



Orijinal Makale / Original Article

Sır saklamanın yordayıcısı olarak yaşam doyumu ve pozitif-negatif duygu Life satisfaction and positive-negative emotion as predictors of confidentiality

Mehmet Engin DENİZ¹, Metin DENİZ², Abdullah Ensar UZUN³, Gülgün UZUN³

¹Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul, Türkiye; ²Bartın Üniversitesi, Bartın, Türkiye; ³Milli Eğitim Bakanlığı, İstanbul, Türkiye

¹Yıldız Technical University, İstanbul, Turkey; ²Bartın University, Bartın, Turkey; ³Ministry of Education, İstanbul, Turkey

MAKALE BİLGİSİ

Makale hakkında

Geliş tarihi: 20 Nisan 2021

Kabul tarihi: 27 Mayıs 2021

Anahtar kelimeler:

Ergenler, pozitif-negatif duygu, sır saklama, yaşam doyumu.

ARTICLE INFO

Article history

Received: 20 April 2021

Accepted: 27 May 2021

Key words:

Adolescents, positive-negative emotion, confidentiality, life satisfaction.

ÖZ

Bu araştırmanın amacı lise eğitimine devam eden ergenlerde sır saklamanın yaşam doyumu ile pozitif-negatif duygu durumunu anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemektir. Araştırma örneklem grubunu İstanbul İli, Başakşehir ilçesinde bulunan 3 farklı liseye devam eden 9, 10, 11, 12. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya 163 kız (%53.8) ve 140 erkek (%46.2) olmak üzere toplam 303 öğrenci katılmıştır. Öğrenciler tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Öğrencilerin %28'i (85) 9. sınıf; %24.8'i (75) 10. sınıf; %24'ü (73) 11. sınıf; %23'ü (70) 12. sınıftır. Öğrencilerin yaş ortalaması 16'dır. Araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline uygun olarak düzenlenmiştir. Araştırma verileri 3 ölçek yardımıyla toplanmıştır. Bunlardan ilki Larson ve Chastain (1990) tarafından geliştirilen ve Deniz ve Çok (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan Kendini Gizleme Ölçeğidir. Araştırma verilerinin toplandığı bir diğer ölçek ise Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ve Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeğidir. Araştırmada son olarak Watson ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ve Gençöz (2000) tarafından Türkçeye uyarlanan Pozitif Negatif Duygu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin sosyal demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacılar tarafından kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Kişisel Bilgi Formunda adayların öğrenim gördükleri sınıf düzeyi, yaşları ve cinsiyetleri sorulmuştur. Ergenlerde yaşam doyumu ve pozitif-negatif duygu puanlarının sır saklama puanlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırma sonuçları ergenlerin yaşam doyumu ve pozitif-negatif duygunun bütün olarak sır saklama puanlarını anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre yaşam doyumu ile sır saklama puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-0.23$, $R^2=0.055$, $p<0.01$). Araştırma sonucunda yapılan analizlere göre yaşam doyumu sır saklamadaki toplam varyansın %5.5'ini açıklamaktadır. Araştırma sonucunda yapılan veri analizleri ile pozitif-negatif duygu ile sır saklama puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (pozitif duygu-sır saklama $r=-.11$, $p\leq 0.05$, negatif duygu-sır saklama $r=0.39$, $p<0.01$, $R^2=0.155$, $p<0.01$). Pozitif-negatif duygu bütün olarak sır saklamadaki toplam varyansın %15.5'ini açıklamaktadır. Bu sonuçlar ergenlerin yaşam doyumu ve pozitif-negatif duygularının sır saklama üzerinde anlamlı düzeyde bir etkisinin olduğunu göstermiştir.

*Sorumlu yazar / Corresponding author

*E-mail address: edeniz@yildiz.edu.tr

Bu araştırmanın ilk versiyonu "The 26th International Conference on Educational Sciences" Kongresinde Türkçe bildiri olarak sunulmuştur.



ABSTRACT

The purpose of this study is to determine whether life satisfaction and positive-negative affect predicts self concealment in Adolescent at a meaningful level. The sample of the study consists of students, who are studying 9th, 10th and 11th grades of Three different high schools existing in city center of Başakşehir/İstanbul. Totaly 303 students, including 9th, 10th, 11th students, participate in this study. These students 163 (%53.8) were females and 140 (46.2) were males who with age range 14 to 18, and mean age 16. These students were selected by employing random group sampling. It has been observed that 28% (85) of the students is 9th grade; 24.8% (75) of the students is 10th grade; 24% (73) is 11th grade; 23% (70) is 12th grade. The relational survey method was administered in this study. Self-concealment Scale was developed by Larson and Chastain (1990) and adapted by Deniz ve Çok (2010). Positive-Negative Affect Scale was developed by Watson et al. (1988) and adapted by (Gençöz, 2000). Life Satisfaction Scale was developed by Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) and adapted by (Köker, 1991). In order to determine the socio-demographic characteristics of the individuals participating in the research, a personal information form was created by the researchers. In the Personal Information Form, the participants were asked about their grade level, their age and gender. Results indicated that the scores of the life- satisfaction and positive-negative affect is found to significantly predict self- concealment score. According to the findings obtained as a result of the research, there is significant relationship between life satisfaction score and self concealment score ($r=-0.23$, $R^2=0.055$, $p<0.01$). According to the analyzes carried out in the research life satisfaction explains 5.5 percent of total variance associated with self- concealment. With The data analysis made as a result of the research there is significant relationship between positive- negatif affect and self concealment score (positive affect-self concealment $r=-.11$, $p\leq 0.05$, negative affect-self concealment $r=0.39$, $p<0.01$, $R^2=0.155$, $p<0.01$). Positive- negative affect explains as a whole 15.5 percent of total variance associated with self- concealment. These results show that life satisfaction and positive-negative affect of adolescents have a significant effect on self concealment.

Cite this article as: Deniz ME, Deniz M, Uzun AE, Uzun G. Life satisfaction and positive-negative emotion as predictors of confidentiality. Yıldız Journal of Educational Research 2021;6:1:1–8.

GİRİŞ

Bireylerin olumlu ruh sağlığı deneyimlerini anlamaya yardımcı olan önemli kavramlardan öznel iyi oluş genel olarak kişinin yaşamından yeterli doyum aldığına ve pozitif duyguları negatif duygulara oranla daha sıklıkla deneyimlediğine işaret eden bir yaşantıdır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999; Akt: Koydemir ve Schütz, 2014). Lyubomirsky ve Dickerhoof (2006) öznel iyi oluşu “insanların kendi yaşamları hakkındaki günlük duyguları ve değerlendirmeleri” olarak tanımlamaktadır (Akt: Türkmen, 2012). Öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal olmak üzere iki ana bileşeni vardır. Yaşam doyumunu öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu oluşturmaktadır. Duyuşsal boyut ise heves, onur, ilgi, neşe, sevinç ve güven gibi olumlu duyguları içerirken aynı zamanda utanç, suçluluk, nefret, öfke, kin gibi olumsuz duyguları içermektedir (Argyle, Martin ve Crossland, 1989; Diener, 1984; Akt: Doğan ve Eryılmaz, 2013). Bir diğer tanımlamada ise öznel iyi oluş üç önemli bileşen ile ifade edilmiştir. Bunlar ise yaşam doyumunu, olumlu duygu ve olumsuz duygudur (Diener, 1984; Akt: Kolsallayan, Altok, Köksal, 2015).

Diener ve Lucas (1999), yüksek düzeyde olumlu duygulara ve düşük düzeyde olumsuz duygulara sahip olan

kişilerin “mutlu kişiler” olarak tanımlanabileceğini, yüksek düzeyde hem olumlu hem de olumsuz duygular yaşayan kişilerin ise “duygusal” olarak tanımlanabileceğini belirtmiştir. Nadiren olumlu duygular ve sıklıkla olumsuz duygular yaşayan kişilerin yaşam doyum seviyelerinin yüksek olduğu veya sıklıkla olumlu duygular ve nadiren olumsuz duygular yaşayan kişilerin yaşam doyum seviyelerinin düşük düzeyde olduğu durumlar ile karşılaştırılabilir (Arthaud-Day, Rode, Mooney ve Near, 2005; Deniz ve Ark., 2012)

Yaşam doyumunu, öznel iyi oluşun bilişsel boyutunu oluşturmaktadır. Neugarten tarafından ilk kez 1961 yılında ortaya atılan yaşam doyum kavramı, bir insanın beklentileriyle elinde olanların karşılaştırılmasıyla elde edilen durumu ya da sonucu ifade etmektedir (Özer ve Karabulut, 2003; Akt: Reçoğlu, 2013). Yaşam doyumunu bireyin kendisine yüklediği kriterler ile yaşam koşullarını algılayışı arasındaki karşılaştırmaları, dolayısıyla kendi yaşamı ile ilgili değerlendirme yapmasını ifade eder (Pavot ve Diener, 1993; Selçukoğlu, 2001; Akt: Deniz, 2006). Yaşamın geneline ilişkin bilişsel algılamalar ve değerlendirmeler olarak ifade edilen yaşam doyumunu üç bölümden oluşmaktadır. Birincisi, bireyin yaşamını dış ölçütlerle karşılaştırarak iyi oluş halidir. İkincisi, kendi yaşamını yargılamasının oluşturduğu

duygu halidir. Üçüncüsü ise günlük ilişkilerin oluşturduğu memnuniyet halidir (Serin ve Özbek, 2006; Akt: Yılmaz ve Aslan, 2013)

Duygulanım boyutu duygular ve ruh hali ile ilgilidir. Pozitif duygulanım ve negatif duygulanım, iyi oluş kavramının duygulanım boyutunu oluşturmaktadır. Pozitif duygulanım mutluluk, neşe ve heyecan gibi duyguları içerirken, negatif duygulanım ise korku, öfke ve üzüntü gibi duyguları içermektedir (Lucas, Diener, 2004). Pozitif duygulanım, insan yaşamının arzu edildiği şekilde sürdüğünü gösterdiği için öznel iyi oluşun bir parçasıdır. Pozitif duygulanım, bireyin diğer insanlara ve etkinliklere pozitif tepkilerini ve genel pozitif ruh halini içermektedir. Negatif duygulanımın fazla olması bireyin öznel iyi oluşunun düşük olduğuna işaret etmektedir. Negatif duygulanım bir başka deyişle mutsuzluğu ifade etmektedir. Mutsuzluk bireyin hayatının kötüye gittiğinin bir göstergesi olabilir (Diener, 2006; Türkmen, 2012).

Eğer bir kişi kendi yaşamından tatmin olduğunu ifade ediyor ise sıklıkla olumlu duygular yaşıyor. Bu kişiler nadiren olumsuz duygular yaşar. Bu bireylerin öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğunu söyleyebiliriz (Diener ve Lucas 1999; Deniz ve Ark., 2012). Öznel iyi oluş düzeyi yüksek insanlar, kendi yaşam olayları ve koşullarını olumlu değerlendirebilme becerilerini sıklıkla kullanırlar. Mutsuz insanlar ise yaşamlarındaki faktörlerin çoğunu zararlı veya amaçlarını engelleyici bir unsur olarak değerlendiren bireylerdir (Diener, 1994; Gündoğdu ve Yavuzer, 2012). Eryılmaz ve Yorulmaz (2006) araştırmalarında ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerini yükseltmek için bir takım yaşam becerilerinin yerine getirilmesinin gerekli olduğu ortaya koymuşlardır. İnsanlarla olumlu ilişkiler içinde olmak, saygı ve sevgi göstermek, hazzı aramak, olumlu akademik deneyime sahip olmak, romantik yakınlık içinde olmak, mutluluğu korumayı ve olumsuz duyguları kontrol etmeyi kullanmak öznel iyi oluşu artıran yaşam becerileridir (Eryılmaz ve Aypay, 2011).

Araştırmada ele alınan kavramlardan biri de sır saklamadır. Sır saklama, özel bir bilginin başkalarından bilerek saklanması, açığa vurmanın etkin biçimde engellenmesi olarak tanımlanmaktadır (Bok, 1989, Kelly, 2002; Pennebaker, 1989; Akt: Deniz ve Çok, 2010). Larson ve Chastain (1990) tarafından kendini saklama hem kişilik özelliğini hem de kişiler arası ilişkinin niteliğini yansıtan bir durum olarak ortaya konmuştur. Bir kişilik değişkeni olarak kendini saklama, olumsuz veya sıkıntı verici olarak kişinin algıladığı bilgilerini başkalarına söylemek yerine kendinde saklamayı ifade eder (Akt: Terzi, Güngör ve Erdayı, 2010). Başka bir tanımda ise 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; Akt: Çelik, 2015).

Sır saklamanın incelendiği çalışmalarda sır saklama çoğunlukla olumsuz bir durum olarak görülerek fiziksel, psikolojik ve psikososyal problemlerle ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Larson ve Chastain, 1990; Finkenauer ve Rime, 1998; Kelly, 1999; Finkenauer, Engels ve Meeus, 2002; Akt: Deniz ve Çok, 2010). Bazı bireylerin başkalarının yaptığından daha fazla kendini saklama eğiliminde olduklarını, çoğu acı veren veya travmatik tecrübeleri sık sık sakladıklarını (çocukken cinsel istismara uğrama, tecavüz uğrama, yas, aile sırları, kişinin ilişkilerindeki mutsuzluk veya kendisi konusundaki güçlü olumsuz düşünceler, AIDS'i içeren ciddi medikal koşullar) ifade etmektedir (Özby, Terzi, Erkan ve Cihangir Çankaya, 2011). Sır saklamanın problemleri bir durum olduğu görüşünü destekleyen bu çalışmalar sır saklamaya eğilimli bireylerin sır saklamaya eğilimli olmayanlara oranla baş ağrısı, mide bulantısı, sırt ağrısı gibi fiziksel problemlere ve kaygı, utangaçlık ve depresyon gibi psikolojik problemlerle daha çok karşı karşıya geldiklerini ortaya koymaktadır (Kelly, 1999; Akt: Deniz ve Çok, 2010).

Alanyazına baktığımızda yapılan araştırmalarda sır saklamanın olası avantajları dezavantajlarına göre daha az ele alınmıştır. Bu nedenle sır saklamanın yararlı niteliklerine değinen sınırlı sayıda araştırma mevcuttur (Kelly, 1998; Deniz ve Çok, 2010). Finkenauer ve diğerleri (2002), ergenlikte sır saklamanın duygusal özerklikle ilişkili olduğunu belirterek sır saklamayı yalnızca olumsuz bir durum olarak görmekten çok hem olumlu hem olumsuz yönleri olan karışık bir yapı olarak ele alınması gerektiğini ifade etmiştir. Sır saklamanın ergenlerin duygusal özerklik ve bağımsızlıklarını geliştirerek gelişimsel görevleri tamamlamalarını kolaylaştırdığını hem de fiziksel yakınlıklar ve depresif duygular gibi bir takım formları ortaya çıkarabileceğini vurgulamışlardır.

Dünyada bu konularda yapılan çalışma sayısı fazla olmasına rağmen Türkiye'de yapılan çalışma sayısının birkaç tane ile sınırlı kaldığı tespit edilmiştir. Bu nedenle araştırmanın amacı lise eğitimine devam eden ergenlerde sır saklamayı yaşam doyumu ve pozitif-negatif duygunun anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemektir. Bu araştırma sonucunda ülkemizde sınırlı sayıda olan araştırmaların sayısının artırılması ve alanyazına yeni araştırma sonuçlarının kazandırılması hedeflenmiştir. Aynı zamanda kişilik gelişiminin önemli düzeyde şekillendiği ergenlik döneminde bireylerin sağlıklı gelişiminin desteklenmesi için sır saklama, yaşam doyumu ve pozitif negatif duygu kavramlarının önemine dikkat çekmek amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline uygun olarak düzenlenmiştir. Bir konuya ilişkin katılımcıların görüşlerinin ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin belirlendiği genellikle diğer araştırmalara göre daha büyük örneklemeler üzerinde yapılan araştırma-

lara tarama araştırmaları denir. İlişkiyel araştırma yöntemi, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek ve muhtemel sonuçları tahmin için kullanılır. İki ve ya daha fazla değişken arasındaki ilişki düzeyi istatistiksel testler kullanılarak ölçülmeye çalışılır. İlişkinin düzeyini belirlemek için korelasyon testi kullanılır. Korelasyon iki veya daha fazla değişkenin (ayrı ayrı) birlikte tutarlı bir değişim gösterip göstermediğini ortaya koymaktadır. (Karasar,2003).

Katılımcılar

Araştırma örneklemini İstanbul ili, Başakşehir ilçesinde bulunan 3 farklı liseye devam eden 9, 10, 11, 12. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya 163 kız (%53.8) ve 140 erkek (%46.2) olmak üzere toplam 303 öğrenci katılmıştır. Öğrenciler tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Öğrencilerin %28'i (85) 9. sınıf; %24.8' i (75) 10. sınıf; %24'ü (73) 11. sınıf; %23'ü (70) 12. sınıftır. Öğrencilerin yaş ortalaması 16'dır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel bilgi formu

Araştırma kapsamında araştırmaya katılan bireylerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacılar tarafından kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Kişisel Bilgi Formunda adayların öğrenim gördükleri sınıf düzeyi, yaşları ve cinsiyetleri sorulmuştur.

Kendini gizleme ölçeği

Bu ölçek kendine saklama yönelimi, başkalarıyla paylaşılmayan bir sır ya da olumsuz düşüncelere sahip olma ve saklanan kişisel bilginin açıklanmasını ölçen toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek beşli likert tipi bir ölçek olup likert tipi derecelendirmeye uygun olarak; "Bana Hiç Uygun Değil=1, Bana Uygun Değil=2, Kararsızım=3, Bana Uygun=4 ve Bana Tamamen Uygun=5" seçenekleriyle derecelenmektedir. Ölçekten elde edilecek toplam puan 10 ile 50 arası değişmektedir. Ölçekten elde edilen yüksek puan sır saklama düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .83 olarak bulunurken, dört hafta aralıklı test- tekrar test güvenilirlik katsayısı 0.81 olarak rapor edilmiştir (Larson ve Chastain, 1990; Deniz ve Çok, 2010).

Pozitif negatif duygu ölçeği

Watson ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ve Gençöz (2000) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Pozitif Negatif Duygu Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Ölçek, 10 olumlu, 10 olumsuz duygu maddesi içermekte ve 5'li Likert tipine göre değerlendirilmektedir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı Negatif Duygu için $\alpha=0.83$, Pozitif Duygu için $\alpha=0.86$ bulunmuştur. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayıları olumlu duygu için $\alpha=0.81$, olumsuz duygu için $\alpha=0.78$ olarak bulunmuştur.

Yaşam doyumu ölçeği

Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş ve Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeğidir. Yaşam doyumu ölçeği top-

Tablo 1. Sır saklama puanları ile pozitif-negatif duygu ve yaşam doyumu puanları arasındaki

	Pozitif duygu	Negatif duygu	Yaşam doyumu	Sır saklama
Sır saklama				
R	-0.112	0.393**	-0.234**	1
P	0.051	0.000	0.000	-
N	303	303	303	303

İlişkiler: Not: $p<0.01$.

lam beş maddeden oluşmaktadır. 7'li liker tipi ölçek toplam beş maddeden oluşmaktadır. Ayrıca ölçeğin güvenilirliğine yönelik yapılan çalışmasında Cronbach-alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha=0.76$ olarak elde edilmiştir. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı $\alpha=0.77$ olarak bulunmuştur.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma 2016-2017 Eğitim- Öğretim yılı güz döneminde yapılmıştır. Uygulamanın yapılabilmesi için gerekli izinler alınmıştır. Uygulama yapılacak okullardaki idarecilere bilgi verilmiş ve okul psikolojik danışmanından yardım alınmıştır. Öğrenciler tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Toplanan veriler gönüllük ilkesine göre toplanmıştır. Her uygulamadan önce araştırma konusu öğrencilere ifade edilmiştir. Öğrencilerin cevaplamaları içtenlikle yapmaları için araştırmanın amacı, önemi, kişisel kimlik bilgilerin gerekli olmadığı ve verilerin gizli tutulacağı öğrencilere aktarılmıştır. Ayrıca veri toplama araçlarının nasıl yanıtlanacağına ilişkin de açıklama yapılmıştır. Araştırmanın verileri SPSS 15.0 istatistik paket programında analiz edilmiştir. Ergenlerde yaşam doyumu ve pozitif-negatif duygu puanlarının sır saklama puanlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi uygulanmıştır.

BULGULAR

Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek üzere Pearson Çarpım Momentler Korelasyon analizi yapılmıştır. Analiz sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1'de görüldüğü gibi yaşam doyumu ile sır saklama puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r=-0.23$; $p<0.01$). Veri analizleri ile pozitif-negatif duygu ile sır saklama puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (pozitif duygu-sır saklama $r=-.11$, $p\leq 0.05$, negatif duygu-sır saklama $r=0.39$; $p<0.01$).

Değişkenler arası ilişkiler görüldükten sonra ergenlerde yaşam doyumu ve pozitif-negatif duygu puanlarının sır saklama puanlarını anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları Tablo 2 ve Tablo 3'te sunulmuştur.

Tablo 2'de yaşam doyumu ile sır saklama puanlarını anlamlı düzeyde yordadığını görülmektedir. Araştırma so-

Tablo 2. Sır saklamanın yordayıcısı olarak yaşam doyumuna ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	SH	B	T	p
Sabit	33.812	1.562	-	21.642	0.000
Yaşam doyum	-0.261	0.062	-0.234	-4.177	0.000

R=0,234; R²=0,055; F(1,301)=17,451; p=000; SH: Standart hata.

Tablo 3. Sır saklamanın yordayıcısı olarak pozitif-negatif duygu puanlarına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	R	SH	B	T	p
Sabit	17.052	3.133	-	5.444	0.000
Pozitif duygu	-0.031	0.049	-0.035	-0.647	0.518
Negatif duygu	0.374	0.52	0.085	7.117	0.000

R=0,394; R²=0,155; F(2,300)=27,568; p=0.000; SH: Standart hata.

nucunda yapılan analizlere göre yaşam doyumunu sır saklamadaki toplam varyansın %5.5'ini açıklamaktadır.

Tablo 3'te ergenlerin pozitif-negatif duygunun bütün olarak sır saklama puanlarını anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Araştırma sonucunda yapılan veri analizleri ile pozitif-negatif duygu ile sır saklama puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (pozitif duygu-sır saklama $r=-11$, $p<0.05$, negatif duygu-sır saklama $r=0.39$, $p<0.01$, $R^2=0.155$, $p<0.01$). Pozitif-negatif duygu bütün olarak sır saklamadaki toplam varyansın %15.5'ini açıklamaktadır.

Bu sonuçlar ergenlerin yaşam doyumunu ve pozitif-negatif duygularının sır saklama üzerinde anlamlı düzeyde bir etkisinin olduğunu göstermiştir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma lise eğitimine devam eden ergenlerde sır saklamayı yaşam doyumunu ve pozitif-negatif duygunun anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın sonucu ergenlerin yaşam doyumunu ve pozitif-negatif duygularının sır saklama üzerinde anlamlı düzeyde bir etkisinin olduğunu göstermiştir. Araştırmada öncelikle değişkenler arası ilişkiler incelenmiştir. Sonuç olarak yaşam doyumunu ve pozitif-negatif duygu ile sır saklama puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir.

Yapılan benzer çalışmalarda kendini gizlemenin ergenler üzerinde, psikolojik iyi oluş açısından pozitif etkiye sahip olduğunu ortaya çıkmıştır (Kelly, 1998; Finkenauer ve diğerleri, 2002; Akt: Deniz ve Çok, 2010). 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 Assen, 2008; Çelik, 2015) olumsuz etkilediği; kendini gizlemenin düşük iyilik hali (Larson ve Chastain, 1990; Potoczniak ve

diğerleri, 2007; Uysal ve diğerleri, 2010) ile ilişkilendirildiği; negatif duygulanımın (Kahn ve Hessling, 2001) açığa vurulmasını engellediği ve depresif semptomları arttırdığı (Fridlander ve diğerleri, 2012) belirtilmektedir. Deniz (2010)'in araştırmasının sonucuna göre düşük bireyleşme düzeyine sahip bireylerin daha çok sır sakladıkları bulunmuştur. Düşük bireyselleşme yaşam doyumunun azalmasına neden olan önemli bir faktördür ve bu açıdan araştırma sonucu ile örtüşmektedir. Frijns ve Finkenauer (2008) sır saklamanın yalnızlık ve çevre ile zayıf ilişkilere neden olduğunu, ergenin psikososyal iyi oluş ve uyumunu olumsuz etkilediğini ortaya koymuşlardır. Psikososyal iyi oluş ve uyum kavramlarının yaşam doyumunu ile ilişkili olan kavramlar olduğu göz önünde bulundurularak araştırma sonucu ile örtüşüğünü ifade edebiliriz. Finkenauer ve Rimè (1998) sır saklamanın yalnızlık gibi sosyal bir dezavantajının olduğunu; sır saklayan insanların sır saklamayanlara göre fiziksel şikâyetlerinin daha yoğun olduğunu ifade etmiştir. İlgili araştırma sonuçları değerlendirildiği zaman araştırma sonucunda yaşam doyumunu ve pozitif-negatif duygu ile sır saklama puanları arasında anlamlı bir ilişki olduğu literatürde bulunan diğer araştırmalar ile benzer sonuçlara ulaştığını ifade edebiliriz. Araştırma sonucunda pozitif negatif duygu ve yaşam doyum düzeyleri ile sır saklama puanları arasında anlamlı ilişki çıkması alanyazında bulunan diğer araştırmalar ile birbirini destekler niteliktedir.

Yapılan benzer çalışmalarda kendini gizlemenin ergenlerde yaşam doyumunu yordama düzeyleri incelendiğinde kendini gizlemenin yaşam doyumunu negatif açıdan yordadığı görülmektedir (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). Başka bir çalışmada, üniversite öğrencisi bayanlar arasında utangaçlığın kendini saklamanın güçlü bir yordayıcısı olduğu, buna karşın erkek öğrenciler arasında kendini saklamayı yordamadığı bulunmuştur (Ichiyama, Colbert, Laramore, Heim, Carone ve Schmidt, 1993). Başka bir çalışmada sır saklamanın yalnızlığa neden olup olmadığına ilişkin bir kanıt olmadığı belirtilmiştir (Finkenauer, Engels ve Meeurs, 2002). Alanyazında bulunan ilgili araştırmalar incelendiği zaman araştırma sonucunu desteklemeyen farklı sonuçlar olduğu gözlemlenmektedir. Bu açıdan bakıldığı zaman ergenlerin yaşam doyumunu ve pozitif-negatif duygunun bütün olarak sır saklama puanlarının tümü ile ilişkili olduğu araştırma sonucunda bulunur iken alanyazında yukarıda sonuçları ifade edilen diğer araştırmalarda farklı sonuçların olduğu görülmektedir.

Bu araştırma bulguları, kendini gizleme, pozitif- negatif duygu ve yaşam doyum arasındaki ilişkilerin araştırılacağı gelecekte yapılacak araştırmalara yol gösterici niteliğe sahiptir. Çünkü alanyazındaki daha önceden yapılmış araştırmalar incelendiğinde, ülkemizde yaşam doyumunu, pozitif-negatif duygu konularında çalışmalara rastlanılmasına rağmen sır saklama konusunda sınırlı araştırmaların oldu-

ğu tespit edilmiştir. İlgili değişkenler ile yeni araştırmalar planlanarak alanyazında sınırlı olan araştırma sonuçlarına yenileri eklenebilir.

Ergenlikte kişilik gelişiminin desteklenmesi çok önemlidir. Ergenlik döneminde olan bireylerin kişilik gelişimlerinin desteklenebilmesi için araştırma sonuçlarından yararlanılarak yaşam doyumunun artırılması, pozitif negatif duyguların tanınması ve ifade edilmesi, kendini gizlemenin boyutlarının ele alınmasını içeren psikoeğitim programlarının oluşturulup ergenler üzerinde etkinliğinin incelenmesi çalışma sahasına yeni psikoeğitim programlarının kazandırılmasına katkı sunabilir.

Araştırma sonuçlarını dikkate alarak özellikle ergenlerin en önemli sosyal destek kanalları olan ailelerinin bilinçlendirilmesi ve yaşam doyumu, pozitif negatif duygu ve sır saklama konusunda farkındalık oluşturulması, kendi çocuklarına rol model olmalarının önemini ifade edilmesi önemlidir.

Araştırmanın mevcut sınırlılıkları bulunmaktadır. Önemli sınırlılıklarından biri, çalışma grubunun küçük olmasıdır. Araştırmanın çalışma grubu sadece 9, 10, 11 ve 12. sınıfta İstanbul Başakşehir’de lise eğitimine devam eden 303 ergenden oluşmaktadır. Bu nedenle gelecekte yapılacak araştırmalarda, araştırmanın verileri yaş aralığı daha fazla olan, ülkenin diğer bölgelerini ve toplumun farklı kültürlerini de kapsayacak şekilde oluşturulacak çalışma grubundan toplanması bu araştırmanın geliştirilmesine önemli katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.

Etik: Bu makalenin yayınlanmasıyla ilgili herhangi bir etik sorun bulunmamaktadır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Çıkar Çatışması: Yazarlar, bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve/veya yayınlanması ile ilgili olarak herhangi bir potansiyel çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Finansal Destek: Yazarlar bu çalışma için finansal destek almadığını beyan etmiştir.

Ethics: There are no ethical issues with the publication of this manuscript.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: The authors declared no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/or publication of this article.

Financial Disclosure: The authors declared that this study has received no financial support.

KAYNAKLAR

- Çelik, E. (2015). Kendini Gizleme ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Heyecan Arayışının Aracılık Ve Moderatör Rolü, *Eğitim ve Bilim*, (40)181, 349-361.
- Deniz, M. (2010). *Ergenlerde sır saklamanın duygusal ve gelişimsel değişkenler açısından incelenmesi*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Deniz, M., & Çok, F. (2010). Psychometric properties and

adaptation of the self-concealment scale to the Turkish adolescents. *Elementary Education Online*, 9(1), 424-432.

- Deniz, M. E., Arslan, Ç., Özyeşil, Z. & İzmirli, M. (2012). Öz-Anlayış, Yaşam Doyumu, Negatif ve Pozitif Duygu: Türk ve Diğer Ülke Üniversite Öğrencileri Arasında Bir Karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (12) 23,428 – 446.
- Doğan, T. & Eryılmaz, A. (2013). İki Boyutlu Benlik Saygısı ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(1), 107-117.
- Eryılmaz, A. & Aypay, A. (2011). Ergenlerin derse katılmaya motive olmaları ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, (8)1.
- Finkenauer, C., & Rime, B. (1998). Socially shared emotional experiences vs. emotional experiences kept secret: Differential characteristics and consequences. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 17(3), 295-318.
- Finkenauer, C., Engels, R. C., Meeus, & W. (2002). Keeping secrets from parents: Advantages and disadvantages of secrecy in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 31(2), 123-136.
- Fridlander, A., Nazem, S., Fiske, A., Nadorff, M. R. & Smith, M. D. (2012). Self-concealment and suicidal behaviors. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 42(3), 332-340.
- Frijns, T. & Finkenauer, C., (2008). Longitudinal associations between keeping a secret and psychosocial adjustment in adolescence. *International Journal of Behavioral Development*. 33(2), 145–154
- Gençöz T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- Gündoğdu, R. & Yavuzer, Y. (2012). *Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeylerini ve Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi*. Uluslararası Yükseköğretim Kongresi: Yeni Yönelişler ve Sorunlar 27-29 Mayıs 2011, İstanbul; 3(14),1889-1895.
- Ichiyama, M. A., Colbert, D., Laramore, H., Heim, M., Carone, K. & Schmidt, J. (1993). Self-concealment and correlates of adjustment in college students. *Journal of College Students Psychotherapy*, 7, 55–68.
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kelly, A. E. (1998). Clients’ secret keeping in outpatient therapy. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 50-57.
- Kolsallayan, A., Altok, K.A. & Köksal, A. (2015). Mükemmeliyetçilik ve Başarı Hedeflerinin Sporcuların İçinde Buldukları Olumlu-Olumsuz Duygu Durumlarını Belirlemedeki Rolü, *Spor Bilimler Derneği Mersin Üniversitesi*.
- Koydemir, & S., Schütz, A. (2014). Almanya’ da Türk Göçmenlerde Yaşam Doyumu: Kültürel Kimlik ve Benlik Kurgularının Rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehber-*

- lik Dergisi, 5(42), 208-220.
- Özbay, Y., Terzi, Ş., Erkan, S. & Cihangir-Çankaya, Z. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Profesyonel Yardım Arama Tutumları, Cinsiyet Roller ve Kendini Saklama Düzeyleri. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 1(4),60-71.
- Recepoğlu, E. (2013). Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumları ile Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* (1), 311-326.
- Terzi, Ş., Güngör, H. C., & Erdayı, G. S. (2010). Kendini saklama ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8(3), 645-660.
- Türkmen, M. (2012). Öznel İyi Oluşun Yapısı ve Anababa Tutumları, Özsaygı ve Sosyal Destekle İlişkisi: Bie Model Sınaması. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5/1, 41-73.
- Uysal, A., Lin, H., L. & Knee, C. R. (2010). The Role of Need Satisfaction in Self-concealment and Well-Being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36,187-199.
- Uysal, A. Lin, H., L., Knee, C. R, & 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.
- Yılmaz, E. & Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin İş Yerinde Yalnızlıkları ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(3).

Extended Summary

Life satisfaction and positive-negative emotion as predictors of confidentiality

PURPOSE

The purpose of this study is to determine whether life satisfaction and positive-negative affect predicts self concealment in Adolescent at a meaningful level. The sample of the study consists of students, who are studying 9th, 10th and 11th grades of Three different high schools existing in city center of Başakşehir/İstanbul.

METHOD

The research was conducted in the fall semester of the 2016-2017 academic year. Necessary permissions have been obtained for the application. The administrators in the application schools were informed. Students were selected by the random cluster sampling method. The data collected were collected according to the voluntary principle. We have taught the article subject from each application. It was learned that the aim of the study was to learn personal identity and it would be kept confidential in order for the students to answer sincerely. In addition, comments were made on how to respond to data collection tools. The research was analyzed in SPSS 15.0 statistical package program. Multiple regression analysis was conducted to determine that life satisfaction and positive-negative emotion scores of adolescents do not predict the achievement of keeping confidentiality scores.

Totally 303 students, including 9th, 10th, 11th students, participate in this study. These students 163 (%53.8) were females and 140 (46.2) were males who with age range 14 to 18, and mean age 16. These students were selected by employing random group sampling. It has been observed that 28% (85) of the students is 9th grade; 24.8% (75) of the stu-

dents is 10th grade; 24% (73) is 11th grade; 23% (70) is 12th grade. The relational survey method was administered in this study. Self-concealment Scale was developed by Larson and Chastain (1990) and adapted by Deniz ve Çok (2010). Positive-Negative Affect Scale was developed by Watson et al. (1988) and adapted by (Gençöz, 2000). Life Satisfaction Scale was developed by Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) and adapted by (Köker, 1991). In order to determine the socio-demographic characteristics of the individuals participating in the research, a personal information form was created by the researchers. In the Personal Information Form, the participants were asked about their grade level, their age and gender.

FINDINGS

Results indicated that the scores of the life- satisfaction and positive-negative affect is found to significantly predict self- concealment score. According to the findings obtained as a result of the research, there is significant relationship between life satisfaction score and self concealment score ($r=-0.23$, $R^2=0.055$, $p<0.01$). According to the analyzes carried out in the research life satisfaction explains 5.5 percent of total variance associated with self- concealment. With The data analysis made as a result of the research there is significant relationship between positive-negative affect and self concealment score (positive affect-self concealment $r=-.11$, $p\leq 0.05$, negative affect-self concealment $r=0.39$, $p<0.01$, $R^2=0.155$, $p<0.01$). Positive-negative affect explains as a whole 15.5 percent of total variance associated with self- concealment. These results show that life satisfaction and positive-negative affect of adolescents have a significant effect on self concealment.