek 20 sorudan oluşmaktadır. Puanlar toplanırken 3, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 15 sorular tersinden toplanmaktadır. Ölçekte alınabilecek puanlar “20 ile 100 arasında değişmekte ve yüksek puan empatik eğilim düzeyinin de yüksek olduğuna” işaret etmektedir. Dökmen (1988) tarafından “70 kişilik bir öğrenci grubuna ölçeğin tekrarı yöntemiyle, üç hafta arayla iki defa uygulanmıştır”. Elde edilen ölçeğin güvenilirliği 0,82’dir. “Deneklerin ölçeğin tek veya çift maddelerinden aldıkları puanlar arasında ki ölçeği yarılama güvenilirliği 0.86 olarak bulunmuştur”. Ölçeğin araştırma grubu için Cronbach Alpha ile hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0.72 olarak bulunmuştur. EEÖ nün geçerlilik çalışması yine Dökmen (1988) tarafından yapılmıştır. Dökmen (1988), 24 kişilik bir denek grubunun EEÖ ve Edwards kişisel tercih Envanterinin ‘duyguları anlama’ bölümünden aldıkları puanlar arasında ki ilişkinin geçerliği 0.68 olarak bulunmuştur.

Empatik eğilim ölçeğinde 20 maddenin her birinde 5 ifade bulunmaktadır. Ölçekte yer alan ifadeler ‘‘ 5’’li likert tipi ölçek ‘‘ 1 ‘‘Tamamen aykırı’’, 2 ‘‘ Oldukça aykırı’’, 3’’ Kararsız’’ , 4’’ Oldukça uygun ‘‘ , 5 ‘‘ Tamamen uygun ‘‘ formundadır.

### 2.3. İstatistiksel Analiz

Kişisel bilgi formu, öznel iyi oluş ve empatik eğilim ölçeklerinden elde edilen veriler SPSS 23.0 paket programına girilmiş ve analizler bu program aracılığı ile yapılmıştır. Adaylara ilişkin kişisel bilgiler, envanter ortalamaları ve faktör puanları frekans (f)ve yüzde (%)değerleri tespit edilerek verilmiştir. Puanların parametrik ve nonparametrik dağılım durumlarına parametrik ve nonparametrik dağılım eğrileri, çarpıklık-basıklık (skewness-kurtosis) değerleri incelenerek bakılmıştır. Veriler parametrik dağılım göstermektedir. İstatistikî işlem olarak korelasyon ve regresyon analizlerinden faydalanılmıştır.

Tablo 1 Katılımcıların Demografik Özellikleri

		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	254	48,0
	Erkek	275	52,0
	Toplam	529	100,0
Yaş	18-21	249	47,1
	22-25	242	45,7
	26-30	38	7,2
	Toplam	529	100,0
Sınıf	1. Sınıf	207	39,1
	2. Sınıf	154	29,1
	3. Sınıf	59	11,2
	4. Sınıf	109	20,6
	Toplam	310	100,0
Spor Yapma Durumu	Evet	354	66,9
	Hayır	175	33,1
	Toplam	529	100,0

Tablo 1 incelendiğinde; çalışmaya katılan gönüllülerin %48,0'ının kadın, %52,4'ünün erkek olduğu, %47,1'inin 18-21 yaş aralığında, %45,7'sinin 22-25 yaş aralığında olduğu, %7,2'sinin 26-30 yaş aralığında, %39,1'inin 1. sınıf, %29,1'inin 2. sınıf, %11,2'sinin 3. sınıf ve %20,6'sinin 4. sınıf olduğu, %66,9'unun spor yaptığı, %33,1'inin ise spor yapmadığı tespit edilmiştir.

### 3. BULGULAR

Tablo 2 Katılımcıların Ölçeklere Verdiği Cevapların Betimsel İstatistiği

	N	Min	Max	X±Sd
Empatik Eğilim	529	38,00	97,00	67,64±9,27
Öznel İyi Oluş	529	82,00	230,00	154,59±18,83

Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların empatik eğilim toplam skor ortalamalarının 67,64±9,27, öznel iyi oluş toplam skor ortalamalarının ise 154,59±18,83 olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3 Katılımcıların Öznel İyi Oluş Düzeyi İle Empatik Eğilimleri Arasındaki İlişki

		1	2
Empatik Eğilim	r	1	
	p	-	
	n	529	
Öznel İyi Oluş	r	,320**	1
	p	,006	-
	n	529	529

Tablo 3 incelendiğinde empatik eğilim ile öznel iyi oluş düzeyi arasında (r=,320, p=,006) orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir (p<,050).

Tablo 4. Öznel İyi Oluş Düzeyinin Yordanmasına İlişkin Regresyon Analizi

	$\beta$	t	P	R	R <sup>2</sup>	F	p
Sabit				,162	,026	9,949	,002
Empatik Eğilim	,162	3,154	,002				

Tablo 4 incelendiğinde, empatik eğilim ile öznel iyi oluş düzeyi arasında anlamlı bir ilişki vermektedir. (R=,162, R<sup>2</sup>=,026; p<,050). Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde;

“empatik eğilim düzeyinin” ( $t=3,154$ ,  $p = ,002$ ) öznel iyi oluş düzeyinin yordayıcısı olduğu ve toplam varyansın yaklaşık %26’sını açıkladığı görülmektedir.

#### 4. TARTIŞMA SONUÇ

Katılımcıların empatik eğilim toplam skor ortalamalarının  $67,64 \pm 9,27$ , öznel iyi oluş toplam skor ortalamalarının ise  $154,59 \pm 18,83$  olduğu tespit edilmiştir. Özel yetenek sınavları ile üniversitelere yerleşen öğrencilerin öznel iyi oluş ve empatik eğilimlerinin iyi düzeyde olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde; Beşkat (2016) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların empatik eğilim düzeyleri  $68,02 \pm 9,65$  olarak bulunmuştur. Acun Kapıkıran (2007) tarafından üniversite öğrencilerine yapılan çalışmada öğrencilerin empatik eğilim ölçeğinden elde edilen puanların yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öznel iyi oluş düzeylerine bakıldığında ise Duman (2016) tarafından üniversite öğrencilerine yapılan çalışmada katılımcıların öznel iyi oluş ölçeğinin ortalaması ( $170,96 \pm 22,60$ ) olduğu saptanmıştır. Çalışmalar bulgularımızla paralellik göstermektedir.

Empatik eğilim ile öznel iyi oluş düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde; empatik eğilim ile öznel iyi oluş düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen mevcut çalışmaların olmadığı tespit edilmiştir. Literatürde empatik eğilim ve öznel iyi oluş düzeyleri ile farklı ölçek skorları arasındaki ilişkiyi inceleyen farklı çalışmaların olduğu görülmektedir. Elik (2017) tarafından yapılan çalışmada amatör futbolcuların genel olarak empatik eğilim düzeyleri ile sportmenlik düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmektedir. Öznel iyi oluş düzeylerine bakıldığında ise Şahin (2011) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların algılanan sosyal destek puanları ile öznel iyi oluş puanları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde, algılanan sosyal destek puanları ile kendini açma puanları arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde ve öznel iyi oluş puanları ile kendini açma puanları arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir. Yılmaz (2013), tarafından yapılan çalışmada katılımcıların empatik eğilim puanları ile saldırganlık ölçeği alt boyutlarından elde edilen puanlar arasında empatik eğilimle yıkıcı saldırganlık arasında negatif yönde, edilgen saldırganlık arasında negatif yönde ve atılganlık puanları arasında pozitif yönde anlamlı bulunmuştur. Öznel iyi oluş düzeylerine bakıldığında ise Türkdöğen (2010), yaptığı çalışmada katılımcıların öznel iyi oluş düzeyi ile temel ihtiyaçlarının karşılama düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.

Empatik eğilim ile öznel iyi oluş düzeyi arasında anlamlı bir ilişki vermektedir. Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde; “empatik eğilim düzeyinin” öznel iyi oluş düzeyinin yordayıcısı olduğu ve toplam varyansın yaklaşık %26’sını açıkladığı görülmektedir. Literatürde benzer çalışmaların olmayışı bulguların karşılaştırılması açısından çalışmayı sınırlamaktadır. Acun Kapıkıran (2007) üniversite öğrencilerine yapılan çalışmada ahlaki sözel girişkenlik empatik eğilim ve kendini ayarlama açısından yordandığında, sözel ahlaki girişkenlik empatik eğilim ve dışa dönüklük açısından anlamlı olarak yordandığı tespit edilmiştir. Doğan ve Eryılmaz (2012) akademisyenlere yaptığı çalışmada işle ilgili ihtiyaç doyumu alt boyutlarının öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde açıkladığı, öznel iyi oluşu en yüksek düzeyde özerklik ihtiyacının ilişki ihtiyacının ve son olarak da yeterlik ihtiyacının pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

Sonuç olarak üniversite öğrencilerin öznel iyi oluş ve empatik eğilimlerinin iyi düzeyde olduğu, empatik eğilim ile öznel iyi oluş düzeyi arasında orta düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu ve empatik eğilim düzeyinin” öznel iyi oluş düzeyinin yordayıcısı olduğu ve toplam varyansın yaklaşık %26’sını açıkladığı tespit edilmiştir.

Bu durumun üniversite öğrencilerinin içinde bulunan koşulların farkında olmaları, duygusal empati yapma özelliklerinin ve duygusal farkındalıklarının yaşam standartları içerisinde bulunan olumlu, olumsuz duygu ve düşünceleri etkilemesinden kaynaklandığı düşünülebilir.

#### KAYNAKÇA

Beşkat, M. (2016). “Futbol Seyircilerinin Empatik Eğilimleri İle Sporda Saldırganlık Ve Şiddet Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Şanlıurfa İli Örneği)”, Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.

Budak, S. (2000), Psikoloji Sözlüğü, Bilim ve Sanat Yayınları, Ankara.

Bulut, E. (2017). “Öğrencilerinin Bağlanma Stillerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri Üzerine Etkisi”, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Delisio, E.R. & Levine, D.A. (2006). Ways to Teach Empathy Skills, Education World.

- Demiralp, C. (2017). “Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilim İle Narsistik Kişilik Özellikleri ve Eleştirel Düşünme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Diener, E. & Scollon, N.C. & Lucas, R. E. (2003). “The evolving concept of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness”, *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15: 187–219.
- Diener, E. & Suh, E. & Oishi, S. (1997). “Recent findings on subjective well-being”, *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24:25-41.
- Diener, E. (1984). “Subjective well-being”, *Psychological Bulletin*, 95:542–575.
- Doğan T. & Eryılmaz A. (2012). “Akademisyenlerde İşle İlgili Temel İhtiyaç Doyumu ve Öznel İyi Oluş”, *Ege Akademik Bakış / Ege Academic Review*, 12(3):383-389
- Dost, M. (2005). “Öznel iyi Oluş Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlilik Güvenilirlik Çalışması”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23):103-111.
- Dökmen, Ü. (1988). “Empatinin Yeni Bir Modele Dayanılarak Ölçülmesi Ve Psikodrama İle Geliştirilmesi”, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(1-2):155-190.
- Duman S. (2016). “Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Ve Benlik Saygısının Stresle Başa Çıkma Tarzlarıyla İlişkinin İncelenmesi”, Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Elik, T. (2017). “Güneydoğu Anadolu Bölgesi Futbol Takımlarında Amatör Olarak Futbol Oynayan Sporcuların Sportmenlik Yönelimleri Ve Empatik Eğilim Düzeyleri”, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kapıkıran N.A. (2007). “Üniversite Öğrencilerinde Ahlaki Davranışın Empatik Eğilim Ve Kendini Ayarlama Açısından İncelenmesi”, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28):34-43.
- Seligman, M.E. & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology an introduction*, *American Psychologist*, 55(1):5- 14.
- Şahin, G.N. (2011) “Üniversite Öğrencilerinin Kendini Açma, Öznel İyi Oluş Ve Algıladıkları Sosyal Destek Düzeylerinin Karşılaştırılması” Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Türkdoğan, T. (2010). “Üniversite Öğrencilerinde Temel İhtiyaçların Karşılama Düzeyinin Öznel İyi Oluş Düzeyini Yordamadaki Rolü”, Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri, Denizli.
- Yılmaz, S. (2013). “Spor Yapan Ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (İstanbul İli Bayrampaşa İlçesi Örneği )”, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.