T.C.
KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANA BİLİM DALI

DOKTORA TEZİ

İŞYERİNDE MERAK VE ÖZNEL İYİ OLUŞ İLİŞKİSİNDE NÖROBİLİŞSEL PERFORMANSIN DÜZENLEYİCİ ROLÜ: EEG VE NÖROPSİKOLOJİK ÖLÇÜMLER İLE DENEYSEL BİR ARAŞTIRMA

İLYAS ERTUĞRUL İNAN

Danışman : Prof. Dr. Aysun KANBUR
Jüri Üyesi : Prof. Dr. Azmi YALÇIN
Jüri Üyesi : Prof. Dr. Serkan DİLEK
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Müslüme AKYÜZ
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Ertuğrul ÇAVDAR

KASTAMONU-2026

TAAHHÜTNAME

Bu tezin tasarımı, hazırlanması, yürütülmesi, araştırmalarının yapılması ve bulgularının analizlerinde bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu; ayrıca tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada bana ait olmayan her türlü ifade ve bilginin kaynağına eksiksiz atıf yapıldığını, bilimsel etiğe uygun olarak kaynak gösterildiğini bildirir ve taahhüt ederim.

İlyas Ertuğrul İNAN

ÖZET

DOKTORA TEZİ

İŞYERİNDE MERAK VE ÖZNEL İYİ OLUŞ İLİŞKİSİNDE NÖROBİLİŞSEL PERFORMANSIN DÜZENLEYİCİ ROLÜ: EEG VE NÖROPSİKOLOJİK ÖLÇÜMLER İLE DENEYSEL BİR ARAŞTIRMA

İLYAS ERTUĞRUL İNAN

KASTAMONU ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
İŞLETME ANA BİLİM DALI
DANIŞMAN: PROF. DR. AYSUN KANBUR

Çalışma yaşamında bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri yalnızca örgütsel yapı, iş koşulları ve yönetsel uygulamalarla değil aynı zamanda bireylerin bilişsel kapasiteleri ve bu kapasiteleri kullanma biçimleriyle de yakından ilişkilidir. Bu bağlamda işyerinde merak, çalışanların öğrenmeye açıklık göstermesi, yeni bilgileri araştırması ve çevresel uyaranlara uyum sağlaması açısından önemli bir bilişsel ve motivasyonel yapı olarak değerlendirilmektedir. Bununla birlikte "işyerinde merak"ın öznel iyi oluş ve yaşam doyumu üzerindeki etkilerinin tüm bireylerde aynı düzeyde ortaya çıkmadığı ve bu etkinin bireylerin bilişsel kaynakları ile ilişkili olarak farklılaşabileceği düşünülmektedir. Bu çalışma, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyerek nörobilişsel performansın bu ilişkilerdeki rolünü bütüncül bir yaklaşımla ele almaktadır. Araştırmanın örneklemini bir ilimiz merkez ilçesinde faaliyet gösteren tekstil fabrikalarında çalışan 257 birey oluşturmaktadır. Veriler öznel iyi oluş ölçeği ve işyerinde merak ölçeği aracılığıyla toplanmıştır. Nörobilişsel performansın değerlendirilmesinde PsychoPy yazılımı kullanılarak uygulanan görsel hafıza, sözel hafıza, Stroop ve parmak tıklatma görevlerinden yararlanılmıştır. Bu görevler sırasında EEG cihazı aracılığıyla beyin aktivitesi eş zamanlı olarak kaydedilmiş ve söz konusu bilişsel görevlerle ilişkili olarak sağ ve sol beyin yarımkürelerinin göreli aktivasyon düzeyleri belirlenmiştir. Elde edilen veriler korelasyon, regresyon ve düzenleyici değişken analizleri kapsamında değerlendirilerek işyerinde merak, öznel iyi oluş ve nörobilişsel performans arasındaki ilişkilerin açıklanmasına yönelik disiplinlerarası bir çerçeve sunulmuştur. Araştırmanın amacı doğrultusunda oluşturulan hipotezler bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü ANOVA, korelasyon, regresyon ve Hayes Process düzenleyici etki analizleriyle test edilerek işyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolüne ilişkin bulgular elde edilmiştir.

ANAHTAR KELİMELER: Merak, İşyerinde Merak, Öznel İyi Oluş, Nörobilişsel Performans, EEG, Nöropsikolojik Ölçüm.

Temmuz 2026, 341 Sayfa

ABSTRACT

PH.D THESIS

THE MODERATING ROLE OF NEUROCOGNITIVE PERFORMANCE ON THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKPLACE CURIOSITY AND SUBJECTIVE WELLBEING: AN EXPERIMENTAL RESEARCH WITH EEG AND NEUROPSYCHOLOGICAL MEASURES

İLYAS ERTUĞRUL İNAN

KASTAMONU UNIVERSITY INSTITUTE OF SOCIAL SCIENCE
DEPARTMENT OF BUSINESS ADMINISTRATION
SUPERVISOR: PROF. DR. AYSUN KANBUR

In working life, individuals' levels of subjective well-being are closely related not only to organizational structures, working conditions, and managerial practices, but also to individuals' cognitive capacities and the ways in which these capacities are utilized. In this context, workplace curiosity is considered an important cognitive and motivational construct that supports employees' openness to learning, exploration of new information, and adaptation to environmental stimuli. However, it is assumed that the effects of workplace curiosity on subjective well-being and life satisfaction do not occur at the same level for all individuals, and that these effects may vary depending on individuals' cognitive resources. This study examines the relationships between workplace curiosity and subjective well-being and addresses the role of neurocognitive performance in these relationships from a holistic perspective. The sample of the study consists of 257 employees working in textile factories located in centre of one of our provinces. Data were collected using the Subjective Well-Being Scale and the Workplace Curiosity Scale. Neurocognitive performance was assessed through visual memory, verbal memory, Stroop, and finger tapping tasks administered using the PsychoPy software. During these tasks, brain activity was simultaneously recorded using an EEG device, and the relative activation levels of the right and left cerebral hemispheres associated with the respective cognitive tasks were identified. The obtained data were analyzed within the scope of correlation, regression, and moderation analyses, providing an interdisciplinary framework for explaining the relationships among workplace curiosity, subjective well-being, and neurocognitive performance. In line with the research objectives, the hypotheses were tested using independent samples t-tests, one-way ANOVA, correlation, regression, and Hayes PROCESS moderation analyses, yielding findings regarding the moderating role of neurocognitive performance in the relationship between workplace curiosity and subjective well-being.

KEYWORDS: Curiosity, Wokplace Curiosity, Subjective Wellbeing, Neurocognitive Performance, EEG, Neuropsychological Measurement.

July 2026, 341 Page

TEŞEKKÜR

Tez çalışmamın her aşamasında destek olan herkese teşekkür ederim.

İlyas Ertuğrul İNAN

Kastamonu, 2026

İÇİNDEKİLER

Sayfa

TEZ ONAYI ..... **ii**
TAAHHÜTNAME ..... **iii**
ÖZET ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
TEŞEKKÜR ..... **vi**
İÇİNDEKİLER ..... **vii**
ŞEKİLLER VE GÖRSELLER DİZİNİ ..... **x**
TABLOLAR DİZİNİ ..... **xi**
1. GİRİŞ **1**
1.1 Araştırmanın Problemi 6
1.2 Araştırmanın Amacı 7
1.3 Araştırmanın Önemi 7
1.4 Araştırmanın Varsayımları 9
1.5 Araştırmanın Hipotezleri 10
1.6 Araştırmanın Sınırlılıkları 11
2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE **12**
2.1 İşyerinde Merak 12
2.1.1 Merak Kavramı 13
2.1.2 Merak Duygulanım Boyutları 25
2.1.2.1 Keşif hazzı 28
2.1.2.2 Yoksunluk hassasiyeti 30
2.1.2.3 Strese dayanım 33
2.1.2.4 Fikirlere açıklık 34
2.1.3 Merak Kavramını Açıklayan Kuramlar 36
2.1.3.1 Bilgi açığı kuramı 36
2.1.3.2 Optimal uyarılma kuramı 38
2.1.3.3 İkili merak teorisi 40
2.1.3.4 Bilişsel uyum kuramı 41
2.1.3.5 Öz-yönelimli öğrenme kuramı 42
2.1.3.6 Nörobilişsel merak kuramları 43
2.1.4 Merak ve Faydaları 45
2.1.5 İşyerinde Merak Kavramı 48
2.1.6 Merak Kavramının Nörobilimsel Temelleri 53
2.1.7 Merak ve Etkileyen Faktörler 56
2.1.8 Merak Kavramının Değeri 58
2.1.9 Merak Kavramına Yönelik Araştırmalar 60
2.2 Öznel İyi Oluş 66
2.2.1 Öznel İyi Oluş Kavramı 66
2.2.2 Öznel İyi Oluşun Faydaları 71
2.2.3 Öznel İyi Oluş Boyutları 73
2.2.3.1 Genel doyum - olumlu duygulanım 75
2.2.3.2 Hoşa gitmeyen duygular - olumsuz duygulanım 77
2.2.3.3 Yaşam doyumu 78
2.2.4 Öznel İyi Oluşu Açıklayan Kuramlar 79

2.2.4.1 Uyum kuramı ... 80
2.2.4.2 Akış kuramı ... 80
2.2.4.3 Etkinlik kuramı ... 81
2.2.4.4 Çok yönlü uyuşmazlık kuramı ... 82
2.2.4.5 Erek kuramı ... 83
2.2.4.6 Aşağıdan yukarı yukarıdan aşağı kuramı ... 84
2.2.4.7 Ayar noktası kuramı ... 86
2.2.5 Öznel İyi Oluşu Etkileyen Değişkenler ... 87
2.2.6 İş Yaşamında Öznel İyi Oluşun Önemi ... 98
2.2.7 Öznel İyi Oluş Kavramına Yönelik Araştırmalar ... 100
2.3 Nörobilişsel Performans ... 108
2.3.1 Nörobilişsel Performans Kavramı ... 108
2.3.2 Beyin Anatomisi ... 109
2.3.3 Yürütücü İşlevler ... 111
2.3.4 Hafıza ... 112
2.3.5 Dikkat ... 115
2.4 İşyerinde Merak ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişki ... 117
2.4.1 Değişkenler Arasındaki İlişkinin Kuramsal Temelleri ... 118
2.4.1.1 Kaynakların korunumu kuramı ... 120
2.4.1.2 Kaynak kazancı, kaynak kaybı ve psikolojik sonuçlar ... 122
2.4.1.3 Kaynakların korunumu kuramı ve merak ... 125
2.4.1.4 Kaynakların korunumu kuramı ve öznel iyi oluş ... 127
2.4.1.5 Kaynakların korunumu kuramı ve nörobilişsel performans ... 129
2.4.1.6 Kuramların eleştirel değerlendirilmesi ve bu çalışmanın konumu 132
2.4.2 Değişkenler Arasındaki İlişkiye Yönelik Araştırmalar ... 139
3. YÖNTEM ... 147
3.1 Araştırmanın Modeli ... 147
3.2 Araştırmanın Örneklemi ... 148
3.3 Verilerin Toplanması ve Ölçekler ... 150
3.3.1 İşyerinde Merak Ölçümü ... 151
3.3.2 Öznel İyi Oluş Ölçümü ... 151
3.3.2.1 Yaşam doyumu ölçeği ... 151
3.3.2.2 Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği ... 152
3.3.3 Nörobilişsel Performans Ölçümü ve PsychoPy Aracılığıyla Deney .. 152
3.3.3.1 Parmak tıklatma testi ... 154
3.3.3.2 Sözel hafıza testi ... 155
3.3.3.3 Görsel hafıza testi ... 156
3.3.3.4 Stroop testi ... 158
3.3.4 EEG Deneyi ... 161
3.4 Verilerin Analizi ... 163
4. BULGULAR ... 166
4.1 Birinci Araştırma ve İşyerinde Merak Ölçeği Türkçe Uyarlaması ... 166
4.1.1 Ölçek ... 167
4.1.2 Ölçek Uyarlama Süreci ... 167
4.1.3 Bulgular ... 174
4.2 İkinci Araştırma ve Araştırma Modelinin Test Edilmesi ... 183
4.2.1 Örnekleme İlişkin Tanımlayıcı Bulgular ... 184
4.2.2 Araştırma Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı Bulgular ... 185
4.2.3 Araştırma Modelinin Test Edilmesine İlişkin Bulgular ... 196

4.2.3.1 Hipotez 1 ve hipotez 2'ye yönelik t-test bulguları 196
4.2.3.2 Hipotez 1 ve hipotez 2'ye yönelik tek yönlü ANOVA bulguları .. 199
4.2.3.3 Hipotez 3'e yönelik bulgular..... 203
4.2.3.4 Hipotez 4'e yönelik bulgular..... 204
4.2.3.5 Hipotez 5'e yönelik bulgular..... 207
5. TARTIŞMA 239
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 266
6.1 Sonuç 266
6.2 Öneriler..... 270
KAYNAKLAR 275
EKLER..... 339
EK A Veri Toplama Aracı..... 340

ŞEKİLLER VE GÖRSELLER DİZİNİ

Sayfa

Şekil 2.1 Merak ağı 18
Şekil 2.2 Öznel iyi oluş boyutları 75
Şekil 2.3 Yaşam doyumu ve medeni durum ilişkisi 90
Şekil 2.4 Yaşam doyumu ve ekonomik durum ilişkisi 93
Şekil 2.5 Beynin anatomisi ve fonksiyonel alanları 110
Şekil 2.6 Bellek sisteminin yapısı 114
Şekil 3.1 Araştırma modeli 148
Şekil 4.1 İMÖ uyarlama süreci 168
Şekil 4.2 Stroop test doğru yanıt oranı basit eğim ve anlamlılığı 209
Şekil 4.3 Stroop test ortalama yanıtların basit eğim ve anlamlılığı 211
Şekil 4.4 Gösel hafıza ortalama yanıtların basit eğim ve anlamlılığı 215
Şekil 4.5 Sözel test doğru yanıt oranı basit eğim ve anlamlılığı 218
Şekil 4.6 Sağ el toplam skoru basit eğim ve anlamlılığı 221
Şekil 4.7 Sağ el ortalama yanıt süresi basit eğim ve anlamlılığı 224
Şekil 4.8 Beyin bölgelerine göre stroop test basit eğim grafiği 228
Şekil 4.9 Beyin bölgelerine göre görsel hafıza testi basit eğim grafiği 231
Şekil 4.10 Beyin bölgelerine göre sağ el parmak tıklatma basit eğim grafiği 237

TABLOLAR DİZİNİ

Sayfa

Tablo 1.1 Hipotezler ve kullanılan istatiksel analizler 10
Tablo 2.1 Merak ile ilgili genel stratejiler 52
Tablo 2.2 İsteme-beğenme ve merak ilişkisi 55
Tablo 2.3 Merak ile ilgili araştırmalar 61
Tablo 2.4 Öznel iyi oluşa yönelik genel stratejiler 74
Tablo 2.5 Öznel iyi oluş ile ilgili araştırmalar 101
Tablo 2.6 Dikkat ağlarında yer alan anatomi ve kimyasal modülatörler 116
Tablo 2.7 Değişkenler arasındaki ilişki ile ilgili araştırmalar 139
Tablo 3.1 Değişkenlerin kaynakların korunumu kuramına göre anlamları 147
Tablo 3.2 Sözlü hafıza testi kelimeleri 156
Tablo 3.3 Görsel hafıza testi kullanılan resim kodları 157
Tablo 3.4 Stroop test tanıtım aşaması kelime ve renkler -I 159
Tablo 3.5 Stroop test tanıtım aşaması kelime ve renkler -II 160
Tablo 3.6 Beyin dalgalarının sınıflandırılması 162
Tablo 4.1 Birinci araştırma için demografik bulgular 166
Tablo 4.2 Kappa değeri anlamlılıkları 172
Tablo 4.3 Farklı zamanda verilen yanıtlar 173
Tablo 4.4 Kappa analiz sonuçları 173
Tablo 4.5 İMÖ açımlayıcı faktör analizi (İlk uygulama) 175
Tablo 4.6 İMÖ açımlayıcı faktör analizi (İkinci uygulama) 177
Tablo 4.7 Test ve tekrar test için ilişkili iki grup arası t testi 179
Tablo 4.8 Test ve tekrar test boyutlar arası korelasyon analizi 181
Tablo 4.9 İkinci araştırma için demografik bulgular 184
Tablo 4.10 Olumlu ve olumsuz duygulanım ifade ortalamaları 185
Tablo 4.11 Yaşam doyum ölçeği ifade ortalamaları 185
Tablo 4.12 İMÖ ifade ortalamaları 186
Tablo 4.13 EEG bulgularının ortalamaları 187
Tablo 4.14 Psychopy bulgularının ortalamaları 188
Tablo 4.15 OODÖ için KFA, geçerlik ve güvenirlik analizi 190
Tablo 4.16 OODÖ için alt faktörlerin normallik testi 191
Tablo 4.17 YDÖ için KFA, geçerlik ve güvenirlik analizi 192
Tablo 4.18 YDÖ için normallik testi 193
Tablo 4.19 ÖİO'ya ait veriler 194
Tablo 4.20 İMÖ için KFA, geçerlik ve güvenirlik analizi 194
Tablo 4.21 İMÖ için alt faktörlerin normallik testi 195
Tablo 4.22 Cinsiyet ve değişkenler t-testi bulguları 197
Tablo 4.23 Medeni durum ve değişkenler t-testi bulguları 198
Tablo 4.24 Yerleşim yeri ve değişkenler t-testi bulguları 199
Tablo 4.25 Yaş ve değişkenler varyans analizi bulguları 200
Tablo 4.26 Eğitim ve değişkenler varyans analizi bulguları 202
Tablo 4.27 Değişkenler arası korelasyon sonuçları 203
Tablo 4.28 Değişkenlere yönelik regresyon sonuçları 205
Tablo 4.29 Stroop test doğru yanıt oranı düzenleyici etkisi 208
Tablo 4.30 Stroop test yanıtlama süresinin düzenleyici etkisi 210

Tablo 4.31 Gösel hafıza doğru yanıt oranı düzenleyici etkisi..... 213
Tablo 4.32 Gösel hafıza ortalama yanıt süresi düzenleyici etkisi..... 213
Tablo 4.33 Sözel hafıza doğru yanıt oranı düzenleyici etkisi 217
Tablo 4.34 Sözel hafıza yanıt süresi düzenleyici etkisi 219
Tablo 4.35 Sağ el parmak tıklatma sayısı düzenleyici etkisi 220
Tablo 4.36 Sağ el ortalama parmak tıklatma süresi düzenleyici etkisi 223
Tablo 4.37 Sol el parmak tıklatma sayısı düzenleyici etkisi..... 225
Tablo 4.38 Sol el ortalama parmak tıklatma süresi düzenleyici etkisi..... 226
Tablo 4.39 Stroop test beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi 227
Tablo 4.40 Görsel hafıza beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi..... 230
Tablo 4.41 Sözel hafıza beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi..... 232
Tablo 4.42 Sol el parmak tıklama beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi 234
Tablo 4.43 Sağ el parmak tıklama beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi 236

1. GİRİŞ

Günümüz örgütleri hızla değişen teknolojik, ekonomik ve sosyal koşullar altında çalışanlardan yalnızca verilen görevleri yerine getirmelerini değil; aynı zamanda belirsizlikle başa çıkmalarını, yeni bilgileri hızla edinmelerini ve iş süreçlerini sürekli olarak yeniden değerlendirmelerini beklemektedir. Bu bağlamda çalışanların işle ilgili sorular sorma, alternatif yollar arama ve mevcut uygulamaları sorgulama eğilimleri örgütsel işleyiş açısından giderek daha kritik hâle gelmiştir. Bu eğilim, örgütsel literatürde işyerinde merak kavramı altında ele alınmakta ve çalışanın iş bağlamına yönelik bilgi arama, keşfetme ve anlamlandırma yönelimini ifade etmektedir (Mussel, 2013; Kashdan vd., 2020). İşyerinde merak örgütsel öğrenme, uyum ve yenilik süreçlerini besleyen temel psikolojik dinamiklerden biri olarak değerlendirilmektedir.

Merak, modern işyeri için en kritik yetkinliklerden biri olarak görülmektedir. Merak düzeyi yüksek olan ülkeler, daha yüksek GSYİH'lerin yanı sıra daha fazla ekonomik ve politik özgürlüğe sahiptir. Bu nedenle, gelecekteki işler daha az tahmin edilebilir hale geldikçe, artan sayıda kuruluşun, bireyleri zaten bildiklerinden ziyade öğrenebileceklerine göre işe alması şaşırtıcı olmayacaktır. İnsanların kariyerleri, (en azından kısmen) meraklarının bir sonucu olan akademik başarılarına hala büyük ölçüde bağlıdır. Minimum ilgi düzeyi olmadan hiçbir beceri öğrenilemeyeceğinden, merak, yeteneğin kritik temellerinden biri olarak kabul edilebilir. Albert Einstein'ın belirttiği gibi, "Benim özel bir yeteneğim yok. Ben sadece tutkuyla merak ediyorum.".

Örgütler amaçları açıkça yazılı veyahut sözlü olan ya da üyeleri ile dış çevresi tarafından bilinen yapılanmalar olarak görülmektedir. Örgütler bu belirli amaçları doğrultusunda çıktılarında etkinlik, etkililik ve verimliği artırarak sosyal-ekonomik düzlemde faaliyetlerini gerçekleştirmektedirler. Örgütlerin faaliyetlerini yürütürken kullandığı en temel kaynak insandır. Bu nedenden dolayı örgüt yazınında insan biyolojik, psikolojik ve sosyal boyutlarıyla incelenmektedir. Örgütler incelenirken insanın bütün boyutları ele alınarak araştırılmalı, insan davranışları altında yatan gizli örüntüler açığa çıkarılmalıdır. Tespit edilen gizli örüntüler sayesinde çıktılardaki sapmalar kolaylıkla düzeltilebileceği gibi insan kaynağının yönetimi kolaylaşacaktır.

İnsan kaynağı olarak bireyin davranışlarının incelenmesi örgüt araştırmalarının olmazsa olmazıdır. Çünkü örgüt yapılanması birey, birey-birey, birey-örgüt ve örgüt-örgüt etkileşimine maruz kalmaktadır. Bu nedenle bireyin davranış ve tutumlarının altında yatan faktörler incelenmeli ve birey hakkında boyutsal farkındalık düzeyi artırılmalıdır. Bireyin davranış ve tutumları doğrudan örgütün performansını etkilediğinden dolayı örgüt araştırmalarında ayrıntısıyla ele alınmaktadır.

Örgütlerde iş performansını tahmin etmek için kişilik değerlendirmelerini kullanma konusunda birçok araştırma bulunmaktadır. Çalışma ortamlarının gittikçe değişken, belirsiz, karmaşık ve belirsiz olduğu bir dünyada, temel kişilik özelliklerinden dolayı işte kimin başarılı ve tatmin olacağını en iyi tahmin eden değeri tespit etme çabaları artmaktadır. Özellikle mevcut örgütsel araştırma ve uygulamalarında ihmal edilen belirli bir kişilik boyutuna daha fazla ilgi gösterilmesi gerekmektedir ki bu özellik bireylerde mevcut olan meraktır. Merak örgüt içerisinde bireylerin yeni bilgiler aramasını, işle ilgili araştırmalarla yeni deneyimlemeler yapmalarını sağlamaktadır. Uzun vadede ise sürekli olarak meraklı duygulanımlarla hareket etmeyi sağlayarak kişisel ve örgütsel bilginin artmasına, entelektüel, yaratıcı kapasitelerin oluşmasına ve sosyal ilişkilerin güçlenmesine katkıda bulunmaktadır. İşyerinde merak bireyin genel kişilik temelli merak eğiliminden farklı olarak, doğrudan iş görevleri, rol beklentileri ve örgütsel bağlamla ilişkilidir. Bu kavram, çalışanın iş süreçlerindeki belirsizlikleri azaltma, performansını geliştirme ve çevresel taleplere uyum sağlama amacıyla bilgi arama davranışlarını içermektedir (Mussel, 2010; Harrison vd., 2011). Örgütsel araştırmalar, işyerinde merakın öğrenme davranışlarını, problem çözme kapasitesini ve yenilikçi performansı desteklediğini göstermektedir (Wiswell, 2000; Mussel, 2013; Reio ve Kashdan vd., 2020). Bununla birlikte bu bulgular, işyerinde merakın her çalışan için aynı psikolojik sonuçları doğurduğu varsayımını yeterince sorgulamamaktadır.

Son yıllarda yapılan çalışmalar, işyerinde merakın bazı çalışanlar için motive edici ve geliştirici bir deneyim sunarken, bazı çalışanlar için artan bilişsel yük ve psikolojik zorlanma kaynağına dönüşebileceğini ortaya koymaktadır (Harrison vd., 2011; Kashdan vd., 2020). Sürekli bilgi arama, belirsizlikle meşgul olma ve alternatifleri değerlendirme gerekliliği, çalışanların dikkat ve bilişsel kontrol kaynakları üzerinde

önemli bir baskı yaratabilmektedir. Bu durum, işyerinde merakın yalnızca olumlu örgütsel çıktılarla değil, aynı zamanda çalışanın psikolojik deneyimi ve öznel iyi oluşu ile de yakından ilişkili olduğunu göstermektedir.

Günümüzde bireyler, mensubu oldukları örgütlerde daha fazla zaman geçirmektedir. Bu durum hayatın tüm evrelerinde işle ilgili süreçlerin insanların mutluluk durumlarını etkilemesini beraberinde getirmektedir. Yoğun rekabet ortamında işletmeler için en değerli varlık olarak görülen insan kaynakları, işletmenin rakiplerine karşı konumunun belirleyicisidir. Haliyle çalışanların öznel iyi oluş düzeylerinin işletmenin rekabet ortamındaki yerini belirlemesi beklenmektedir. Yüzyıllar boyunca insanların yaptıkları tüm davranışların, hayata geçirdikleri eylem ve planların temelinde mutluluk yer almıştır. İnsanın yaşamsal var oluşunun temelinde mutlu olma duygusu olduğunu savunanlar dahi olmuştur. Bu nedenle ilk çağlardan itibaren mutluluk kavramı derin incelemelere tabi tutulmuştur. Mutluluk kişinin yaşamında karşılaştığı olayları bireysel algılama şekilleridir. Bireyden bireye değiştiği düşünülen bu algılama durumu örgüt içerisinde bireyin karşılaştığı olayları algılama düzeylerinde farklılıklara neden olmaktadır. Günlük hayatta mutluluk olarak ifade edilen kavram psikoloji bilim dalında birden çok tanımla ifade edilmektedir. Mutluluk; sevinç ve hoşnut olma gibi kavramlarla tanımlanırken bilim adamları tarafından öznel iyi oluş olarak incelenmektedir. Öznel iyi oluş kısa vadede hissedilen duygular yerine daha uzun süren iyilik hali olarak görülmektedir. Öznel iyi oluşta kişilerin kendi bakış açıları ölçüt olarak ele alınmaktadır.

Öznel iyi oluş, bireyin yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmeleri ile olumlu ve olumsuz duygusal deneyimlerinin bileşkesi olarak tanımlanmakta ve çalışanların iş yaşamındaki sürdürülebilirliklerinin temel göstergelerinden biri olarak kabul edilmektedir (Diener, 1984; Diener, vd., 2018). İşyerinde merak, uygun koşullarda çalışanın yetkinlik, anlam ve canlılık duygularını artırarak öznel iyi oluşu destekleyebilirken; bilişsel taleplerin yoğun ve sürekli olduğu bağlamlarda aynı eğilim, zihinsel yorgunluk ve stres üzerinden öznel iyi oluşta azalmaya yol açabilmektedir (Harrison vd., 2011; Kashdan vd., 2020). Bu çift yönlü etki, işyerinde merak ve öznel iyi oluş ilişkisinin koşullu bir yapıya sahip olduğunu düşündürmektedir.

Bu koşulluluğun açıklanmasında nörobilişsel performans, kritik bir bireysel kapasite alanı olarak öne çıkmaktadır. Nörobilişsel performans; dikkat, çalışma belleği, bilişsel esneklik ve yürütücü işlevler gibi süreçlerin bütünleşik işleyişini ifade etmekte ve çalışanın işle ilgili bilişsel talepleri hangi maliyetle karşılayabildiğini belirlemektedir (Miyake vd., 2000; Miller ve Cohen, 2001; Diamond, 2013). İşyerinde merak davranışları, doğası gereği sürekli bilişsel kontrol, bilgi entegrasyonu ve belirsizlik toleransı gerektirdiğinden, bu davranışların psikolojik sonuçları çalışanın nörobilişsel kapasitesine duyarlı hâle gelmektedir.

İşyerinde merakın hem potansiyel kazanımlarını hem de olası maliyetlerini açıklamak için Kaynakların Korunumu Kuramı (KKK) bütüncül bir kuramsal zemin sunmaktadır. KKK, bireylerin sınırlı sayıdaki bilişsel, duygusal ve sosyal kaynaklarını koruma ve artırma eğiliminde olduğunu; stres ve iyi oluş süreçlerinin bu kaynakların kazanımı ve kaybı üzerinden şekillendiğini ileri sürmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Bu perspektiften bakıldığında işyerinde merak, çalışanın dikkat, zaman ve zihinsel enerji gibi kaynaklarını kullanan bir işlevsel yatırım davranışı olarak değerlendirilmektedir (Halbesleben ve Wheeler, 2015).

Kaynakların Korunumu Kuramının temel ilkelerinden biri olan kaynak kaybı asimetrisi, işyerinde merakın neden bazı koşullarda öznel iyi oluşu zayıflatabildiğini açıklamada merkezi bir rol oynamaktadır. Kurama göre kaynak kaybı, eşdeğer büyüklükteki bir kaynak kazancına kıyasla birey üzerinde daha güçlü ve kalıcı psikolojik etkiler yaratmaktadır (Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda işyerinde merak, nörobilişsel kaynakları yeterli olan çalışanlarda öğrenme ve gelişim yoluyla kazanç sarmalları oluşturabilirken; kaynak kapasitesi sınırlı olan çalışanlarda bilişsel aşırı yüklenme ve stres üzerinden kayıp sarmallarını hızlandırabilmektedir (Westman vd., 2004; Halbesleben ve Wheeler, 2015).

İşyerinde merak literatüründe baskın olan öğrenme ve performans odaklı yaklaşımlar, çoğu zaman bu davranışların çalışanlar üzerindeki bilişsel maliyetlerini ikincil düzeyde ele almaktadır. Oysa işle ilgili sürekli sorgulama, bilgi arama ve alternatif üretme gerekliliği, yürütücü işlevler üzerinde önemli bir yük oluşturarak zihinsel yorgunluk ve regülasyon güçlüklerine yol açabilmektedir (Hockey, 1997; Arnsten,

2009). Nörobilişsel performans düzeyleri arasındaki bireysel farklılıklar, işyerinde merakın hangi çalışanlar için sürdürülebilir bir gelişim aracı, hangi çalışanlar için ise psikolojik risk faktörü hâline geldiğini açıklamada kritik bir anahtar sunmaktadır.

Sonuç olarak bu çalışma, KKK'nı merkeze alarak merak, nörobilişsel performans ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri sadece doğrusal ve evrensel bir etki varsayımı üzerinden değil aynı zamanda dinamik, koşullu ve bireysel kapasiteye duyarlı bir yapı olarak ele almaktadır. Böylece literatürde sıkça göz ardı edilen ve çoğu kuramsal yaklaşımda örtük biçimde bırakılan "hangi bedelle?" sorusunu kuramsal tartışmanın merkezine yerleştirmektedir (Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Ayrıca merak ve iyi oluş ilişkisini yalnızca "ne olur?" sorusu üzerinden değil, "ne zaman, kim için ve hangi bedelle?" soruları üzerinden ele alarak literatürdeki önemli bir kuramsal boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır. Bu yaklaşım, hem merak literatürüne hem de öznel iyi oluş literatürüne kaynak-temelli, nörobilişsel kapasiteyi içeren ve sürdürülebilirliği vurgulayan özgün bir katkı sunmaktadır. Bu yaklaşım, literatürde yaygın biçimde benimsenen "merak arttıkça öğrenme ve iyi oluş artar" yönündeki örtük varsayımı sorgulamakta ve bu ilişkinin ancak bireyin sahip olduğu bilişsel ve psikolojik kaynaklar çerçevesinde anlam kazandığını ileri sürmektedir (Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Merak, bu araştırmada, kendiliğinden ve bedelsiz bir içsel motivasyon olarak değil, dikkat, bilişsel kontrol ve zihinsel enerji gerektiren yüksek maliyetli bir kaynak yatırımı olarak kavramsallaştırılmakta olup bu yatırımın geri dönüşlerinin ise bireyin nörobilişsel performans düzeyine bağlı olarak değiştiği varsayılmaktadır.

Araştırma altı bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmanın hangi amaçla tasarlandığı, önemi, varsayımları, kapsam, sınırlılığı ve dayandırıldığı kuram aktarılmıştır. İkinci bölümde literatür taraması yapılarak değişkenleri açıklayan kuramlar aktarılmış, kuramlar eleştirel bir bakış açısıyla bölümün sonunda değerlendirilerek Kaynakların Korunumu Kuramının araştırmada neden esas alındığına yönelik kuramsal aktarımlarda bulunulmuştur. Üçüncü bölümde araştırmada izlenilen bilimsel yöntem aktarılmış ve toplanan verilerden elde edilen bulgular dördüncü bölümde belirtilmiştir. Araştırmanın beşinci ve altıncı bölümlerinde bulgular yorumlanarak tartışılmıştır. Araştırmada ayrıca iki ampirik yol izlenmiş olup

ilk olarak işyerinde merak ölçümü için İşyerinde Merak Ölçeği Türkçeye uyarlanmıştır. Ardından ölçekler aracılığıyla oluşturulan anket, PsyhoPy programı ile tasarlanan nörobilişsel ölçüm testleri ve EEG cihazı aracılığıyla karma bir veri toplama süreci benimsenmiştir.

1.1 Araştırmanın Problemi

Güncel örgütsel literatürde işyerinde merak, çalışanların öğrenme, uyum ve yenilikçilik kapasitelerini destekleyen olumlu bir bilişsel yönelim olarak ele alınmakta; bu eğilimin performans, problem çözme ve örgütsel gelişim üzerindeki katkıları vurgulanmaktadır (Mussel, 2013; Kashdan vd., 2020). Bununla birlikte, ampirik bulgular işyerinde merakın her çalışan için aynı psikolojik sonuçları üretmediğini; bazı çalışanlarda öznel iyi oluşu güçlendirirken, bazı çalışanlarda zihinsel yorgunluk, stres ve zorlanma ile birlikte seyrettiğini göstermektedir (Harrison vd., 2011). Bu durum, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin doğrusal ve evrensel bir etki varsayımıyla açıklanamayacağını ortaya koymaktadır.

Literatürdeki temel problem, işyerinde merakın psikolojik sonuçlarının hangi koşullarda ve hangi bireyler için olumlu ya da olumsuz hâle geldiğini açıklayan bütüncül bir kuramsal modelin eksikliğidir. Mevcut çalışmalar çoğunlukla işyerinde merakı motivasyonel ve öğrenme temelli çerçevelerle ele almakta; bu sürecin çalışanlar üzerinde yarattığı bilişsel maliyetleri ve kaynak tüketimini ikincil planda bırakmaktadır. Ayrıca bireyler arası nörobilişsel kapasite farklılıklarının, işyerinde merak ve öznel iyi oluş ilişkisindeki rolü, kuramsal ve ampirik düzeyde yeterince sistematik biçimde incelenmemiştir. Bu eksiklik, literatürdeki tutarsız bulguların nedenlerini açıklamayı güçleştirmektedir.

Bu kapsamda çalışmada, ilk olarak literatür taraması yapılmış olup değişkenleri açıklayan kuramlar aktarılmıştır. Literatür taraması sonrası deneysel uygulama ile belirtilen sorulara cevap aranmıştır: “Bireylerin merak duyguları ile öznel iyi oluşları arasında nasıl bir ilişki vardır? Bireylerin nörobilişsel performanslarının merak duygusu ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkideki düzenleyici rolü nasıldır?

1.2 Araştırmanın Amacı

İşyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki, doğrusal ve evrensel bir etki varsayımıyla açıklanamayacak kadar karmaşık bir yapı sergilemektedir. Kaynakların Korunumu Kuramı temelinde ele alınan nörobilişsel performans, işyerinde merakın psikolojik sonuçlarının neden çalışanlar arasında farklılaştığını açıklamada güçlü bir kuramsal çerçeve sunmaktadır (Hobfoll, 2001; Kashdan vd., 2020). Bu yaklaşım, işyerinde merakı yalnızca örgütsel faydalar üzerinden değil, bireysel sürdürülebilirlik ve bilişsel kapasite bağlamında ele alarak literatüre bütüncül ve eleştirel bir katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

Bu araştırmanın temel amacı merak ve öznel iyi oluş durumları arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyici rolünün olup olmadığının tespit edilmesidir. Bu kapsamda alan yazınındaki kaynaklardan yararlanılacak, araştırmaya konu olan temel kavramların tanımları, kapsamları, alt boyutları ve sonuçları ele alınacaktır. Araştırma kapsamında yapılan deneyler ile alana katkı sağlanması ve araştırmanın gelecekte yapılacak diğer araştırmalara öncül olması amaçlanmıştır.

Araştırmanın bir diğer amacı, işyerinde merakı Kaynakların Korunumu Kuramı temelinde ele alarak, bu davranışı çalışanın dikkat, zihinsel enerji ve bilişsel kontrol kaynaklarını kullanan bir kaynak yatırımı olarak kavramsallaştırmaktır. Bu yaklaşım sayesinde, işyerinde merakın hangi koşullarda kazanç sarmalları (öğrenme, yetkinlik ve iyi oluş artışı), hangi koşullarda ise kayıp sarmalları (bilişsel aşırı yüklenme, stres ve iyi oluşta azalma) ürettiği açıklanabilir hâle gelmektedir. Böylece çalışma, işyerinde merak ve öznel iyi oluş ilişkisindeki bireysel farklılıkları kuramsal olarak temellendirmeyi amaçlamaktadır.

1.3 Araştırmanın Önemi

İletişim kanallarının artması ve teknolojinin gelişmesiyle birlikte günümüz iş yaşamında rekabet hızla artmaktadır. Artan rekabet beraberinde işletmelerin kendilerini rakiplerinden daha güçlü kılmalarını zorun hale getirmiştir. Bu zorunlulukla birlikte işletmeler teknoloji ve insan kaynaklarına yönelmektedirler. Üretimin çeşitli safhalarında yer alan insan kaynaklarının etkili yönetimi işletmelere

rekabet avantajı katacaktır. İnsan kaynakları yönetiminde meydana gelebilecek herhangi bir olumsuzluk işletmenin rekabet avantajını yitirmesine neden olacaktır. Bundan dolayı örgütler üyelerinin davranışları altında yatan temel güdüleri incelemek ve bu güdülerden örgüt yararına olanları geliştirmek durumundadırlar. Bu anlamda çalışanların davranışlarının incelenmesi, ortaya çıkış nedenlerinin ve sonuçlarının araştırılması işletmeler için önem arz etmektedir.

Çalışanların merak duygularının artırılması ve mutlu çalışanların yaratılmasının örgütün çıktılarında olumlu etkilere sebep olacağı düşünülmektedir. Merak duygulanımı yüksek olan çalışanların örgüt sinerjisine olumlu katkıda bulunacağı böylece örgütün gelişmesinde kilit rol oynayacakları görülmektedir. Merak duygusu gibi literatürde öznel iyi oluş olarak geçen mutluluk durumunun da benzer etkiye sahip olacağı değerlendirilmektedir. Mutlu çalışanlar beraberinde mutlu örgütler doğrururlar. Mutlu örgütler de hem faaliyetlerini sürdürdükleri ülkeye katma değer katarlar hem de diğer örgütlere karşı örgütün rekabet avantajı elde etmesini sağlarlar. Özellikle ülkemizde yönetim ve örgüt alan yazınında merak duygulanımını inceleyen çalışmalar çok az sayıdadır. Bu değişkenin incelenmesi ile alan yazındaki bu boşluğun doldurulabileceği öngörülmektedir.

Literatür taraması yapıldığında ülkemizde nöro-yönetim alanında EEG ve nöropsikoloji ölçümlerinin kullanıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma işyerinde merak literatürüne üç temel açıdan özgün bir katkı sunmaktadır. İlk olarak, işyerinde merakı yalnızca örgütsel faydalar ve performans çıktıları üzerinden değil, çalışanın psikolojik sürdürülebilirliği bağlamında ele alarak literatürdeki önemli bir boşluğu doldurmaktadır. Merak davranışının bilişsel maliyetlerini görünür kılması, merakın "her koşulda iyi" olduğu yönündeki örtük varsayımları sorgulamaya açmaktadır. İkinci olarak çalışma, nörobilişsel performansı işyerinde merak ve öznel iyi oluş ilişkisinde merkezi bir düzenleyici değişken olarak konumlandırmaktadır. Bu yaklaşım, literatürde sıklıkla ihmal edilen bilişsel kapasite farklarını teorik tartışmanın merkezine taşımakta; aynı iş taleplerinin neden bazı çalışanlar için geliştirici, bazı çalışanlar için ise yıpratıcı sonuçlar doğurduğunu açıklamada güçlü bir çerçeve sunmaktadır. Bu yönüyle çalışma, örgütsel psikoloji ile nörobilişsel yaklaşımlar arasında bütünleştirici bir köprü kurmaktadır.

Son olarak, Kaynakların Korunumu Kuramı temelinde geliştirilen model, işyerinde merakın bedel–getiri dengesi üzerinden değerlendirilmesini sağlayarak hem akademik hem de uygulamalı alanlar için önemli çıkarımlar sunmaktadır. Örgütler açısından bu bulgular, çalışanlarda merakı sınırsız biçimde teşvik etmenin her koşulda olumlu sonuçlar doğurmayabileceğini, bilişsel kapasite ve kaynak desteği gözetilmeden yapılan uygulamaların çalışan iyi oluşunu zayıflatabileceğini göstermektedir. Bu nedenle çalışma, işyerinde merak, öznel iyi oluş ve bilişsel kapasite ilişkisine dair daha sürdürülebilir ve gerçekçi bir bakış açısı geliştirilmesine katkı sağlamaktadır.

Çalışmanın ülkemizde nöro-yönetim ve nöro-örgüt alanında yapılacak olan çalışmalara öncülük edeceğine inanılmaktadır. Nöropsikolojik ölçümlerden elde edilen verilerle birlikte EEG verilerinin değerlendirilmesinin yönetim ve örgüt alan yazınında yöntemsel bir yeniliğin kapılarını aralayacağı değerlendirilmektedir.

1.4 Araştırmanın Varsayımları

Varsayımlar araştırmanın üzerine kurulu olduğu temel önermelerin açıklığa kavuşturulmasında kritik rol oynamakta, çalışmanın yürütülebilmesi için doğru olarak kabul edilerek bulguların yorumlanabileceği çerçeveyi belirlemektedir. Bu kapsamda çalışmadaki varsayımlar hem ölçek düzeyine hem de EEG ölçüm düzeyine yönelik olarak iki kategoride ele alınabilir. Çalışmada öncelikle katılımcıların araştırma kapsamında elde edilen verileri içtenlikle cevapladıkları kabul edilmiştir. Araştırma kapsamında hazırlanan veri toplama yöntemleri ve verilerin analizinde yararlanılan yöntemlerin araştırma amacına uygun ve yeterli oldukları varsayılmıştır. Ölçülmek istenen değişkenlerin araştırmada kullanılan ölçekler aracılığıyla tespit edilebildiği kabul edilmiştir. Çalışmada EEG ölçüm düzeyine yönelik varsayımlar ölçümün kendi yöntem ve beyin fonksiyonel hareketliliğine yönelik varsayımlardır. Zihindeki değişiklik ve aktiflenmenin metabolik aktiflenmeye neden olduğu ve bu aktiflenmenin EEG cihazlarıyla ölçümlenebildiği kabul edilmiştir. EEG deneyleri için uyaran olarak gösterilen resimler ve uygulanan deneylerin katılımcıların bu etkilere yönelik tepkilerini, algılarını ve tutumlarını göstermektedir. Uyaranların ardı sıra farklılaşmasının beyin bölgelerindeki elektrik aktivitesinde değişime neden olduğu kabul edilmiştir.

1.5 Araştırmanın Hipotezleri

Bu çalışmanın temel amacı merak ve öznel iyi oluş durumları arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyici rolünün olup olmadığının tespit edilmesidir. Bu kapsamda çalışmada aşağıdaki araştırma sorularına cevap aranmaktadır:

- Çalışanların merakları ne düzeydedir?
- Çalışanların merak düzeyleri demografik özelliklere göre değişmekte midir?
- Çalışanların öznel iyi oluşları ne düzeydedir?
- Çalışanların öznel iyi oluş düzeyleri demografik özelliklere göre değişmekte midir?
- Çalışanların merak düzeyleri ile öznel iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- İşyerindeki merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü var mıdır?

Yukarıda yer alan araştırma soruları kapsamında aşağıdaki tabloda sunulmakta olan hipotezler geliştirilmiş olup hipotezlerin test edilmesinde yararlanılması planlanan analiz yöntemleri de tabloda belirtilmiştir.

Tablo 1.1 Hipotezler ve kullanılan istatiksel analizler

	Araştırma Hipotezleri	**İstatistiksel Analizler**
1	Demografik özelliklere göre işyerinde merak düzeyi değişmektedir.	T-testi/One Way Anova
2	Demografik özelliklere göre öznel iyi oluş düzeyi değişmektedir**.**	T-testi/One Way Anova
3	İşyerinde merak ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki vardır.	Korelasyon Analizi
4	İşyerinde merak öznel iyi oluşu anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir.	Regresyon Analizi
5	İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır.	Hayes Process

1.6 Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmada nicel veriler ölçekler aracılığıyla, nörobilişsel performans skorları PsychoPy programında tasarlanan deneylerle birlikte beyin elektiriksel aktivitesindeki değişimlerin tespit edildiği EEG cihazı kullanılarak tespit edilmiştir. Araştırmada kullanılan her veri toplama metodu kendi bağlamında raporlanmıştır. Elde edilen verilerle araştırma kapsamında oluşturulan sorulara ve hipotezlere bütünleşik olarak cevaplar aranmıştır. Araştırma amacına yönelik olarak elde edilen veriler için kullanılan metodlara yönelik Kastamonu Üniversitesi'nden onay alınmıştır.

Bu araştırmaya ilişkin verilerin toplanmasında yararlanılan ölçekler ile hazırlanan araştırma anketi, araştırma sürecinde anket, EEG ve nöropsikolojik ölçüm tekniklerinden yararlanılması, verilerin istatistiksel teknikler ile değerlendirilmesi ve verilerin analiz edilmesinde yararlanılan istatistiksel analizler araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır. Ayrıca araştırma, bir ilimizde araştırmaya katılmak isteyen özel kuruluşlardaki çalışanlar ile sınırlandırılmıştır. Araştırmada incelenen değişkenler farklı sektörlerde, farklı illerde karşılaştırmalı olarak ele alınabilir.

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde işyerinde merak, öznel iyi oluş ve nörobilişsel performans değişkenlerinin kuramsal temelleri ile aralarındaki olası ilişkiler aktarılmıştır. Bu kapsamda öncelikle işyerinde merak, çalışanın yeni bilgiye yönelmesi, belirsizliği araştırması, farklı fikirlere açık olması ve iş ortamında öğrenmeye dönük keşif davranışları sergilemesi açısından ele alınmaktadır. Ardından öznel iyi oluş, bireyin yaşamını bilişsel ve duygusal boyutlarıyla değerlendirme biçimi çerçevesinde incelenmektedir. Nörobilişsel performans ise dikkat, işlem hızı, hafıza ve yönetici işlevler gibi bilişsel süreçlerin sinirsel temellerine dayanan bir kapasite alanı olarak değerlendirilmektedir. Son olarak işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki, merakın bireyin öğrenme, anlam üretme, uyum sağlama ve psikolojik kaynaklarını geliştirme potansiyeli üzerinden açıklanmakta ve bu ilişkinin nörobilişsel performans gibi bireysel kapasite unsurlarıyla birlikte daha kapsamlı biçimde anlaşılabileceği varsayılmaktadır.

2.1 İşyerinde Merak

İşyerinde merak, bireyin çalışma ortamında karşılaştığı olayları, görevleri, süreçleri, insan ilişkilerini ve yeni bilgileri anlama, keşfetme ve derinlemesine inceleme yönündeki istekliliğini ifade eden önemli bir psikolojik eğilimdir. Bu kavram, yalnızca yeni bilgiye ilgi duymayı değil, aynı zamanda belirsizlikleri araştırma, sorunların altında yatan nedenleri sorgulama, farklı bakış açılarına açık olma ve iş süreçlerinde öğrenmeye dönük aktif bir yönelim sergilemeyi de kapsamaktadır (Kashdan vd., 2020). İşyerinde merak gösteren bireyler, rutin görevleri yalnızca yerine getirmekle yetinmemekte, yaptıkları işin anlamını, nasıl daha iyi yapılabileceğini, mevcut uygulamaların hangi açılardan geliştirilebileceğini ve farklı çözüm yollarının neler olabileceğini de sorgulamaktadır. Bu nedenle işyerinde merak, öğrenme çevikliği, yenilikçilik, problem çözme kapasitesi, yaratıcılık ve uyum sağlama becerisiyle yakından ilişkilendirilmektedir (Chang ve Shih, 2019). Özellikle değişimin hızlı yaşandığı, belirsizliğin arttığı ve bilgi üretiminin örgütsel başarıda belirleyici hâle geldiği çağdaş çalışma yaşamında merak, çalışanların yalnızca bireysel gelişimlerini

destekleyen bir özellik değil, aynı zamanda örgütlerin öğrenme kapasitesini güçlendiren stratejik bir kaynak olarak da değerlendirilmektedir (Chen vd., 2025). Merak düzeyi yüksek çalışanlar, yeni görevleri tehditten çok gelişim fırsatı olarak algılayabilmekte, karmaşık sorunlar karşısında daha fazla bilgi arayışına girebilmekte ve farklı kişilerden gelen görüşleri dikkate alma konusunda daha açık davranabilmektedir. Bunun yanında işyerinde merak, çalışanların işlerine yönelik içsel motivasyonunu artırarak görevlerine daha yüksek düzeyde bilişsel ve duygusal katılım göstermelerine katkı sağlayabilmektedir. Ancak bu yapının olumlu etkileri, büyük ölçüde örgütsel iklimin destekleyici niteliğine bağlıdır. Psikolojik güvenliğin düşük olduğu, hata yapmanın ağır biçimde cezalandırıldığı, soru sormanın ya da farklı düşünmenin hoş karşılanmadığı iş ortamlarında merak bastırılabilmekte; buna karşılık öğrenmeyi destekleyen, keşfi teşvik eden ve farklı fikirleri değerli gören örgütsel yapılarda merak daha görünür ve işlevsel hâle gelebilmektedir. Bu nedenle işyerinde merak, sadece bireysel bir kişilik eğilimi olarak değil, aynı zamanda örgütsel kültür, liderlik tarzı, iş tasarımı ve sosyal etkileşim örüntüleriyle birlikte şekillenen çok boyutlu bir olgu olarak ele alınmalıdır. İşyerinde merak, çalışanların bilgiye yönelimini, yeniliğe açıklığını, derinlemesine düşünme eğilimini ve belirsizlik karşısındaki keşif davranışını yansıtan, hem bireysel performans hem de örgütsel öğrenme ve uyum açısından önemli katkılar sunan temel bir psikolojik kaynak niteliği taşımaktadır (Edmondson, 1999; Kashdan vd., 2023).

2.1.1 Merak Kavramı

Merak, zihinlerde büyük ölçüde ilk tutku ve son olarak algılanmakta ve belki de her zaman tefekkür yetilerinin gücü ile orantılı olarak baskın olarak değerlendirilmektedir (Johnson, 1820: 59). Merakın ilk tutku olarak görülmesi doğum ile başlamasından, bir son olarak görülmesi ise merakın yalnızca ölümle birlikte bireyde yok olmasından kaynaklanmaktadır. Doğum-ölüm ilişkisinde yaşam boyu bir güdüsel meraklılık hali hâsıl olmaktadır. Bu süreklilik içerisinde merak yeni ve zorlu fırsatların istemli olarak tanınmasını, takibini ve özdenetimini sağlamaktadır (Kashdan ve Fincham, 2004: 483).

İnsan, dünya, doğa, sanat, bilim, metafizik gibi kavramların var olabilmesi için bu kavramların varlığına şahitlik edebilecek bir "ben" kavramının yani bireyin olması gerekmektedir. Kavramların var olması onu algılayanın olmasıyla var olsa da bireydeki merak yoksunluğunda bu kavramların varlıkları sorgulanır hale gelecektir. Merak var olduğu sürece insan dünyada var olmaktadır (Altunışık, 2016: 7) ve bu var oluş ikircikliği sayesinde bilen-bilinen ilişkisi doğmakta, yaşam anlam kazanmaktadır. İnsan merakı sayesinde öğrenmeye, bilmeye ve bilineni var etmeye yönelmektedir. Merak, insanların bilgi arzusuna rehberlik etmektedir. İnsanoğlu dünyaya ilk adımını atmasıyla birlikte tanımadığı, yeni deneyimlemeler edineceği bir ortama girmektedir. Bu yeni bireyde keşfetme ve çevresini tanıma arzusunu doğuran merak davranışı, bireysel gelişimin de hızlanmasını sağlamaktadır (Acun vd., 2013). Kişi gözlerini açtığı andan itibaren bir şeyler öğrenmeye çalışmaktadır. Çünkü diğer canlılardan farklı olarak insanlar dünyaya büyük bir merakla gelmektedirler. Bireyde öğrenme ihtiyacı asla bitmemekte ve ölene kadar sürmektedir. Merak, öğrenmenin ve bilginin anahtarı olarak görülmektedir (Kapıkıran ve Susar Kırmızı, 2019). Bir dil yükü olan merakı anlamak için insan bilincini anlamak çok önemlidir. Bilmek istediklerimizin sınırlılığı, ifade edebileceğimiz ve kelimelerle ifade etmeye çalışabileceğimiz düşüncelerde yatmaktadır. Merak, bireyin dili kullanma ve ifade etme becerisiyle de sınırlandırılmaktadır. Dili kullanma yeteneği ne kadar geniş olursa, merakın kapsamı da o kadar geniş olacaktır (Altunışık, 2016: 12). Birey için doğumla başlayan ölümle sona eren, insanlık için ilerlemenin, gelişmenin temeli olan merak kavramının tüm boyutlarıyla tartışılması ve anlaşılması yaşamın anlamının özümsenmesi açısından dikkate değer olarak algılanmaktadır.

İngilizce "curiosity" kelimesi Latince 'curiosus' kelimesinden türetilmiştir. 'Curiosus' kelimesi meraklı anlamına gelmektedir. Latincede meraklı kelimesine verilen diğer bir kelime ise öğrenci anlamındaki 'studiosus' kelimesidir. Latincede 'studiosus' kelimesi yerine kullanılan diğer bir kelime ise disiplin anlamına gelen 'discipulus' kelimesidir. Latince anlamlardan da görüldüğü üzere merak kelimesi bir bilgiye giden bir araç ve sistematik bir disiplindir. İngilizce "curiosity" kelimesi "inquisitive (meraklı)" ve "careful (dikkatli)" anlamına gelmektedir. Bu nedenle, hem dışarıya yönelik bir keşif amacı hem de içe dönük bir kendini koruma amacı kavramda ima edilmektedir. "curiosity" kelimesi İtalyanca'da 'cura' kelimesine denk gelmekte olup etimolojik

bağlantısı İngilizce ‘cure (tedavi)’ kökünden türemiş olup kabul ettiğimiz şeyin kendi kendini sürdüren, hatta kendi kendini iyileştirme amaçlı bir tutum olarak bilinmektedir (Akhtar, 2019: 28). Diğer sözlük anlamları ise şu şekilde sıralanmaktadır; sorgulamaya yönelik ilgi, başkalarının ilgi alanlarına ve yaşamlarına yersiz sorular sorma ya da burnunu sokma, aşırı incelik veya titizlik, alışılmadık bir ayrıntı, alışılmadık veya dışarıdan gelen-dikkat çeken karakteristlere ilgi uyandıran (Mish, 2003: 306).

Merak, değerine ithafen her dilde kendine özgü bir anlam bulmuştur. Merak kelimesinin diğer dillerdeki anlamı ise Hintçe ‘jigyasa’, Sanskritçe ‘gya (bilmek)’ ve ‘san (arzu)’ kelimesinden türemiştir. Nispeten İspanyolca ‘curiosidad’ İngilizce “curiosity” kelimesi ile aynı anlamdadır. Bununla birlikte, ‘merak’ın Arapça karşılığı olan ‘fudoul’ ilginç bir boyut katmaktadır. Fudoul kelimesi fadl’den (birine dikkat ve nezaket de dahil olmak üzere iyi bir şey veren) türemiş olup kelimenin merak niteliğine bir nebze iyilik katmaktadır. Merak için Çince ifade, kişinin ilgisini uyandıran bir şey hakkında daha fazla bilgi sahibi olmayı istemek anlamına gelen birleşik kelime olan ‘how-chi’ kelimesidir (Akhtar, 2019: 28). Arapça muadilinden daha az açık bir şekilde olsa da, how-chi kelimesi de ayrıca merak için olumlu bir değer atamaktadır.

Merakı ele alan ilk dönem yazarları, toplumların merakı özünde yüceltici olarak benimsedikleri veya onu dejeneratif anlamsızlık olarak şeytanlaştırdıkları alternatif dönemleri tanımlamaktadırlar (Blumenberg, 1983: 299-438; Harrison, 2001). Merakla insanlar yeni bilgiler öğrenmekte eskilerinin yanlışlanmasını sağlamaktadırlar. Eski bilgiye bağlı olanların çokluğu yeni bilgilerden korkulmasına neden olmakta, dolayısıyle merak bu insanlar için şeytanlaştırılmaktadır. Örneğin, Aristoteles merakı, doğası gereği yücelten bir dürtü olarak görmüş ve merakın bireyi bilgi aramaya iten güç olduğunu öne sürmüştür. Bu bakış açısı kısmen Aristoteles’in Sokrates tasvirinin neden Sokrates’in adını soru sorma alışkanlığıyla eşanlamlı hale getirdiğini ve genellikle merakın bir sonucu olarak kabul edildiğini açıklayabilmektedir. Bunun tersine, Pandora ve Orpheus’tan Havva ve Lot’un karısına kadar ilk mitler ve dini metinler, merakı doğuştan yıkıcı olarak tasvir etmektedirler (Harrison, 2009). Merak ve keşfetmenin karanlık bir yanı bulunmaktadır. Merak, çok fazla soru sorulmasına, başkalarından rahatsız olunmasına ve her şeyin gözetlenmesine neden olabilmektedir (Bacanlı ve Türk Kurtça, 2020: 107). Komşuların birbirlerinin evinde neler olduğunu

öğrenmeye çalışmaları, patronun özel yaşantısının nasıl olduğunun araştırılması ya da uyarıcı bir maddenin nasıl tüketildiğinin merak edilmesi gibi eylemler merakın karanlık yanını oluşturmaktadır. Birçok düşünür merakın önemini kavrayıp onu anlamsızlık, ahlaksızlığa açılan bir kapı, bilgiyi derinleştirmek ve geliştirmek için bir erdem, bilgelik olarak farklı boyutlarda görmüştür (Harrison, 2009: 35). Atasözleri merakın potansiyel korkunç sonuçları hakkında uyarıda bulunurken, psikologlar geleneksel olarak merakı daha olumlu bir ışık olarak görmüşler ve merakın yenilik veya meydan okuma arayışıyla ilgili uyarlanabilir bir motivasyon süreci olarak nasıl işlediğini vurgulamışlardır (Gallagher ve Lopez, 2007: 236).

İnsanoğlu varlığını devam ettirdikçe çevresiyle etkileşim halinde olmakta ve bu etkileşim neticesinde bireysel farklılaşmalar oluşmaktadır. Merak, yaşamın farklı alanlarında ve aşamalarında çok önemli bir değişken olarak tanımlanmakta (Rochford, 2004: 44), bireysel değişiklikler aracılığıyla özgünleşmektedir (Demirel ve Coşkun, 2009). Merak, merak etme kapasitesi ve kişinin henüz anlamadığı konularla ilgili şaşkınlıktır. Dolayısıyla merak, yargılamayı askıya alma ve kişinin özel, harici ve sosyal dünyalarının koşullarını tutkulu bir ilgiyle keşfetme kapasitesini içermektedir. Zamanla merak, soru sorma ve kişinin değer verdiği ve sağlam tuttuğu her şeyden düzenli olarak şüpheye düşme isteği ile kendini korumaktadır (Goldberg ve Crespo, 2003: 289). Böylece belirli bir düzeyde kendi devamını sağlayabilmektedir. Hayatın her aşamasındaki var oluşu anlamaya yönelik bireyde oluşan merak anlamsallık için önemli bir araçtır. Bu araç dünyayı anlamadaki içsel dürtü olarak önemli bir faktör (Goldberg ve Crespo, 2003: 284-291), bilgi ediniminin temeli (Berlyne, 1954), yeniliğe uyumu kolaylaştıran etken (Kashdan ve Fincham, 2002), keşfetmeyi tetikleyen bir motiv (Litman vd., 2005: 576), bilinebilen ve bilinemeyen arasındaki gerilimdir (Mayes, 1991: 4). Merak entelektüel katılım, bilgi ihtiyacı ve yeni fikirlere açık olmayla ilgilidir (Celik vd., 2016). Merak kavramı, insanların yeni fikirleri, çevrelerini ve kendilerini keşfetmelerini sağlamaktadır (Rochford, 2004: 44). Merak ne empati ne de merhamet olmayıp doğuştan gelen bir insani dürtüdür. Bütün çocuklar devamlı bir meraklılık hali içerisindedirler. Merak onların uzanmasını, sürünmesini, yürümesini, konuşmasını sağlamaktadır. Merak, korktuğumuzda dünyada var olmamızı sağlayan özelliğe sahiptir. En yüksek değerlerimiz ve en temel eğilimlerimizle iyi veya kötü bir şekilde birleştirilebilmektedir (Migdow, 2008: 47).

Merak tam anlamıyla daha iyi bilişe yönelik dürtüyü belirtmek için oldukça zayıf bir terim olmakla birlikte nesnelerin farkedilebilir yenilikleri parlak, canlı ya da şaşırtıcı olarak algılanırsa dikkat nesne üzerinde odaklanır ve daha fazlasını bilme arzusu (tamamlayıcı bilgiye yönelik istenç) bastırılana kadar devam eder. Böylece daha yüksek, daha entelektüel biçiminde, tamamlayıcı bilgiye yönelik dürtü, bilimsel veya felsefi merak karakterini alır (James, 1899: 37). Bu karakterleri sayesinde merak bireyde yaratıcılığın doğmasını teşvik edebilecektir. Yaratıcılık bilinçaltında tutulan, ancak öğrenerek ve bilgi edinerek kendini gösterebilen çok özel bir yetenek (Tamdogon, 2006: 140) olup günlük yaşantımızda karşılaştığımız problemlere alternatif çözümlerin bulunması açısından elzemdir. Her çözümle birlikte bireyde yeni bir merak doğacak, bu merakın teşvik ettiği devam eden tüm olaylara ilgi duyma, bütün konuları büyüleyici bulma, araştırma ve keşfetme (Peterson ve Park, 2004: 437) güdüleri bireydeki bilişi destekleyecektir. Merak ve bilişin yakından ilişkili olduğu birçok araştırmayla doğrulanmıştır. Merak bilişsel işleyişe katkı sağlamakta entelektüel potansiyelin kullanımını da kolaylaştırmaktadır (Kreitler vd., 1974). Merak uyaranlarla (Berlyne, 1957), özünde motive edilmiş değerler ve hedef takibiyle (Ryan ve Deci, 2000: 70-71), bilginin işlenmesiyle (Munsinger ve Kessen, 1964: 21), öğrenme motivasyonuyla (Berlyne, 1950), yeterlilik duygusuyla (White, 1959) doğrudan ilgilidir.

Merak kavramı ve genel çerçevesi üzerinde araştırmacılar henüz mutabakata varamamışlardır. Merakı araştıran teorisyenler birbiriyle ilişkili birçok konuyla mücadele etmektedirler. İlk olarak, araştırmacılar içgüdü teorileri, dürtü teorileri, optimal uyarılma teorileri, bilgi boşluğu teorisi ve akış teorisi arasında gidip gelerek merakın kaynağını açıklamaya çalışmaktadırlar. Bu farklı teorik açıklamalar, ikinci bir teorik zorluğa yol açmakta: çoğu araştırmacı, merakın ikili veya ikircikli duygusal durumlar üretme eğilimini kabul etse de, farklı teorik bakış açıları, merakla ilişkili olumlu veya olumsuz duyguları tercih etme eğiliminde olmaktadırlar (Harrison, 2009: 37). Dolayısıyla merak araştırmalarda birçok kelime ile eş anlamlı/yakın anlamlı olarak kullanılmış olsada varoluşu, etkisi, anlamı ve yapısı açısından kendine özgü bir kavramdır. Merak kavramının diğer kavramlarla ilişkisi aşağıda yer alan şekilde belirtilmektedir.



Şekil 2.1 Merak ağı (Mussel, 2013)

Yukarıdaki spiral şekilde merkeze yakın olan kavramlar merkezde yer alan merak kavramı ile daha yüksek korelansyona sahiptirler. Yani diğer kavramların merak ile korelasyonu yüksekten düşüğe doğru, merkezden dışa olacak şekilde belirtilmiştir. Beş büyük kişilik özelliklerine gelince, merakın en çok açıklıkla, özellikle de fikirlere yönelik yön açıklığıyla yakından ilişkili olduğu görülmektedir (Mussel, 2010). Merak, öğrenmeye yönelik içsel motivasyonla ilgili olup bazı araştırmacılar da merakı öğrenmek için içsel motivasyonun bir unsuru olarak kavramsallaştırmaktadırlar (Deci ve Ryan, 1993; Amabile vd., 1994; Clark ve Seider, 2017). Merakın ilgiyle yüksek korelasyonda, araştırma ilgisiyle orta korelasyonda, sosyal ve sanatsal ilgiyle orta korelasyonda olduğu anlaşılmaktadır (Naylor, 1981).

Merak genellikle deneyim ve farklı alanlardaki insan keşif davranışlarını motive etme isteği (Chen ve Hsu, 2021: 1) olarak yeni, belirsiz ve karmaşık koşullarla birlikte değerlendirilmektedir. Bu bağlamda deneyime açıklık, yenilik arayışı, biliş ihtiyacı, içsel motivasyon, belirsizliğe tolerans, hayal kırıklığına tolerans ve anlam arama gibi pek çok psikolojik terimle ortak alanları paylaştığı görülmektedir. Aynı zamanda riskli davranış, meydan okuma, durma ihtiyacı, sevgi, gözetleme, dedikodu, empati ve cinsellik hususlarıyla da ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Görüldüğü üzere merak, literatürde çeşitli terimlerle birlikte veya bazen onlarla eşanlamlı olarak kullanılmıştır.

Bu kavramlar arasında merakın çoğu zaman araştırma isteği ile birlikte ele alındığı söylenebilir (Bacanlı ve Türk Kurtça, 2020: 105). Merak arzusu ile sosyal arzu arasında deterministik bir ilişki bulunmaktadır. Merak düzeyi yükseldikçe birey etrafıyla daha çok ilişki kuracaktır. Sosyalleştikce bireyler kendilerini daha çok meraklı hissederler. Ancak sosyal ilişkilerde birey merak edilmediğini düşündüğünde bireyde endişe, ilgisizlik, önemsizlik duygusu ve ihmal gibi olumsuz duygular oluşacaktır. İlerleyen aşamalarda ise bu durum stres, depresyon veya sosyal etkileşim gibi birçok psikiyatrik bozukluğa yol açabilecektir (Kurtbaş, 2011: 51-52).

Merakın keşifsel davranışla ilişkisi açısından incelenen çalışmada her iki kavram üç boyut halinde ele alınmıştır: yenilik-uyum, yenilik-araştırıcı, hedefe yönelik yenilik arayan davranış (McReynolds, 1962: 311-312). Yenilik-uyum davranışta hiçbir girişimde bulunulmadan yeni uyaranlarla karşılaşılır. Yeni uyaran maruz bırakılanın algısal deneyimlerine indirgediği bir davranış taslağı içerisinde algılanır. Burada durumun belirsizliğiyle oluşan kaygının azaltılma çabası vardır. Ancak yenilik maruz kalınan açısından çok fazla algılanırsa bu durumda çekinme ya da hareketsizlik söz konusu olacaktır (McReynolds, 1962).

Naylor (1981: 172-173) kaygı ile merak teroileri arasında ilişki kurmuş ve durumluk-sürekli kaygı ölçeğindeki durumluk-sürekli boyutlarının merak içinde geçerli olabileceğini belirtmiştir. Sürekli merak, merakın deneyimleme kapasitesindeki bireysel farklılıkları ifade ettiği öne sürülmektedir. Daha fazla sürekli meraka sahip kişilerin, daha az sahip olanlara göre merak uyandıran daha geniş bir durum yelpazesi yaşadıkları varsayılmaktadır. Durumluk merak ise belirli bir merak uyandıran duruma yanıt olarak bireysel farklılıkları ifade etmektedir.

Berlyne (1954: 180) merak kavramını epistemik ve algısal olmak üzere iki kategoriye ayırmaktadır. Epistemik merak bilgi, fikir ve gerçekleri elde etmek için fırsatları yakalama eğilimi, "ana meyvesi bilgi olan" merak türü olarak tanımlamaktadır. Algısal merakı ise beş duyu organı aracılığıyla algılanan uyarımlardan yeni bilgiler edinmek ve uyarıcı algısının artmasını sağlayan, "uyaranların algılanmasını artıran" merak türü olarak tanımlamaktadır. Ancak, her ikisinin de yakından ilişkili olabileceğini kabul etmektedir.

Yukarıdaki bilgiler bir araya getirildiğinde bir "merak" tasviri oluşabilecektir: (a) zihinsel bir tutum; (b) keşif içeren bir dizi faaliyet; (c) başkalarına ilgi göstererek oluşan bir nezaket biçimi ve (ç) iç/dış gerçeklik hakkında daha fazla bilgi sahibi olunması ile onun üzerinde daha fazla ustalığa katkısı olan, kendini koruyan ve geliştiren bir işlev. Ancak merakın, entellektüel konularla sınırlı olmadığı düşünülmektedir. Diğer duyusal yöntemleri içerebilir: dokunsal (Bu koltuk yumuşak mı acaba, bu basketbol topu sıkılabilir mi, bu sandalye sağlam mı?), tat (Bu tuhaf meyvenin tadı neye benziyor?), işitsel (Ne fısıldıyorlar?) veya görsel (Evlerinin neye benzediğini merak ediyorum), koku (Bu kadın hangi esanslı parfümü sıkmış?) vb. Merak aktif veya pasif olabilmektedir. Aktif merak ilgili soruları gündeme getirmede, gerçek ilgi göstermede, bilinmeyen bilgi ve beceri alanlarına girmede belirgindir. Ters gittiğinde, müdahaleci olmaya ve sorgulamaya yol açabilir. Pasif merak fikirlerin içeriden ya da düşüncenin dışarıdan ortaya çıkmasını sabırla beklemede belirgindir (Akhtar, 2019: 28).

Her ne kadar nüanslı bir tanım oluşturulmaya çalışılsa da anlamlarından dolayı merakı birkaç cümle ile tanımlamak doğru olmayacaktır. Merak evrensel bir özellik olsa da, bireylerin kendine özgü ilgi alanları vardır. Yeni ve zorlayıcı faaliyetlere açıklıklarında ya da merak durumlarının yoğunluğu, sıklığı ve sürdürülebilirliği bakımından farklılık göstermektedir (Kashdan ve Fincham, 2004: 482). Nitekim bu farklılıklardan dolayı literatürde birçok merak özelliği modelleri geliştirilmiştir (Gallagher ve Lopez, 2007: 236). Bu modeller aşağıda sırasıyla belirtilmektedir.

- *Manipüleci merak (Manipulatory curiosit):* Bazı açılardan yenilikleri olan ve algılayan için önceki bilgileriyle kıyaslamayı tetikleyen nesnelerce ya da manipüleci keşfin başlamasıyla ortaya çıkar (Kreitler vd., 1975: 196). Bir dereceye kadar yeniliğe sahip nesnelerin ortaya çıkardığı ve manuel olarak keşfedilebilen daha karmaşık nesneler veya anlaşılması gereken, daha fazla bilgi içeren nesneler için keşif tercihini kontrol eden karmaşık veya belirsiz olana ilişkin meraktır (Jirout ve Klahr, 2012: 141).

- *Algısal merak (Perceptual curiosity):* Uyarana karşı keşifsel bakışın ya da bireyin önceliğinin değişmesi uyarılan açısından zihindeki bilgilere kıyasla algıdaki tarama, mukayese, uygunluk değişimi olduğunu gösterir. Basit ya da karmaşık uyaranın ortalama gözlem süresi açısından yeni bilginin algılanması benzer şekilde önemlidir (Kreitler vd., 1975: 196). Bazı hayvanlarda da görülmektedir (Berlyne, 1954: 189). Oluşan güdünün şiddeti güdünün yöneldiği şeyin algılanmasıyla azalmaktadır (Berlyne, 1957: 399). Çoğunlukla eşleştirme, karşılaştırma ve gözlemleme gibi görsel keşif davranışlarını kontrol etmektedir (Jirout ve Klahr, 2012: 141).

- *Kavramsal merak (Conceptual curiosity):* Değişkenlerin anlam ve boyutlarını, ileriye ket vurma davranışına benzer şekilde önceki bilgilerin yeni bilgileri manipüle etmesi ile kavramsal arayıştır. Bilişsel süreçlerin gelişkin olmasına diğer merak türlerine göre daha fazla ihtiyaç duymaktadır. (Kreitler vd., 1975: 196-198). Bir nesnenin anlamını veya belirli işlevini anlama arzusuyla motive edilen keşif davranışlarını içermektedir (Jirout ve Klahr, 2012: 141).

- *Karmaşıklık-belirsizlik merakı (Curiosity about the complex or ambiguous):* Uyarıcının karmaşık ya da algılayanın önceki bilgilerine kıyasla daha az benzer olduğu durumdur. Algılayanın algısal merak süresi ve kavramsal merak süresinin karmaşıklık-belirsizlik merakı ile artacağı düşünülebilir. Çünkü karmaşıklık-belirsizlik merakında kompleks olan uyarıcılara bireyler daha fazla zaman harcamaktadırlar (Kreitler vd., 1975: 196-197).

- *Geleneksel-duyarlı merak (Adjustive-reactive curiosity):* Birey genellikle uyarıyı mevcut bilgisine göre düzenleyerek alışıla geldik bir çerçeveye koymaya çalışır. Basit uyaranlarda bireyin dikkati çabuk dağılır ve bakışını farklı bir noktaya yöneltebilir. Kompleks uyaranlarda ise bireyde merak duygusu basit uyarana göre daha fazla olacaktır. Her iki uyaran açısından bireyde oldukça ilkel ve genelleştirilmiş düzenleyici-duyarlı merak orataya çıkar. Düzenleyici-duyarlı merakın anlam olarak iki özelliği bulunmaktadır: alışıla gelmişlik (geleneksellik) ve duyarlılık (reaktiflik). Alışıla gelmişlik niteliği uyarıcıları alışıla geldik özelliklerine göre değerlendirme, gizli uyaranları açığa çıkarma, bakış ya da

önceliği değiştirme eğilimleridir. Karmaşık uyarıcı ya da nesnelerin bilgisini araştırma güdüsü ve uyarıcı-uyarılan etkileşiminin daha öncesinde gerçekleşmemiş olmasından kaynaklanan edinme ihtiyacının oluşmasına duyarlılık niteliği denilmektedir (Kreitler vd., 1975: 197-198). Ayrıca belirli bir nesneden en çok beklenen veya ortak olan nesnelerin keşfini ve mevcut tüm nesnelerin temel tanımlanmasını ve onaylanmasıdır (Jirout ve Klahr, 2012: 141).

- *Epistemik (bilgisel) merak (Epistemic curiosity):* Bireyleri yeni fikirler öğrenmeye, bilgi boşluklarını ortadan kaldırmaya ve entelektüel sorunları çözmeye motive eden bilgi arzusudur. Epistemik merak çok soru sormayı ve deney gerçekleştirme, entellektüel gelişimin başarının başarılı olan bireyin bilme dürtüsüdür. Motive edici bilgi arayışı ve entelektüel başarı çabası için bilginin yoksunluğundaki belirsizlik durumu mühimdir (Berlyne, 1954: 181). İnsanlarda spesifik keşifsel sonuçlar çoğu zaman, "epistemik" yanıtların yanı sıra keşif yanıtlarıdır. Epistemik teriminin kullanım amacı, sadece bilgi taşıyan uyarıma erişim sağlamayı ve o anın belirsizliklerini ortadan kaldırmayı değil, aynı zamanda bilgi edinmeyi, yani ideal yapılarla gelecekteki durumlarda davranışa rehberlik edebilecek iç sembolik tepkilere yol açmaktır. Duyu organlarını uygun dış olaylarla temas ettirmek elbette bilgi biriktirmenin tek yolu değildir. Düşünme, epistemik davranışların başka bir biçimi olarak sadece insanlarda görülmektedir (Berlyne, 1954: 189; Berlyne, 1966: 31). Oluşan güdünün şiddeti güdünün yöneldiği şeyin bilgisinin edinilmesiyle azalmaktadır (Berlyne, 1957: 400). Epistemik merakın gücü, sembolik yanıtlar-inançlar, tutumlar veya düşünceler arasındaki kavramsal fikir veya çatışma derecesiyle artmaktadır. Çatışma derecesinin, sırasıyla (1) rakip tepki eğilimlerinin sayısı, (2) toplam mutlak güçleri, (3) güç eşitliğine yakınlıkları ve (4) uyumsuzluklarının ortak değeri ile artacağı varsayılmaktadır (Berlyne, 1962: 27).

- *Özgül merak (Specific curiosity):* Araştırmanın sınırlı ve genellikle apaçık biçimleriyle alakalıdır (Harrison vd., 2011: 211). Belirli bir nesneyi veya sorunu iyi anlamak için araştırma eğilimini ifade eder (Zhang ve Ishikawa, 2009: 410). Belirli bilgileri inceleme isteği olarak (Demirel ve Coşkun, 2009: 113), kollatif değişkenler (Bir bulmacayı çözme; bilinmeyen bir teoriyi okuma gibi) açısından tanımlanabilecek bir durumla karşılaşıldığında keşifsel davranış eğilimi anlamına

gelmektedir (Mussel vd., 2012: 110). Özgül merak genellikle sorun odaklıdır. Kişinin çevresindeki yeniliğin artmasından ziyade azaltılması amacını gütmektedir (Hardy vd., 2017: 231). Bilimsel merak bilgi ve yeni deneyimler aramayı kapsar (Weible ve Zimmerman, 2016: 1250). Kişisel tatmin için bilimsel bilgiyi arama ve tüketme motivasyonunu yansıtan, insanlar arasında yoğunluk bakımından değişkenlik gösteren genel bir eğilimdir (Kahan vd., 2017: 180).

- *Farklılık merakı (Diversive curiosity):* Genel ve sıkça araştırmanın daha dolaylı biçimleriyle ilgilidir. Yeniliğin cazibesidir (Harrison vd., 2011: 211). Yeni deneyimler arama, kişinin bilgisini bilinmeyene genişletme ihtiyacını yansıtan ve farklı araştırmalara yönelik güdüleri tetikleyen genel bir durum olarak tanımlanabilir. Ayrıca risk alma yenilik ve macera arama genel eğilimi anlamına gelmektedir (Zhang ve Ishikawa, 2009: 410). Bireyler yeniliğe farklılık merakı ile yanıt vermeye yatkındırlar. Teorisyenler farklılık merakını bireylerin dünya anlayışlarını yeniden düzenlemelerine yardımcı olan eğlenceli davranışların bir itici gücü olarak öne sürmektedirler (Harrison vd., 2011: 212). Ortak değişkenlerin yokluğunda keşfetme davranışına atıfta bulunur ve çok çeşitli konular hakkında merakı ortaya çıkarır (Mussel vd., 2012: 110). Yaratıcı problem çözme sürecinin erken aşamalarında bireyleri bilgi aramak ve bilgi toplamak için daha fazla zaman harcamaya sevk ederek yaratıcı performansa katkıda bulunmaktadır (Hardy vd., 2017: 231).

- *Bilimsel merak (Sciencetific curiosity):* Şeyler (meslek, disiplin, konu, varlık, olay, fenomen, kavram vb.) hakkında neyin bilinmediğinin kabul edilmesiyle öğrenme güdüsü açığa çıkar ve bu güdü şeyler hakkında bilgi edinimini gerçekleştirir. Entellektüel/bilimsel güdü olarak adlandırılan bu güdü doğrultusunda birey mevcut bilgisiyle kıyaslandığında belirsiz, çelişkili ya da karşıt olarak algılanana yönelir (Tamdogon, 2006: 141).

- *Özellik merakı (Trait curiosity):* İlgi duygusu ve deneyimleme kapasitesindeki bireysel farklılıkları ifade etmektedir (Naylor, 1981: 172-173; Boyle, 1989: 179; Silvia, 2008a: 94). Nispeten istikrarlı bir süreçtir (Karwowski, 2012: 547). Özellik merakı yüksek olan bir kişi yeniliği, karmaşıklığı, belirsizliği ve çatışmayı tercih

eder; bu niteliklere sahip faaliyetlere dahil olma veya aktif olarak arama yapma olasılığı daha yüksektir; bilinen-bilinmeyen arasındaki farklılıklara duyarlıdır ve bu deneyimleri kolay veya kronik olarak sürekli yaşamaktadır (Kashdan ve Fincham, 2004: 483). Özellik merakı yüksek olanların gelişim odaklı davranışlarının, yaşam doyumlarının, anlam arayışlarının arttığı, bir günden diğerine yaşamda daha fazla anlam kalıcılığı sağladıkları ve daha sık hedonist olaylar içerisinde oldukları görülmektedir (Kashdan ve Steger, 2007: 159). Daha fazla özellik merakı olan birey daha sık yeni ve zorlayıcı olaylarla karşılaştığında, bu olaylara tarafsızlık ve keşifle karakterize edilen bir yönelimle yaklaşırsa bireyde bilginin, yeterliliğin ve öznel iyi oluşun artması beklenecektir (Kashdan ve Silvia, 2009: 372).

- *Görev/durum merakı (Task or state curiosity):* Devam eden bir iç veya dış etki tarafından uyandırılan ve kişi ile çevre arasındaki etkileşimi ifade eden geçici bir durumdur. Merak ettiklerinde, bireyler aktif olarak kişisel zevk arayışına dahil olurlar. (Kashdan ve Fincham, 2004: 483). Belirli bir merak uyandıran duruma yanıt olarak bireysel farklılıkları ifade eder. Merakın uyarılma göstergesidir (Naylor, 1981: 173). Kolayca değişen duygulanımlarla yakından ilgili olup duygulardan kolayca etkilenmekte, yeni hisler ve deneyim arayışlarını teşvik etmektedir (Karwowski, 2012: 547).

- *Duyarlı merak (Reactive curiosity):* Nispeten yeni uyaran durumlarına yaklaşma ve keşfetme eğilimi; uyumsuz, karmaşık uyaranlara yaklaşma ve keşfetme eğilimi; sık sık deneyimlenen uyarım varlığında uyarımı değiştirme eğilimine denilmektedir (Penney ve McCann, 1964: 323).

- *Marazi merak (Morbid curiosity):* Şiddet veya ölüm sahneleri gibi karanlık veya ürkütücü şeylerin araştırılmasını motive etmektedir. Marazi merak, insanları yalnızca sevilmeyen değil, aynı zamanda hoş olmayan korku deneyimleri de uyandıran bilgileri aramaya zorlamaktadır (Zuckerman ve Litle, 1986). İğrenç, kaba veya genel olarak nahoş olanı inceleme arzusu olarak görülmektedir (Litman, 2005: 808). Merakın önemli bir özelliğini vurgular: genellikle konu seçimine bağlı değildir, bu konuda daha önce pratik veya epistemik ilgi alanlarının olmasına bağlı

değildir, herhangi bir pratik veya epistemik motivasyonun olmamasına ve hatta bu konudaki tiksintiye bile duyarsızdır (Schmitt ve Lahroodi, 2008: 140).

- *Sosyal merak (Social curiosity):* Sosyal yaşantı inşasında bir araç ve işlev olarak önemli bir faktördür. Sosyal çevrenin tam bir resminin oluşturulmasını desteklemektedir. Kişilerarası bilgi, ilgi, öğrenme ve sosyal ağ kurmanın temel dayanağı olup birey-birey, birey-grup, grup-grup ilişkilerindeki sosyal ilişkilere yönelik meraktır (Kurtbaş, 2011: 22-24).

Merak, genel olarak mantık, öz farkındalık, anlama, iletişim kurma, öğrenme yeteneği, duygusal bilgi birikimi, planlama, yaratıcı olma ve problem çözme yeteneğini kapsayan zeka ölçümleriyle ilişkili görünmezken (Penney ve McCann, 1964), zaman içinde zekadaki olumlu değişimlerle (Kagan vd., 1958), uyaranın yeniliği ve karmaşıklığıyla (Berlyne, 1954) ilişkili olarak görülmektedir.

2.1.2 Merak Duygulanım Boyutları

Kişi çevredeki yeni, garip, uyumsuz veya gizemli unsurlara, onlara doğru hareket ederek, onları keşfederek veya manipüle ederek olumlu tepki verdiğinde; kendisi ya da çevresi hakkında daha fazla bilgi sahibi olma ihtiyacı, isteği gösterdiğinde; yeni deneyimler için çevreyle etkileşime geçtiğinde; onlar hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak için uyaranları incelemeye ve keşfetmeye devam ettiğinde merak duygulanımı gerçekleşmektedir (Maw ve Maw, 1966: 343; Maw ve Maw, 1968: 462).

Merak duygulanımı sayesinde bireyde birtakım gelişmelerin gözlenebileceği varsayılmaktadır. Merak sürecinde, kişisel gelişim ve olumlu öznel deneyim için birtakım faydalar elde edilebilmektedir. Bu faydalar; araştırmada artan dikkat dağılımı, yeni zorlayıcı uyaranlara kendi kendine adaptasyon, bilişsel ve davranışsal ödül uyaranlarının keşfi, faydalı uyaranlar ve etkinlikler yoluyla elde edilen kişisel gelişim özellikleri, adaptasyon veya benimseme yoluyla kazanılan yeni deneyim olarak sıralanabilir (Altunışık, 2016: 9).

Modern çağın başlangıcında merak, şaşkınlık, hayret, hayranlık, ilgi, kurnazlık ve enderlik gibi kavramlarla ilgili olarak görülmekteydi. Yeni ve ilginç şeyler hakkında bilgi bulma, kontrol etme ve toplama dürtüsü olarak kabul edilmeye başlanmış ve eylem için bir katalizör görevi üstlenmiştir (Altunışık, 2016: 20). Aktiviteler çok zor ya da karmaşıksa, endişe ve geri çekilme uyandırırsa veya çok kolaysa, can sıkıntısına ve ilgisizliğe yol açarsa merak azalacaktır. Aktivitelerin oluşturduğu bu durumlar kişi tarafından algılanan kaygıyla ilişkilidir. Merak, en çok arzu edilen durumları ve sonraki yaklaşımı tahmin etmede ayrılmaz bir şekilde kaygı ile bağlantılı kabul edilmektedir. Merakı arttırmak için etkinliklerin zorluk derecesinin bireyin yeteneklerine uygun olması gerekmektedir (Kashdan ve Fincham, 2004: 488). Bireyin yetenekleriyle ilişkili olmayan etkinliklerin bireyde güdülenecek merakın şiddetini azaltacağı tahmin edilmektedir.

Bir girdinin refleks düzeyinde yeterince ele alınamaması durumunda, girdinin anlamı yeterince netleştirilmediğinde ya da bir refleks eylemi girdiyle başa çıkamayacak kadar sınırlı olduğunda molar davranış (bütünsel davranış) ortaya çıkar. Bu gibi durumlarda daha karmaşık süreçler başlatılır. Bunlar, daha alt düzeyde meydana gelenden daha kapsamlı bir anlam ayrıntılandırmasıdır. Molar davranışın çağrıştırılması için birtakım inanç türleri gerekmektedir (Allard ve Landry, 1992: 175-176). Bunlar: standartları ve etik/etik dışı nitelikteki kuralları ifade eden normlar hakkındaki inançlar (normlar); insanlar, nesneler, durumlar veya bunların herhangi bir yönü hakkında varsayılan gerçekleri ifade eden genel inançlar (genel inançlar); kişinin kendisi, alışkanlıkları, özellikleri vb. hakkında varsayımlanmış gerçekleri ifade eden kendilik inançları (kendine dair inançlar); kendisi tarafından istenen veya reddedilen gelecekteki eylemleri (hedefler), durumları yansıtan hedefler hakkındaki inançlar olmak üzere dört faktörde olup, genelde bilişsel yönelim olarak adlandırılmaktadırlar (Kreitler ve Kreitler, 1972: 359-360). Belirli bir bilişsel yönelim belirli bir davranışsal niyet üretmektedir. Çıktı davranışının amacının ve kontrolünün sağlanması somut eylem bağlamlarına gerekli uyarlamaları geçiren, doğuştan gelen veya edinilmiş hiyerarşik olarak sıralı bir performans şeması olan bir tasarıyla gerçekleşmektedir. Bütün bu süreçler incelendiğinde molar davranışı oluşturan dört inancın merak davranış ve duygulanımı hakkında öncül oldukları kabul görmektedir (Kreitler vd., 1974: 44).

Merak, bağımsız keşif süresi, seçici dikkat, tercihin sözel ifadesi ya da yenilik/karmaşıklık/farklılık boyutlarından kaynaklanan ilgi, sorulan soru sayısı, fizyolojik göstergeler (EEG, GSR gibi) aracılığıyla ölçülen bir motivasyon durumu olarak ya da kişilik anketleri, birey-birey değerlendirmeleri aracılığıyla ölçülen kişilik bileşeni olarak sınıflandırılabilmektedir (Langevin, 1971: 361). Merak tanımlamasında araştırmacılar her ne kadar mutabık olamamış olsalar da merakın genel çerçevesi hakkında ortak bir kanı bulunmaktadır. Merakın kişilik özelliklerinden biri olması, genel çerçevesinin ve etkileşimli olduğu kavramların tahmin edilebilirliği sayesinde ölçülebilir bir özellik kazanmaktadır.

Merakın nesnelere yakından bağlı olan ve gelişimin tüm aşamalarında merkezi olarak organize olan ayrı bir ego işlevini temsil ettiği görülmektedir. Bu uyarılmayı, motivasyonu ve duygulanımı düzenleyen, bebeklik döneminde başlayan, nörobiyolojik bir temeli olan ve çocuğun sosyal deneyimi tarafından yönlendirilen bütünleştirici bir işlevdir. Psikolojik olarak merak, hem libidinal hem de saldırgan amaçlara hizmet edebilmektedir. Psikanalitik merak görüşleri, bebeklerin ve küçük çocukların keşif faaliyetlerine ilişkin çalışmaların verileri ışığında ele alınmakta ve yaşam boyu merakın gelişim işlevine yönelik bir model sunmaktadır (Mayes, 1991: 3). Böylece merakın olumlu-olumsuz olay, olgu ya da nesleri öğrenebilmesinde önemli bir etken faktör olduğu ve bu öğrenmenin merak aracılığıyla bireyin yaşamı boyunca gerçekleştiği anlaşılmaktadır.

Merak yaşamdaki refahın ve anlamın gelişimi ve sürdürülmesinde önemli bir bileşen olarak görülmektedir (Kashdan ve Steger, 2007: 159). İnsanlar herhangi bir şeyin yoksunluğunu hissetmeye başladıklarında yoksunluğu hissedilen şeye yönelik merak güdülerini canlandırmaktadırlar. Merak, sosyal bağlamlardan ve diğer bireysel farklılık değişkenlerinden güçlü bir şekilde etkilenen şekillendirilebilir bir psikolojik durumdur (Kashdan ve Fincham, 2004: 483). El yazısı marifetiyle bir kitabı çoğaltmaya çalışan birisi, piyasadaki talebe cevap veremediğinde daha seri bir şekilde kitabı nasıl çoğaltabileceğine yönelik bir arayış içerisinde olacaktır. Kitabın çoğaltılması için şimdiye kadar gerçekleştirdiği çaba ile bildiği ya da kullandığı (kitap basımıyla ilgili ya da değil) alet ve edevatlarla yeni bir çoğaltma aparatı yapmaya çalışacaktır. İstediği üretim hızına geçene kadar bu uğurda çaba gösterecektir. Eğer bu

kişinin merakı kitap çoğaltma aparatı yaptıktan sonra güdülenmeye devam ederse, bu güdü ile başka alet, edavat ya da makine yapımı için bireyde eylemsellik gerçekleşecektir. Amacına ulaşan birey merak sayesinde yaşamdaki yüksek ve kalıcı günlük anlamı ve yaşam doyumunu yükseltebilecektir (Kashdan ve Steger, 2007: 168).

Bazı araştırmacılar merakı duygusal olarak olumlu olarak tanımlarken, diğerleri merakın duygusal olarak olumsuz olduğunu savunurken, çoğu araştırmacı merakı hem olumlu hem de olumsuz duygularla ilişkilendirmektedirler. Olumlu ve olumsuz duygularla olan bu ilişki, merak etimolojisinde ima edilmektedir. Latince merak, olumlu duygulanım durumlarını ifade eden merak, özen ve çalışkanlığı ifade eder. Ancak merak aynı zamanda, olumsuz duygulanım durumlarını ifade eden, işe yaramazlık, huzursuzluk ve kaygıyı da ifade etmektedir (Mayes, 1991). Popüler kavramlar, meraklı bireyi, izleyicilerde hayranlık, kıskançlık, hayal kırıklığı ve korku kombinasyonlarını ortaya çıkaran bir dizi çelişkili özelliklerle doldurmuştur. Bu özellikler arasında cüretkar bir oyunbazlık duygusu, cesur bir ruh ve tehlikeli risk alma ve çıldırtan, ısrarcı sorgulamaya karşı dengelenmiş yaratıcılık bulunur. Bir yandan meraklı olmak, genellikle en azından safça aptalca ve en kötü ihtimalle saldırgan bir şekilde kasıtlı olarak tasvir edilir. Öte yandan merak, bilgiyi ilerletmek için en az birkaç kişinin kabul etmesi gereken kaçınılmaz bir kader olarak algılanmaktadır (Mayes, 1991: 5).

2.1.2.1 Keşif hazzı

Bir kişinin erdemli bir yaşam gelişiminde en önemli ihtiyacının, kendisiyle yaşamı hakkında içinde olumlu nitelikler bulmak ve bu tanımayı kendi kimliğini geliştirecek şekilde oluşturmak için kullanmak olduğu ileri sürülmektedir. Bunu sağlayan içsel bir motiv olan ve dünyanın anlaşılmasını sağlayan, keşif hazzı veren merak kavramıdır (Goldberg ve Crespo, 2003). Keşif hazzı, merakı doğuran etkenlerin merak aracılığıyla güdülen davranışlar sonucunda elde edilen çıktının, onu doğuran etkenlerin elde edilmesinin bireye vermiş olduğu haz, mutluluk ya da zevk olarak algılanmaktadır. Merak, yeni bilgi arama ve edinmede içsel bir arzudur (Berlyne, 1966a). İçsel arzunun harekete geçmesi ile birey aradığı bu yeni bilgileri elde etse, hatta etmese bile, bireyde bu süreçte harekete geçen motivler ve davranışların gerçekleşmiş olması bireyde keyif

yaratabilecektir. Eğer bu bilgi edinimiyle hissedilirse burada keşif hazzının deneyimlendiği söylenebilecektir. Meraktaki haz meraktan daha güçlü olduğu oranda, durum tarafından zaten engellenmiş olan merak dürtüsü, haz ile tamamen kontrol altında tutulabilmektedir. Merak etme dürtüsü haz eğiliminden daha güçlü olduğu oranda, merakın ilk hazzı yerini nesnenin aktif olarak araştırılmasına bırakmaktadır (Shand, 1914: 438).

İnsanlığın gelişimine katkıda bulunmak (bu bir akademik makalenin yayınlanması, atomdan enerji üretebilecek reaktörlerin yapılması, tuval üzerine yağlı boya tablo yapmak vb.) bireyin hem içsel hemde dışsal tatmin sağlamasına yardımcı olabilecektir. Çünkü bilmek, anlamak ve yeni icatlar yapmak büyük bir onurdur (Turan, 2015: 22). Bireyin hissettiği bu onur onun gelişime sürekli destek vermesini sağlayan merak aracılığıyla güdülenmektedir. İnsanlar yaşamları boyunca birçok şeyi merak etmektedirler. Talihsiz bir azınlık dışında herkesin dünyaya girdiği içsel bir psikolojik eğilim olan merak, bize kim olduğumuza dair bir his uyandırmak için hammadde sağlamaktadır (Goldberg ve Crespo, 2003: 289). İnsanın kendisini tanıması da insanda olumlu duygulanımların oluşmasını sağlayabilecektir.

Mearak birçok kavramla ilintili (bir şeyi anlamak, öğrenmek istemek, dikkat etmek, ilgi göstermek, anlama isteği, değerli duyguları ve motivasyonları keşfetmeyi amaçlamak, duyusal deneyim) olmakla birlikte bu kavramlarda ortak olan bir boyut olarak arzu gösterilmektedir. Gündelik hayatta merak bir arzu olarak görülmektedir. Bilgi açısından bu özellik araçsal bir değere sahip olup bilme arzusunu doğurmaktadır. Bilme arzusunun dikkatle sürdürülmesi arzunun tatmin olmasını sağlayacaktır (Schmitt ve Lahroodi, 2008). Bilme arzusunun tatmin olmasıyla birlikte bireyde arzu başlamadan önce hissedilen yoksunuk kaynaklı streste yerini bilme hazzı ile değiştirebilecektir. Bireyde oluşan bu yeni haz keşif hazzı olarak tanımlanabilecektir.

Merak olumlu deneyim ve gelişimin merkezinde olmasına rağmen, keyif (zevk) ile sıkça karıştırılmaktadır. Merak ve zevk, farklı olumlu deneyimlerdir: farklı işlevleri, nedenleri ve sonuçları vardır (Turner ve Silvia, 2006: 670; Kashdan ve Silvia, 2009: 368). Tomkins (1962: 434-520), merak ve zevkin insan gelişiminde farklı roller oynadığını öne sürmektedir. Merak, insanları yeni şeyler denemeye, karmaşık fikirleri

keşfetmeye, merak uyandıran insanlarla tanışmaya ve yeni eylemler yapmaya motive etmektedir. Buna karşılık keyif, insanları tanıdık şeylere bağlılık kurmaya ve daha önce keyifli olan etkinlikleri pekiştirmeye motive etmektedir. Tomkins, bu işlevlerin birbiriyle çelişebileceğine dikkat çekmektedir: Merak insanları tatillerini yeni bir yere seyahat etmeye motive ederken, zevk insanları geçen yıl sevdikleri yeri tekrar ziyaret etmeye motive etmektedir. Merak boyutlarından olan keşif hazzı devamlılıktan ziyade yenilik aracılığıyla ortaya çıkmakta olup keyfin tekrarı ile de bu bireyde mutluluğa neden olmaktadır (Kashdan ve Silvia, 2009: 368).

2.1.2.2 Yoksunluk hassasiyeti

Merak bir güdü olarak görülmekte ve yoksunluğu hissedilen arkhenin edinimi için bir takım motivleri harekete geçirmektedir. Motivler arkheye ulaşıldığında sona erecek ya da başka motivlerin doğmasına sebep olabilecektir. Dolayısıyla işlem süreçlerinin hepsinde merak üretim işlem sürecindeki bir platform gibi girdi çıktı döngüsünün sağlıklı çalışmasını sağlamaktadır. Modern çalışmalar, merakın dürtü azaltma ile motive edildiği fikrini geliştirmeye devam etmektedir (Silvia, 2012). Buna paralel olarak merakla ilgili geçmiş çalışmaları gözden geçirdikten sonra, Loewenstein (1994), kökleri bilgi teorisine dayanan bir bilgi boşluğu merak modeli önermektedir. Onun modelinde dikkat kişinin bilgisindeki bir boşluğa odaklandığında birisinin meraklanmasını önerir. Bu tür bilgi boşlukları, merak etiketli yoksunluk hissi yaratır. Meraklı kişi, yoksunluk hissini azaltmak veya ortadan kaldırmak için eksik bilgileri elde etmeye motive edilir. Bilgi boşlukları, bilgi teorisinin belirsizlik formülü kullanılarak temsil edilir. Dolayısıyla bu model, Hullian'dan esinlenen bir merak modelinin tüm ayırt edici özelliklerine sahiptir: bilgi boşluklarındaki artış, caydırıcı bir yoksunluk hissi yaratacak ve bu da keşif davranışını motive edebilecektir (Glanzer, 1958).

İnsanlar olaylara, fenomenlere veya şeylere ilgi duymaktan ziyade olayların, fenomenlerin veya şeylerin "bilgi eksikliğinin" farkında olduklarından, insanlar kıt hissederler ve bu nedenle bilgiye dayalı bir merak doğar. Dolayısıyla algılanan yoksunluk, herhangi bir olay, olgu veya nesne ile ilgili "kişisel bilgi" ile "bilmek istedikleri" arasındaki fark olarak görülmektedir (Berlyne, 1954). Eğer kişisel bilgi ile

bilmek istenilen bilgi arasında hiçbir bağlantı kurulamaz ise, yani bilgi hiç mukayese edilemeyen apriori bir bilgiyse yoksunluğun şiddeti birey tarafından kabul edilemeyecek düzeyde olup bu noktada meraktan bahsedilemeyecektir. Bir özne tarafından algılanamayan bilgi ne kadar azsa, bu kusurun üstesinden gelme motivasyonu o kadar yüksek olmaktadır. Bu bireyler arasında yoksunluğun şiddetini oluşturmaktadır (Loewenstein, 1994). Eğer kişisel bilgi ile bilinmek istenen bilgi arasında ilişki var ise kişide meraklılık durumu görülecek olup, istendik bilgiye ulaşana kadar bu meraklılık durumu (yoksunluğun şiddeti bireyce kabul edilebilir düzeyde) devam edecektir. Dolayısıyle yoksunluk hassasiyeti bireyin önceki bilgileriyle ilintili olması merakın güdülenmesi için bir ön koşul olarak değerlendirilebilecektir. Burada merak bir yoksunluk hissi olarak bilgi arama-problem çözme davranışını motive eden belirsizlik ve gerilim duygularını yansıtan olup; etkin hissetme ihtiyacı, bilgiye erişilemediğinde veya bilgi yetersiz olduğunda yaşanan içsel hoşgörüsüzlük ile problemleri çözmek için aciliyet hissi alt boyutları aracılığıyla güdülenmektedir (Litman ve Jimerson, 2004: 147).

Yoksunluk bilme arzusunu ve yoksunluk hassasiyeti oluşturana dikkat kesilmeyi güdülemektedir. Kişinin dikkati istemeden bir konuya çekilebilir ve merak edilmeden, motivasyon açısından orijinal bir konuyu bilmek isteği oluşturabilir. Merak, dikkat çekme ve bilme arzusunun nedensel olarak ilişkili olmasını gerektirmektedir. Herhangi bir konuya dikkat çekilmesi konuyu bilme arzusunu doğurmaktadır. Bu merakın araştırmayı ilerletme gücünü anlamak için önemli bir gerçektir. Daha sonra kişi bilmek istemeye başladığı andan itibaren bile konuya dikkat çekilmeye devam etmekte ve bu, kişinin bilme arzusu tarafından gerçekleşmektedir. Bilme arzusu kişinin dikkatini çekmediği sürece merak belirmeyecektir. Bu nedenle merak, karşılıklı olarak destekleyici bir ilgi çekmeyi ve bilme arzusunu gerektirmektedir: kişi bilmek ister çünkü dikkatini çeker ve kişi bilmek istediği için dikkati çekilmeye devam eder. Burada arzu dikkatten kaynaklanmakta ve dikkat arzu ile sürdürülmektedir. Konu öğrenilmeye başlayınca merak tatmin olmakta ve nihayetinde de bitmektedir (Schmitt ve Lahroodi, 2008: 128-129). Konu hakkında bilgi edindikten sonra, bilme arzusu sona ermekte ve dikkat artık bu arzu tarafından sürdürülemez hale gelmektedir. Böylece yoksunluk giderilmiş olmaktadır.

Açlık, susuzluk ve acı gibi duygular çoğu klinik olmayan psikolog tarafından içgüdüsel ihtiyaçlar olarak kabul edilmektedir. Şartlandırma işleminin yardımıyla birey daha yüksek basamaklardaki ihtiyaçları bu içgüdüsel ihtiyaçlardan türetmekte ya da öğrenmektedir. Örneğin beveynlerimizi sevmeyi öğreniyoruz çünkü bizi besliyorlar ve başka şekillerde bizi ödüllendiriyorlar. Benzer şekilde aşk, tatmin edici bir iş (takas anlaşmasının) veya reklamcıların söyleyebileceği gibi yan ürünüdür. Müşteri memnuniyeti ile eş anlamlıdır (Maslow, 1954: 338). Dolayısıyla içsel motivasyonlar diğer ihtiyaçları karşılamakla birlikte birçok kavramı da beslemektedir. Bu kavramlardan birisi de bilgi yoksunluğudur. Bilgi yoksunluğunun bireyde açlık, acı ve susuzluk karşısında vücudun yaşamını sürdürebilmesi için otomatik olarak ortaya koyduğu davranışların dürtüsüyle aynı anlamda bir dürtüye sahip olduğu değerlendirilmektedir. Bilgi yoksunluğu motivasyonel bir değişken olarak öğrenmeyi ve yoksunluğu giderebilecek araçların kullanımına teşviki artırmaktadır. Tüm bu tür davranışlar bilgi motivasyonu ve güdülenme, yani belirsizliklerin azaltılması için motivasyon sağlamaktadır (Jones vd., 1961: 135-136).

Merak, bireyin çabalarını keşfe doğru yönlendirmekte ve sona eren bir araştırmanın tatmini ile kaşifi keşfetmeye devam ettiren, daha fazla keşif vaat eden bilinmeyenlerin baştan çıkarıcı cazibesi arasındaki sürekli gerilim sürecini tetiklemektedir (Mayes, 1991: 4). Bu gerilim süreci bireylerin yeni, karmaşık veya belirsiz uyaranlarla karşılaştıklarında, bilinen ve bilinmeyen bilgiler arasında bir bilgi boşluğunun göstergesi olan tutarsızlıklar bulabilecek olup bu bilgi yoksunluğu olarak kendini gösterecektir (Loewenstein, 1994). Bu tür boşlukların algılanan büyüklüğü, kişinin mevcut (yani, elde edilebilir) bilgisinin üstbilişsel tahminleri olan bilme hissi ve yargılarına dayanmaktadır (Hart, 1965). Birey gerekli bilgilere sahip olmadığında algılanan bu bilgi eksikliği merakla ilişkili bir yoksunluk duygusu ortaya çıkarmaktadır. Yoksunluk hassasiyeti aranan bilgiler, karmaşık bir sorunun cevabı, değerli bir gerçek veya zor bir problemin çözümü gibi özlü, anlamlı ve öznel yetkinlik duygularını artırma yeteneğine sahip olacak şekilde teorileştirilmektedir (Litman, 2005: 799).

Bilgi yoksunluğu motivasyonel bir değişken olarak işlev görmektedir. Bilgiden yoksun uyaran artan sıklıkta çevreye daha fazla bilgi verilmesine neden olan araçsal tepkiler uygulayacaktır (Jones vd., 1961: 126). Uyaran bireydeki içgüdüsel yoksunluğu güdülemekte olduğu için bilgiden yoksun olarak kabul edilmekte olup, bireydeki yoksunluk hissi giderildiğinde eksikliği hissedilen bilgiye ulaşılmış olunacağından dolayı bu safahada önceki uyaran bilgi temmelli hale gelmiş olacaktır. Benzer bir süreç uyaranın duyusal temelli olduğu durumlarda da geçerli olmaktadır. Duyusal yoksunluk hissedildiğinde bireyin öğrenme yetenekleri gelişmektedir (Vernon ve Hoffman, 1956: 1075). Yoksunluğun karşı konulamaz giderilme ihtiyacı bireyin bu yoksunluğu yok edebilecek muhtemel metotları araştırma ve uygulamasına neden olacaktır. Süreç her aşamasıyla bireyin öğrenmesi ve bilgi edinmesiyle gelişecektir. Duygusal yoksunluk giderildiğinde ise ya yeni yoksunluklara neden olacak ya da başlangıç güdüsünün yerine getirilmesi ile sonlanacaktır.

2.1.2.3 Strese dayanım

Gerginlik, kaygı, şüphe, kaygı, huzursuzluk, korku ve heyecan gibi duyguları birlikte ifade etmek için stres, günümüz hayatının ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Giderek zorlaşan yaşam koşulları, hızlı değişimlerin neden olduğu belirsizlik ve değişen kişiler arası ilişkiler stresi artıran faktörler olarak görülmektedir. Kentleşme, teknoloji, doğa olayları ve benzeri dış etkenler de yaşam dengelerini bozmuş, bu tür değişikliklere uyum sağlayamayan insanlar giderek artan bir baskı altında kalmışlardır. Ancak bu durum önlenmesi ve tamamen ortadan kaldırılması gereken bir durum olarak görülmemelidir. Stres, bir dereceye kadar, mücadelenin gücünü ve başarılı olma kararlılığını artırabilen, insanların zorluklarla başa çıkmasını ve direnme gücüne sahip olmasını kolaylaştıran fiziksel, duygusal ve ruhsal bir tepkidir (Paşa, 2007: 1). Stres aynı zamanda bütünlüğü koruma ve eski haline dönme çabasını ifade etmektedir (İştar, 2012: 2). Strese neden olan birçok sebep bulunmaktadır. Bunlar birey, yaşanılan çevre ya da iş çevresinden kaynaklanabilmektedir (Eren Gümüştekin ve Gültekin, 2009: 147-148).

Stres, bireyleri etkileyen, davranışlarını ve başkalarıyla olan ilişkilerini etkileyen bir kavramdır. Stres aniden veya kendiliğinden olmaz. Stres oluşması için, bir kişinin yaşadığı ortamın ya da içsel dinamiklerinin onu etkilemesi gerekmektedir (Güçlü, 2001: 93). Bu her iki boyutun ortak özelliği ise bireydeki yoksunluk hassasiyeti ile etkileşimde olabilmeleridir. Herhangi bir olay ya da olgu hakkında yoksunluk hassasiyeti olan birey bilme ihtiyacı içerisinde olmakta ve bu durum onda tatminden önce genel olarak stres olarak adlandırılan nahoş duygular oluşturmaktadır. Duygular genelde gerginlik, tatminsizlik veya öfke tarafından motive edilmeyi içermektedir. Bireyin içinde bulunduğu bu durum bireyde daha fazla araştırma yapma güdüsünü tetiklemektedir (Litman, 2005: 800-801).

Birey herhangi bir konu, olay ya da olguda belirsizlik algılamaya başladığında bireyde merak uyanmaktadır (Kashdan vd., 2004: 291). Merak belirsizliğe atfedilen gerginlik durumları olarak ortaya çıkmaktadır (Litman, 2005: 802). Bu gerginliğin temel nedeni bireyde yoksunluk hissi uyandıran şeylere bireyin sahip olma/edinme arzusunun doğmuş olmasıdır. Algılanan bu pozitif belirsizlik strese dayanım olarak kabul edilmektedir. Strese dayanım devam eden bir soruna cevap alınana kadar husursuz olmayı ifade eden yoksunluk duyarlılığıdır (Kashdan vd., 2004: 63). Yoksunluk hissi bireyde stresin algılanabilir hale gelmesine neden olmaktadır (Litman, 2005: 799). Gerginlik bireyin merak sürecini tamamlayarak yoksunluğu hissedilenin elde edilmesi ile sonlanabilecektir. Tüm süreç boyunca bireyin strese dayanım bilgi ya da duyusal kaynaklı başlayıp, başlatıcının etkisini edim ile sonlandırmakta ya da yeni stresler oluşturmaktadır. Tüm bu süreçler ise merakın diğer boyutları (bireysel yoksunluk, keşif hazzı) ile senkronize bir halde ilerlemektedir.

2.1.2.4 Fikirlere açıklık

Fikirlere açıklık, merakın duygulanım boyutları içerisinde bireyin yalnızca yeni bilgiye değil, aynı zamanda başkalarının bakış açılarına, yorumlarına ve düşünce biçimlerine karşı sergilediği duygusal ve bilişsel yönelimi ifade etmektedir. Bu boyut, bireyin farklı düşüncelerle karşılaştığında savunmacı tepkiler vermek yerine ilgi, ilham ve öğrenme isteği hissetmesiyle karakterizedir (Silvia, 2008b; Kashdan vd., 2009). Merakın bu yönü, belirsizlikten kaçınma yerine belirsizlikle temas kurma

eğilimini yansıtarak, bireyin sosyal etkileşimlerde bilişsel esnekliğini ve duygusal toleransını artırmaktadır (Litman, 2005; Kashdan ve Silvia, 2009). Dolayısıyla fikirlere açıklık, merakın yalnızca bireysel bir keşif dürtüsü değil, aynı zamanda kişilerarası öğrenmeyi mümkün kılan duygusal bir yatkınlık olduğunu göstermektedir.

Fikirlere açık bireyler, başkalarının düşüncelerini tehdit edici bir unsur olarak algılamak yerine, kendi bilişsel şemalarını genişletebilecek potansiyel kaynaklar olarak değerlendirmektedir. Bu durum, merakla ilişkili olumlu duygulanımın sosyal bağlamlarda sürdürülmesine katkı sağlamaktadır (Reio ve Wiswell, 2000; Silvia, 2008b). Özellikle bu açıklık, bireyin farklı görüşlerle karşılaştığında yaşadığı duygusal tepkinin niteliğini belirlemekte olup kaygı ve direnç yerine ilgi ve keşif duygularını ön plana çıkarmaktadır (Haidt, 2001; Peterson ve Seligman, 2004). Bu bağlamda fikirlere açıklık, merakın sosyal boyutunu temsil ederek, bireyin öğrenme sürecini yalnızca nesnel bilgiyle değil, kişilerarası deneyimlerle de zenginleştirmektedir.

Merakın duygulanım boyutu içinde fikirlere açıklık, bireyin bilişsel farklılıklara karşı geliştirdiği duygusal tutumlarla yakından ilişkilidir. Bu boyut, bireyin karşıt görüşler karşısında rahatsızlık, tehdit veya öfke yerine, anlayış ve keşif motivasyonu deneyimlemesini mümkün kılmaktadır (Kashdan vd., 2009). Araştırmalar, bu açıklığın empati, perspektif alma ve bilişsel esneklik gibi psikolojik süreçlerle güçlü biçimde ilişkili olduğunu göstermektedir (Galinsky vd., 2008; Todd vd., 2011). Böylece fikirlere açıklık, merakın yalnızca bilişsel bir eğilim değil, aynı zamanda sosyal uyumu ve karşılıklı anlayışı destekleyen duygulanım örüntüsü olduğunu ortaya koymaktadır.

Örgütsel ve akademik bağlamlarda fikirlere açıklık, iş birliği, öğrenme iklimi ve yenilikçi düşüncenin gelişimi açısından kritik rol oynamaktadır. Farklı görüşlere açık bireyler, geri bildirimleri daha az tehdit edici algılamakta ve gelişim fırsatı olarak değerlendirebilmektedir (Edmondson, 1999). Bu açıklık, aynı zamanda psikolojik güvenlik algısını güçlendirerek, bireylerin fikirlerini ifade etmelerini ve başkalarının fikirlerinden öğrenmelerini kolaylaştırmaktadır (Kahn, 1990; Edmondson ve Lei, 2014). Merakın bu duygulanım boyutu, özellikle işyerinde merak bağlamında, öğrenmenin sürdürülebilirliğini ve sosyal kaynakların etkin kullanımını destekleyen önemli bir psikolojik mekanizma olarak değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak fikirlere açıklık, merakın duygulanım boyutları arasında bireyin sosyal çevresine yönelik duygusal yönelimini temsil eden temel bir bileşendir. Bu boyut, bireyin yalnızca "bilgiye" değil, "insanlara" da merakla yaklaşmasını mümkün kılarak, öğrenme süreçlerini sosyal etkileşimler aracılığıyla derinleştirmektedir (Peterson ve Seligman, 2004). Farklı fikirlere yönelik açıklığın, bilişsel esneklik, empati ve psikolojik dayanıklılık ile ilişkili olması, bu boyutu hem bireysel gelişim hem de örgütsel işlevsellik açısından kritik hâle getirmektedir (Galinsky vd., 2008; Edmondson ve Lei, 2014). Bu nedenle insanların fikirlerine açıklık, merakın duygusal çekirdeğini oluşturan ve bireyin sosyal öğrenme kapasitesini belirleyen merkezi bir boyut olarak ele alınmaktadır.

2.1.3 Merak Kavramını Açıklayan Kuramlar

Merak kavramına yönelik olarak teorik çerçeveyi belirginleştiren çalışmalar her geçen gün artmakla birlikte keskin sınırları tam olarak belirlenememiştir. Merak kavramını bu çerçevede birçok kuram açıklama yönünde eğilim göstermektedir. Bu kuramlar; bilgi açlığı, optimal uyarılma, ikili merak, öz-yönelimli öğrenme ve nörobilişsel merak kuramlarıdır.

2.1.3.1 Bilgi açığı kuramı

Merak, bireyin bilinmeyeni bilinir kılma çabasında içsel bir güdü olarak uzun süredir psikoloji literatüründe ele alınmaktadır (Emir ve Yıldız, 2023). Bu kapsamda, Loewenstein (1994), tarafından geliştirilen Bilgi Açığı Kuramı (Information-gap Theory), merakı açıklayan çağdaş kuramlar arasında en etkili ve sistematik yaklaşımlardan biri olarak kabul edilmektedir. Bu kurama göre, merak, bireyin sahip olduğu bilgi düzeyi ile sahip olması gerektiğini düşündüğü bilgi düzeyi arasında algıladığı farktan, yani bilgi açığından kaynaklanmaktadır. Bilgi Açığı Kuramı, bireyin aktif bir bilgi arayıcısı olduğunu varsayar. Bu yönüyle klasik davranışçı öğrenme kuramlarından ayrılır. Davranışçılar bilgiyi pasif şekilde sunulması gereken bir dış uyaran olarak değerlendirirken, Loewenstein'ın yaklaşımı bireyin içsel olarak bilgiye yöneldiğini ve merakın da bu süreci yöneten bilişsel bir mekanizma olduğunu savunmaktadır.

Loewenstein (1994), merakı yalnızca bilgi eksikliğinden değil, bireyin bu eksikliğin farkına varmasından doğan bir bilişsel gerilim durumu olarak tanımlar. Kişi, kendisinde eksik olduğunu fark ettiği bilgiye erişmek için içsel bir güdülenme hisseder. Kurama göre bu süreçte birey, belirli bir bilgiye "ne kadar yakın" olduğunu algıladığında merak artar. Bilginin tamamen eksik olduğu durumlarda merak uyanmayabilirken, kişi cevaba kısmen yakın olduğunda ya da eksik bilginin sınırlarını algıladığında merak en yüksek düzeye ulaşmaktadır. Bu çerçevede, merakın ortaya çıkması için bireyin bilgiye dair zihinsel bir temsile sahip olması ve eksikliğin algılanabilir düzeyde olması gerekmektedir. Örneğin, tamamen yabancı olunan bir konu bireyde merak uyandırmayabilirken, birey konuya dair bir miktar bilgi sahibi olduğunda, öğrenme arzusu da eş zamanlı olarak artmaktadır.

Merak, belirli türde bir bilişsel gerilimdir. Bu gerilim, bireyin zihinsel durumunu rahatsız edici hâle getirir ve bu rahatsızlık ancak bilgiye erişim yoluyla giderilebilir (Biederman ve Vessel, 2006). Bu gerilim, bireyin dikkatini eksik bilgiye yöneltecek ve davranışsal bir yanıt olarak da öğrenme yönelimi doğuracaktır. Bu yönüyle bilgi açığı kuramı, merakı açlık ve susuzluk gibi diğer homeostatik güdülerle karşılaştırır. Birey, nasıl ki biyolojik ihtiyaçlarını karşılamak için harekete geçerse, bilgi eksikliği de bireyi bilişsel tatmin sağlamak adına eyleme geçmeye sevk eder. Merak tatmin edildiğinde birey, tıpkı bir ödüle ulaşmış gibi haz ve rahatlama hissi yaşayacaktır (Kakade ve Dayan, 2002). Bu yaklaşım, nörobilişsel çalışmalarla da desteklenmektedir (Leon ve Shadlen, 1999; Delgado vd., 2000; Delgado vd., 2003). Özellikle ventral striatum ve dopamin sisteminin bilgi edinme ile ödül arasında nörolojik bir bağ kurduğu bulgulanmıştır (Kang vd., 2009).

Bilgi açığı kuramının dikkat çeken bir diğer yönü de merakın lineer olmayan doğasını açıklamasıdır (Çelik ve Uslu, 2023). Merak en çok bireyin cevaba yakın olduğu ama cevabı henüz bilmediği durumlarda artma eğilimindedir. Bilgi tamamen ulaşılmaz göründüğünde ya da birey tüm bilgiye sahip olduğunu düşündüğünde ise merak kaybolacaktır. Merak, bilgi açığı belli bir boyuttayken artış gösterecekken bu boşluk çok büyük olduğunda ise birey "bilgiyi ulaşılmaz" olarak değerlendirebilecek ve bu durum merakın bastırılmasıyla sonuçlanabilecektir. Diğer yandan, boşluğun çok çok küçük olduğum durumlarda ise birey zaten yeterli bilgiye sahip olduğunu

düşünebileceğinden dolayı merak sönme eğilimi gösterebilecektir (Erdem, 2024). Bu bağlamda bilgi açığının büyüklüğü ile merak düzeyi arasında ters U şeklinde bir ilişki olduğu öne sürülmektedir. Merak başlangıçta artar. Kişi bilgiye ulaştıkça merak azalır. Bilgi edinildiğinde merak sona erer ve birey tatmin hissi yaşar (Loewenstein, 1994). Bu ilişki eğitim, iletişim, medya ve pazarlama gibi birçok alanda merakın nasıl tetiklenebileceğine dair güçlü çıkarımlar sunmaktadır. Örneğin, bir öğretmenin öğrencilerinde merak yaratmak için konunun tamamını sunmak yerine stratejik bilgi boşlukları bırakarak, öğrenmeyi daha kalıcı ve motive edici hâle getirebilecektir. Bu strateji, öğrenme ortamlarında bilgiye ulaşımı kolaylaştırırken, aynı zamanda öğrencinin konuya dair aktif katılımını da teşvik edebilecektir.

2.1.3.2 Optimal uyarılma kuramı

Merakın psikolojik açıklamalarında öncü kuramcılardan biri olan Berlyne (1960), yayımladığı "Conflict, Arousal, and Curiosity" adlı eserinde, merakı bireyin bilişsel uyarılma düzeyi ile ilişkilendirmiştir. Optimal Uyarılma Kuramı (Optimal Arousal Theory), merakı yalnızca bilgi arayışı olarak değil, aynı zamanda uyarılma seviyesini düzenleyici bir davranışsal tepki olarak değerlendiren ilk sistematik çabalardan biridir. Merakın dürtü kuramına dayalı açıklamaları genellikle merakın homeostatik bir dürtü (yani içsel olarak uyarılmış) olduğunu varsayarken (Litman, 2005), Berlyne (1957) tarafından geliştirilen alternatif bir dürtü temelli bakış açısı merakı dışsal olarak uyarılmış olarak ele almıştır. Bilişsel değişkenleri merkezi bir role yerleştirmesi bakımından diğer davranışçıların önerdiği teorilerden de farklılık göstermektedir. Merak dürtüsündeki dışsal uyaranlar, özellikle "uyaran çatışması" veya "uyumsuzluk" tarafından uyandırılır. Bu yapı, karmaşıklık, yenilik ve şaşırtıcılık gibi özellikleri kapsar. Bu özellikleri içeren uyaranlar merak dürtüsünü harekete geçirmekte ve organizmanın uyarılma düzeyini yükseltmektedir (Berlyne, 1954).

İnsanlar çok düşük ya da çok yüksek düzeydeki uyarılma durumlarından kaçınma eğilimindedirler. Aşırı düşük uyarılma sıkıntıya, aşırı yüksek uyarılma ise kaygıya neden olmaktadır (Yantis ve Jonides, 1984). Bu nedenle birey, içinde bulunduğu uyarılma seviyesini optimal düzeyde tutmak için çevreden gelen uyaranlara yönelir. Bu süreç, bireyin hem içsel bilişsel dengesini (homeostaz) koruma hem de çevreyi

keşfetme dürtüsünü devreye sokmaktadır. Organizmanın davranışı, sadece dışsal ödüller tarafından değil, aynı zamanda uyarılma düzeyini ideal bir noktada tutma arzusuyla da yönlendirilir. Merak da bu çerçevede ortaya çıkan bir eğilimdir (Berlyne, 1960: 38). Bu bağlamda merak, bireyin çevresindeki yeni, karmaşık, belirsiz ve beklenmedik uyaranlara yönelmesiyle tetiklenmektedir. Bu tür uyaranlar "epistemik uyaranlar" olarak adlandırılmaktadır (Yeşil ve Meriç, 2025). Epistemik uyaranlar, bireyin dikkatini çeken, zihinsel çelişki yaratan ve dolayısıyla merakı tetikleyen nitelikler taşımaktadır. Uyaranın bu özellikleri arttıkça merak davranışının ortaya çıkma olasılığı da artacaktır. Merakı oluşturan başlıca nitelikler arasında yenilik, karmaşıklık, belirsizlik ve çelişki yer almaktadır. Bu faktörler organizmanın dikkatini çekerek keşfetme davranışını başlatmaktadır (Berlyne, 1960: 42).

Merak iki temel tipe ayrılarak daha fonksiyonel hale getirilmiştir. Spesifik merak, bireyin belirli bir bilgiye ulaşmak için gösterdiği sistematik çabadır (Malone, 1981). Örneğin, bir bilmeceyi çözmeye çalışmak ya da bir sorunun doğru cevabını öğrenmek. Bu merak tipi genellikle epistemik ve bilişsel uyarıcılarla ilişkilidir. Diversif merak, bireyin monotonluğu ve sıkıntıyı gidermek için rastgele ve çeşitli uyaranlara yönelmesidir (Berlyne, 1962). Bu merak daha çok duygusal uyarılma ihtiyacıyla ilişkilidir. Spesifik merak, belirli bir bilgiye ulaşmayı hedeflerken; diversif merak, daha çok yeni deneyimler edinme ve çevreyi keşfetme yönelimiyle karakterize edilmektedir (Berlyne, 1960: 45). Bu ayrım, bireyin merak davranışlarının bağlamdan bağımsız olmadığını, farklı durumlarda farklı türde merak tepkileri geliştirdiğini göstermektedir. Örneğin, bir öğrenci sınavda karşılaştığı sorunun cevabını öğrenmek için spesifik merak gösterirken; boş zamanlarında farklı konulara rastgele göz atması diversif merak davranışıdır.

Optimal Uyarılma Kuramı, merakı yalnızca bilgi edinme süreci değil, aynı zamanda psikolojik uyarılma düzeyini düzenleme eğilimi olarak değerlendirmesi bakımından özgün bir kuramsal çerçeve sunmaktadır (Litman vd., 2005). Özellikle merakı tetikleyen uyaranların doğası, bireyin çevreyle kurduğu bilişsel etkileşimler ve öğrenme motivasyonu üzerinde belirleyici olmaktadır (Gruber vd., 2014). Spesifik ve diversif merak ayrımı, bireyin hem akademik hem de gündelik bağlamlarda nasıl farklı merak türleri sergilediğini açıklamada işlevsel bir yapı sağlamaktadır.

2.1.3.3 İkili merak teorisi

Litman, (2005), merakın homojen bir psikolojik durum olmadığı, aksine farklı güdüsel temellerle ortaya çıkabilen çok boyutlu bir yapı taşıdığı görüşünden yola çıkarak, İkili Merak Teorisi (Dual-type Theory of Curiosity)'ni geliştirmiştir. Bu teori, merakı iki temel kategoride sınıflandırmaktadır: I-tip (İlgi Temelli Merak) ve D-tip (Eksiklik Temelli Merak) merak. I tipi merak, bireyler tamamen yeni bir şey keşfetme fırsatlarını fark ettiklerinde harekete geçerken, D tipi merak ise insanların mevcut bilgi birikimlerine dahil etmeyi amaçladıkları bilgilere sahip olmadıklarında uyarılır (Loewenstein, 1994; Litman vd., 2005; Litman, 2008). İkili merak kuramı, bireyin bilgi arayışı güdüsünün yalnızca öğrenme isteğinden değil, aynı zamanda zihinsel bir dengesizliği giderme motivasyonundan da kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Bu yaklaşım, merakın yalnızca bilişsel değil, aynı zamanda duygusal ve motivasyonel bir yapı olduğunu göstermektedir. Teorinin eğitim, psikoloji ve iletişim alanlarında kullanımı, bireysel farklılıkların anlaşılmasında önemli katkılar sağlamaktadır.

I-tip merak, bireyin bilgi edinmenin kendisinden aldığı zevkle motive olduğu, yani öğrenme sürecinin doğrudan kendisinin haz verici olduğu durumları ifade etmektedir (Litman ve Jimerson, 2004). Bu merak türü, bireyin yeni şeyler öğrenme isteğiyle, içsel bir memnuniyet ve keşif duygusuyla ilişkilidir. Haz odaklıdır ve genellikle düşük stres, yüksek bilişsel ilgiyle ilişkilendirilmektedir. D-tip merak, bireyin zihinsel bir rahatsızlık yaşamasına neden olan bilgi eksikliğini gidermek amacıyla ortaya çıkmaktadır (Litman ve Silvia, 2006). Bu merak türü, bir boşluk, tamamlanmamışlık ya da belirsizlik duygusuna yanıt olarak gelişmektedir (Berridge, 2003). Bilgiye ulaşmak, bu rahatsızlığı sona erdirmenin yolu olarak görülmektedir. Bu tür merak, yüksek belirsizlik ve bilişsel gerilim ile ilişkilidir.

Litman'ın (2005), İkili Merak Kuramı, bireyin bilgi arayışı güdüsünün yalnızca öğrenme isteğinden değil, aynı zamanda zihinsel bir dengesizliği giderme motivasyonundan da kaynaklandığını ortaya koymaktadır. Bu yaklaşım, merakın yalnızca bilişsel değil, aynı zamanda duygusal ve motivasyonel bir yapı olduğunu göstermektedir (Webster ve Kruglanski, 1994). Teorinin eğitim, psikoloji ve iletişim alanlarında kullanımı, bireysel farklılıkların anlaşılmasında önemli katkılar

sağlamaktadır. Kuram eğitim, pazarlama, medya, oyunlaştırma, bilim iletişimi ve klinik psikoloji gibi birçok alanda kullanılabilecek bir kuramsal çerçeve sunmaktadır. Örneğin, bir reklam kampanyası hedef kitlenin bilgi eksikliğini vurgulayarak D-tip merakı, bir bilim belgeseli ise saf bilgi keşfine odaklanarak I-tip merakı tetikleyebilir.

2.1.3.4 Bilişsel uyum kuramı

Silvia (2008b), yayımladığı "Interest-The Curious Emotion" başlıklı çalışmasında, merakı temel bir duygu durumu olarak ele almakta ve bunu bilişsel uyumun geçici olarak bozulmasıyla ilişkilendirmektedir. Bu yaklaşım bireyin dikkat, anlamlandırma ve yeterlik algısı gibi bilişsel süreçlerini, duygusal deneyimler bağlamında analiz etmektedir. Merak yalnızca bilişsel bir dürtü ya da bilgiye ulaşma isteği değildir; aynı zamanda bireyin zihinsel dengesini etkileyen, bilişsel bir çelişkiye yanıt olarak gelişen bir duygusal tepkidir (Lazarus, 1991). Bireyin yeni bir bilgiyle karşılaştığında sadece "şaşırma" ya da "karmaşıklık" yaşamayacağı, aynı zamanda bu durumu anlamlandırma kapasitesine dair öz yeterlik algısı varsa merakın tetikleneceği öne sürülmektedir.

Bilişsel Uyum Kuramı (Cognitive-equilibrium Theory of Curiosity)'na göre merak bilişsel uyuşmazlık ve bilişsel uyum kapasitesi alt boyutlarından oluşmaktadır (Silvia, 2008b). Birey yeni bir bilgiyle karşılaştığında şaşkınlık yaşayacaktır (İnan, 2012). Bir nevi uyarılma gerçekleşecektir ki merak bunu yönetmenin yollarından biri olarak görülmektedir (Berlyne, 1960). Eğer kişinin anlama kapasitesi yeterli ise şaşkınlık yerini meraka bırakacaktır. Eğer birey, yeni bilginin çok karmaşık ya da kendi kapasitesinin ötesinde olduğunu düşünürse merak yerine kaygı, sıkıntı veya ilgisizlik ortaya çıkabilecektir.

Bilişsel Uyum Kuramı, merakı yalnızca bilişsel bir dürtü olarak değil, aynı zamanda anlamlandırma süreciyle bütünleşen bir duygu olarak kavramsallaştırılmaktadır (Silvia, 2017). Bu yönüyle kuram, özellikle merakın bireysel farklılıklar, öz yeterlik, dikkat, anlamlandırma ve duygusal tepkilerle ilişkisini açıklamada işlevsel bir yapı sunmaktadır (İnan, 2012). Eğitimden psikoterapiye kadar birçok bağlamda uygulanabilir ve bireyin dünyayla olan etkileşimini anlamada önemli katkılar sağlar.

2.1.3.5 Öz-yönelimli öğrenme kuramı

Öz-Yönelimli Öğrenme Kuramı (Self-Determination Theory-SDT), bireyin davranışlarını yönlendiren motivasyon türlerini açıklamak amacıyla oluşturulmuş, kapsamlı bir psikolojik kuramdır (Ryan ve Deci, 2000). Kuramın temel varsayımı doğuştan gelen öğrenme, gelişme ve çevreyle anlamlı ilişkiler kurma eğiliminde olmaktır. Kuram merak davranışını anlamada bütüncül bir yaklaşım sunmaktadır. Merak, yalnızca bilgiye yönelik bilişsel bir arayış değil, aynı zamanda bireyin içsel gelişimsel ihtiyaçlarını karşılamaya dönük bir psikolojik büyüme mekanizması olarak kabul görmektedir (Niemiec ve Ryan, 2009). Bu bağlamda merak, bireyin içsel olarak bilgiye ve çevresini keşfetmeye yönelme eğilimini ortaya koyan temel bir bilişsel-duygusal mekanizma olarak değerlendirilmektedir. İçsel motivasyon, içten gelen bir enerjiyle, dışsal ödül ya da baskı olmaksızın bir etkinliğe yönelme durumudur. Merak, bu tür bir içsel motivasyonun doğal bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Ryan ve Deci, 2020). İçsel motivasyon, bireyin faaliyetle doğrudan ilgilenmesi, onu tatmin edici bulmasıyla ortaya çıkmakta ve bir konuya yönelik duyduğu merak, yalnızca bilgi edinme ihtiyacından değil, aynı zamanda öğrenme eyleminden alınan zevkten ortaya çıkmaktadır. Merak, bireyin çevresiyle etkin, özerk ve bilinçli ilişki kurma çabasının bilişsel boyutudur. Bilmek isteme, öğrenmek isteme, dünyayı kendi çerçevesinden anlama arzusu, doğrudan içsel motivasyonun yansımasıdır (Ryan ve Deci, 2000: 69).

Dışsal motivasyon, bireyin davranışını dışsal ödül, ceza ya da beklentiler yönlendirdiğinde ortaya çıkmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). SDT'ye göre, dışsal motivasyonun baskın olduğu ortamlarda bireyin doğal merak duygusu bastırılabilmektedir. Öz saygının korunumu ile suçluluk ve suçtan kaçma amacıyla oluşal dışsal dayatmalar davranışları kısmi özerk hale getirmektedir. Aksi düşünülecek olursa dışsal ödüllere ulaşmak için de yine davranışlarda çeşitlenme söz konusu olabilecektir (Kowal ve Fortier, 1999). Dışsal güdülemede eğer özerk bir davranış sergileme imkanı var ise eylem gerçekleşmesi daha mühmel ve daha değerli olabilecektir. Özerkliğin kısıtlandığı dışsal zorlayıcıların etkisi altında kalan dışsal güdü ise ekseriyetle zaruretten dolayı davranışa dönüşebilecektir. Sınırlandırılmış dışsal motiv genelde suçlanmamak ya da suçluluk hissine kapılmamak amacılya davranışa dönüşebilmektedir.

Öz-Yönelimli Öğrenme Kuramı, bireyin psikolojik gelişimi ve içsel motivasyonunun sürdürülebilirliği için karşılanması gereken üç psikolojik faktörü vurgulamaktadır; özerklik, yeterlilik ve ilişkililik. Bireyin kendi davranışlarının kaynağı olarak kendini deneyimlemesi özeklik olarak kabul edilmektedir. Yani bireyin seçim yapma, karar verme ve kendi öğrenme sürecini yönlendirme özgürlüğüdür. Kişi kendi davranışının tek yönlendiricisi olduğunu hissettiğinde daha yüksek düzeyde içsel motivasyon ve merak gösterme eğilimindedir (Moller vd., 2006). Öznenin kendini etkin, başarılı ve çevresi üzerinde etkili hissedebilmesi yeterlilik olarak kabul edilmektedir. Birey öğrenebileceğini hissettiğinde merakı artma eğilimi gösterebilecektir. Herhangi bir konuda yeterli olduğumuzu düşündüğümüzde, o alandaki öğrenme etkinliklerine karşı daha yüksek düzeyde ilgi ve merak açığa çıkmaktadır (Ryan ve Deci, 2020). Sosyal bağlar kurma, ait olma ve kabul görme ihtiyaçları ilişkililik olarak tanımlanmaktadır. Öğrenme ortamında sosyal olarak desteklenenler, daha fazla keşfetme eğilimi gösterebileceklerdir. Öğrenciler, öğretmenleriyle ve sınıf arkadaşlarıyla pozitif ilişkiler geliştirdiklerinde, öğrenme motivasyonları ve merakları önemli ölçüde artabilecektir (Niemiec ve Ryan, 2009: 135).

2.1.3.6 Nörobilişsel merak kuramları

Son yıllarda merak olgusu, yalnızca bilişsel ya da motivasyonel bir fenomen olarak değil, aynı zamanda nörobiyolojik temellere sahip bir süreç olarak ele alınmaya başlanmıştır. Beyindeki işleyişin anlaşılması yönünde geliştirilen teknolojik araçla, özellikle fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI), elektroensefalografi (EEG) ve pozitron emisyon tomografisi (PET) sayesinde merakın beyinde nasıl temellendiğine dair bilgiler önemli ölçüde artmaya başlamıştır (Gruber ve Ranganath, 2019). Bu nörobilişsel yaklaşımlar, merakı yalnızca öğrenmeye dair bir dürtü olarak değil, aynı zamanda ödül sistemiyle yakından ilişkili, motivasyonel ve duygusal bir süreç olarak tanımlar (Kang vd., 2009). Kang vd. (2009) tarafından yapılan çalışma Nörobilişsel Merak Kuramları (Neurocognitive Theories of Curiosity) açısından temel bir başvuru niteliğindedir. Bu çalışmada, katılımcıların bilgiye duyduğu merak düzeyi fMRI ile ölçülmüş ve yüksek merak durumlarında ventral striatum ve prefrontal korteks bölgelerinde belirgin aktivasyon artışları gözlemlenmiştir. Ventral striatum, beyindeki ödül beklentisiyle ilişkili başlıca yapılar arasında yer almakta ve dopamin

salınımını düzenleyen önemli merkezlerden biri olarak görülmektedir. Bu bulgular, merakın sadece bir bilişsel boşluğu kapatma isteği değil; aynı zamanda ödül beklentisiyle bağlantılı nörobiyolojik bir süreç olduğunu ortaya koymaktadır.

Gruber vd. (2014), tarafından yapılan fMRI çalışması, merak düzeyinin yüksek olduğu durumlarda dopamin salınımında artış olduğunu ve bu artışın öğrenme performansını artırdığını bulgulamaktadır. Bu çalışmaya göre, merak sadece motivasyonel bir hazırlayıcı değil; aynı zamanda bellek oluşumuna katkıda bulunan nörokimyasal bir tetikleyici rolü oynamaktadır. Merak duygusunun, tıpkı maddi ödüller gibi beyinde dopamin salınımını artırması, onun öğrenme süreçleri üzerindeki etkisini biyolojik düzeyde açıklamak için önemli bir temel sunmaktadır (Van Lieshout vd., 2020). Gruber vd. (2014), çalışmalarında merak durumunda hipokampus aktivitesinin arttığını tespit etmiştir. Hipokampus, uzun süreli belleğin oluşumunda kilit rol oynayan bir yapı olarak kabul görmektedir. Yüksek düzeyde merak duyulan sorulara verilen yanıtlar sadece daha iyi hatırlanmakla kalmamış, aynı zamanda ilgili olmayan bilgiler de daha yüksek oranda hatırlanmıştır. Bu da merakın öğrenme üzerindeki genelleştirici etkisini ortaya koymaktadır.

Nörogörüntüleme çalışmalarında sıklıkla aktive olan bir diğer bölge Anterior Cingulate Cortex (ACC)'tir. Bu yapı, özellikle bilgiye yönelik beklenti ve çatışma izleme süreçlerinde görev yapmaktadır. Van Lieshout vd. (2018), çalışmalarında, merak anında ACC'nin aktif hale geldiği ve bu bölgenin bilgi açığı algısını düzenlediği gösterilmiştir. ACC, bireyler bilgi eksiklikleriyle karşılaştıklarında devreye girmekte ve belirsizliğin çözülmesine bağlı olarak merak düzeylerini düzenleyen bir üst bilişsel izleyici görevi görmektedir. EEG çalışmaları da merakın beyin aktivitesi üzerindeki etkilerini desteklemektedir. Jepma vd. (2012), merak durumunda P300 bileşeninde anlamlı artışlar gözlemlemiştir. P300, dikkatin yönelmesi ve bilişsel kaynakların tahsisini temsil etmektedir. Yani merak, bireyin dikkatini yalnızca bilgiye değil; bilginin sunum biçimine ve anlamına da yöneltmektedir. Merak, dikkat dağılımını artırmaktadır. Bu durum, bilgi aramanın beklenti ve çözümleme aşamalarında P300 genliklerinin artmasıyla kanıtlanmıştır.

Nörobilişsel merak kuramları, merakın yalnızca zihinsel bir faaliyet olmadığını, aynı zamanda beynin ödül, dikkat, bellek ve beklenti sistemleriyle entegre bir biçimde işlediğini ortaya koymaktadır (Feldman Hall ve Nassar, 2021). fMRI, EEG ve PET gibi yöntemlerle desteklenen bu çalışmalar; merakın dopamin salınımı, ventral striatum aktivasyonu, hipokampal kodlama ve dikkat modülasyonu gibi nörobiyolojik süreçler aracılığıyla öğrenmeyi nasıl desteklediğini göstermektedir. Bu kapsamda, merakı sadece pedagojik bir unsur değil, aynı zamanda biyolojik bir dürtü olarak görmek mümkündür (Schüler, 2010: Gottlieb ve Oudeyer, 2018: Fiske, 2020).

2.1.4 Merak ve Faydaları

Bir kişinin diğerini en etkili şekilde uyarmasını sağlayan en önemli mekanizma meraktır. İnsanlar merakı sosyal bir araç olarak kullanır ve onu sosyal bir varlık olarak yeniden inşa eder (Kurtbaş, 2011: 51). Daha meraklı kişilerin daha olumlu sosyal ilişkiler yaşadıkları görülmektedir (Kashdan ve Roberts, 2004). Daha fazla merakı olan insanlar, sosyal aktivitenin belirsizliğine daha açıktırlar, yeni olayları diğer insanlarla paylaşmanın ve onlardan yeni bilgiler keşfetmenin bir işlevi olarak gelişme fırsatlarından yararlanmaktadırlar. Bireye ilginç bir şey olduğunda, bunu diğer insanlarla (iyi dinleyiciler olan) paylaşmak olayın anılarını değiştirebilmektedir. Başkalarına ilginç bir olayı anlatmak, kendi merakımızı güçlendirmeye ve onu daha belirgin hale getirmeye hizmet etmektedir. Belirli bir faaliyet için içsel değer ve motivasyon, bu sosyalleşme süreci ile artırılabilecektir (Kashdan ve Silvia, 2009: 370). Böylece bireyin çevresi ile etkileşimi artacak, daha sosyal biri haline gelmesini sağlayabilecek ve kişilerarası yakınlığın artmasını kolaylaştırabilecektir (Kashdan ve Roberts, 2004: 814). Bu yakınlığın artmasını sağlayan bireyler arasındaki karşılıklı uyum ve birbirlerine karşı duyarlılıklarıdır. Bu iki boyutun güdülenebilmesi için merakın başlatılması gerekmektedir. Çünkü merakın kişiler arası iletişimde önemli bir bileşen olan uyumluluk/duyarlılık üzerinde de önemli etkileri bulunmaktadır (Kashdan ve Roberts, 2004: 793). Eğer bu her iki boyutta karşılıklı olarak karşılanabiliyorsa gerçek anlamda bir yakınlıktan bahsedilebilecektir. Birbirleriyle ahenk içerisinde olmayan ya da o hassasiyeti göstermeyen bireyler arasında yakınlık oluşamayacaktır.

Merak dünyadaki yaşamın gelişmesinde önemli bir faktör olarak algılanmaktadır. Merak olmasaydı dünyanın şu an nasıl olabileceğini tasvir etmek merakın ne denli önemli olduğunun anlaşılması içi etkili olacaktır. Eğer merak olmasaydı benlik, dünyanın keşfi, iç gözlem, hayatta anlam arayışı, estetik değerler, bilimsel arayış, yenilikler ve bir nebzeye kadar kişisel gelişim gibi olgular belki de hiç tanımlanamayacaktır (Kashdan ve Silvia, 2009: 373).

Merak, öğrenme sürecini etkileyen önemli değişkenlerden biri olarak kabul edilmektedir. Günümüz dünyasında, yaşam boyu öğrenen kavramı gittikçe daha önemli hale gelmektedir ve bireylerin çağın gereksinimlerine uygun farklı işlevlerle donatılmaları gereksinimi artmaktadır. Bu gereksinimin bireylerin meraklılık düzeylerinin artırılarak giderilebileceği düşünülmektedir (Demirel ve Coşkun, 2009).

Merak, yalnızca deneyime açıklığın bir bileşeni ve içsel motivasyonun önemli bir ortak değişkeni değil, aynı zamanda kendi başına önemli bir özellik olarak görülmektedir. Bu özelliklerden birisi de yaratıcılık kavramında belirmektedir. Merak, yaratıcı öğrenme süreci için gerekli ilk adımdır; merak varsa, bireyi düşünmeye ve yorumlamaya motive eder. Bu nedenle merak bireysel merkezli bir (Tamdogon, 2006: 151) öğrenmeye yönelik içsel motivasyondur (Mussel vd., 2012: 110).

Bireysel yaratıcılık ile merak arasında güçlü bir ilişki bulunmaktadır. Çünkü merak yenilik arayışını etkileyen ve daha sonra yaratıcılığa dönüşen bir ana faktör olarak kabul edilmektedir (Karwowski, 2012: 548-553). Bunun sağlanabilmesi için bireydeki istendik tepkileri gerçekleştirebilecek motivasyonların güdülenmesi gerekmektedir. Merak, yeni, ilgi çekici olay ve bilgilerin tanınmasına, araştırılmasına ve düzenlemesine yönelik pozitif duygusal motivasyon sistemi olarak işlev görmektedir (Fineburg, 2004: 199). Bu işlevi sayesinde merak yaşam boyu öğrenme için gerekli motivasyonların başlatıcısı durumundadır.

Merak yaratıcı bireylerin en doğal özelliklerinden birisi olarak görülmektedir (Schmidhuber, 2006). Merak, yaratıcılık ve motivasyon arasında güçlü pozitif bir ilişki bulunmaktadır (Duran, 2020). Merak yaratıcı problem çözmede bilgi araştırmasıyla başlayıp fikir üretimi ile devam eder ve bireyin yaratıcılık performansını arttırır (Hardy

vd., 2017: 231). Eğitimde yaratıcılık merakla başlar; başkalarının daha önceki yaratıcılığı tarafından üretilen bilginin edinilmesiyle olgunlaşır, öğrenme, eleştirel düşünme, özümseme yoluyla ilerler ve yeni başlangıçların yolunu açmak için entelektüel dönüşüm ile son bulur (Tamdogon, 2006: 140).

Merak kişisel gelişimi (Kashdan vd., 2004: 291), akademik öğrenmeyi (von Stumm, Hell ve Chamorro-Premuzic, 2011: 574), bilişsel gelişimi (Tamdogon, 2006) sağlamakta, bilmek için pratik veya epistemik motivasyonumuz olmadığında bile bireyi bilgi edinmeye motive etmektedir. Merak bilginin tahmin edilebilir bir dağılımı için araşsal ve belirleyici olarak bireyi pratik ve epistemik ilgi alanlarını yönlendirermekte bireyin diğer konuları da araştırmasını güdülemektedir. Bu süreç genel olarak bireyin ilgilenim alanı içindeki olay ve olguları içermektedir. Merak, pratik ve epistemik bilme motivasyonunun yoksunluğuna rağmen bireyi sorgulamaya sevk ederek tahmin edilebilir bir bilgi çerçevesi için araçsal olarak değerli olup aynı zamanda bunun belirleyicisi durumunda görülmektedir (Schmitt ve Lahroodi, 2008: 130).

Soyut pozitif duygusal durumların deneyimi bireyin düşünce eylem birikimini genişleterek olgu ve olaylar arası etkileşimde meraka aracılık fonksiyonu yükler (Fredrickson, 1998, 2001). Merak diğer pozitif duygusal durumlardan farklılaştıran özelliklerini korumaktadır. Görünüşte ilgi çekici, alışık olunmayan, anlamlı çevresel işaretlere yönelik davranışsal hareketi başlatır. Davranışsal hareketten kaynaklı yeni temasların etkilerini kabul edilebilir düzeye getirerek kişisel gelişimi sağlar (Kashdan vd., 2004). Mesela kişinin kitap okumada tecrübe ettiği merak, kitap içerisinde yer alan bilgilerin öğrenilmesine, kitabın yazarı hakkında kişisel bilgilerin öğrenilmesine ve yazarın başka kitaplarının okunmasına kadar genişleyebilir. Aynı olay ya da olgu ile sürekli meşguliyetiyle oluşan etkileşimler birikiminin, yeni etkileşimlerle teması devam ettirmesi beklenmektedir. Böylece yeni, ilgi çekici olay ve bilgilerin edinimiyle başlayan süreç karşılıklı etkileşimle devam ederek kişisel gelişimle sonuçlanmaktadır.

2.1.5 İşyerinde Merak Kavramı

Merak, cehaletin üstesinden gelinmesine, dikkat ve öğrenme alışkanlıklarının geliştirilmesine ve bireyin kendisini örgütsel destek davranışları için hazırlamasına yardımcı olabilmektedir (Stewart-Rozema, 2019). İşyerinde çalışanların birbirlerine yardımcı olmaları ya da bu yönde eğilim göstermeleri örgütün gelişimi, yaşamdan alınan haz ile örgüte yönelik olumlu duygulanımların artmasını sağlayacaktır (Kanbur vd., 2017). Amabile (1993: 186-190) ve Prihandinisari (2017: 159) merakın çalışanların içsel motivasyonunu artırdığını, bununla birlikte motivasyon sinerjisine katkıda bulunduğunu belirterek çalışan memnuniyeti-iş performansının doğrudan etkilendiğini belirtmektedirler. Örgüt için olumlu çıktılar oluşturabilecek boyutlardan bir diğeri ise yaratıcılıktır. Merak bireysel yaratıcılığın temel öncülü olup yaratıcı bireyde bulunan bir çocukluk özelliği olarak düşünülmektedir (Csikszentmihalyi vd., 1997: 75). İşteki yaratıcı performans alanında da merakın önemli bir yeri bulunmaktadır. Modern işyerinin giderek karmaşıklaşan gerçeklerine uyum sağlamak için çalışanların nasıl seçilip hazırlanacağını daha iyi anlamanın yolu meraktan geçmektedir (Hardy vd., 2017: 230).

Merak türlerinden bazıları yaratıcılığa ve bilgeliğe götüren bilişsel akıcılığı geliştirmekte, olgusal bilgi arayışı ve rafine bilgi işlemeyi kolaylaştırmakta, farklı keşif davranışlarını tetiklemektedir. Bu nedenle merakın çalışmaları, yaratıcılık ve farklı düşünme biçimlerine yol açan diğer çabaların incelenmesi için umut vaat etmekle birlike, bu yapılarla eşanlamlı olup görev performansındaki artışı teşvik eden verimliliğin gelişimi gibi daha doğrusal düşünme için çıkarımlara sahip olduğu değerlendirilmektedir (Harrison, 2009: 36-37). Herhangi bir zamanda bir bireyin merakının eğilimi ve yoğunluğu, bir bireyin devam eden faaliyete karşı kişisel hassasiyetlerine ve faaliyetin özelliklerine bağlıdır (Kashdan ve Fincham, 2004: 483). Merak, kişinin dikkatini gerektiren yeni bilgi ve deneyimleri araştırmak için farkına varma, takip etme ve yoğun arzuyu içeren iştahlı bir durum haline gelmektedir (Kashdan ve Steger, 2007: 159).

Birçok işin merakla ilgili gereksinimleri vardır; mesleğe ilişkin bilgi toplamak, yeni beceriler öğrenmek, yeni problemleri çözmek, stratejiler geliştirmek, yenilikleri teşvik etmek veya değişen ortamlara uyum sağlamak gibi (Mussel vd., 2012: 109). Psikoloji alanyazınında doğuştan geldiği düşünülen merak, genellikle bilgiye duyulan ihtiyaç veya istek olarak tanımlanmaktadır (Demirel ve Coşkun, 2009: 112). Bireyde algılanan bu bilgi yoksunluğu sayesinde birey yoksunluğun oluşturduğu stresi giderebilmek amacıyla bilgiyi aramaya başlayacaktır. Edinilmeye çalışılan her bilgi bireyde farklı konularla ilişkili merakın doğmasını tetikleyecektir. Sonuçta devamlı bilgi arayışında olan meraklı bir örgüt yapısı oluşabilcektir. Örgütsel yaşam alanının devamlı değiştiği gerçeği düşünüldüğünde bu değişimin yönetilmesinde merakın rolü daha iyi kavranabilecektir. Merak gibi psikolojik bir güç, modern işyerindeki eğilimleri yönetmek için gereken hızlı öğrenme katalizörü olarak görev alacak (Kashdan vd., 2020) ve örgütsel yaşamın entropisine bireyin uyumunu sağlayabilecektir. Çok çeşitli ilgi alanlarına ve yüksek meraklara sahip olmak, birçok faaliyete katılımı kolaylaştıracak, yüksek hareket kabiliyetine sahip bireylerin yönelimlerine uyacak geniş hareket fırsatları sağlayacaktır (Kruglanski vd., 2010: 397).

Küresel ekonomik değişikliklerle teknolojik gelişmeler yeni iş stratejileri, yeni iş kolları, endüstrilerin gelişimi, organizasyonlar, iş dünyasındaki zaman-mekan kavramının yok olması ve işin doğasıyla ilgili dramatik değişikliklere neden olmaktadır (Greenwood ve Hinings, 1996: 1022; Kanbur ve Kanbur, 2018: 241). Merak modern işyerindeki değişim ve eğilimleri yönetmek için gereken hızlı öğrenmede potansiyel bir psikolojik güçtür. Meraklı bir kişi organizasyonel değişikliklere duyarlı olup; yeni meslektaşların ve teknolojilerin benzersiz değişikliklerini anlamaya, takdir etmeye ya da bunlardan çıkarımlarda bulunmaya çalışırken hayal kırıklığına uğramaktan daha çok meraklarına odaklanmaya, karmaşık küresel pazarlarda alışılmadık kültürlere strateji ve planları uyarlayacak kadar esnekliğe sahiptir (Mussel, 2013: 453-545).

Çalışma ortamları çeşitlenmeye devam ettikçe ve işler daha dinamik, karmaşık, net olarak belirlenemez hale geldikçe çevreleriyle aktif olarak ilgilenen ve sürekli olarak keşfedip bunlara uyum sağlayan çalışanlara sahip olmak bireysel ve örgütsel başarı

için giderek daha kritik bir hale gelecektir. Bu yüzden işyerinde en temel insani eğilimlerimizden biri olan merakın rolü gün geçtikçe artmaktadır (Hardy vd., 2017: 235). İnsanlar olayları son derece yeni veya zorlayıcı olarak değerlendirdiklerinde kendilerini meraklı hissetmekte ve bunun sayesinde zorlukları anlayacak kadar yetkin olduklarına inanmaktadırlar. Araştırmalar insanların yenilik, meydan okuma ve algılanan yeterlilik değerlendirmelerinin en yüksek seviyelerdeyken zorlayıcı uyaranları keşfetmek için daha fazla zaman harcadıklarını göstermektedir (Silvia, 2005; Turner ve Silvia, 2006). Merak, motivasyon, uyarılma, dikkat ve yenilik tercihi gibi bir dizi başka psikolojik işlevle ilişkili karmaşık bir işlevdir (Mayes, 1991: 3). Çalışan yetişkinler üzerine yapılan araştırmalarda merak ile iş performansı, çalışanların sosyalleşme aracılığıyla öğrenmesi (Reio ve Callahan, 2004: 14), örgüte yeni gelenlerin adaptasyonunun kolaylaştırılması (Harrison vd., 2011: 211), kariyer başarısı (Mussel vd., 2012: 114), örgütsel bağlılık (Ferreira ve Potgieter, 2018: 403) ve fikir üretme (Hardy vd., 2017: 230) arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Merak ile kişinin duygusal, ruhsal ve kişisel özelliklerinin gelişimi arasında orantılı bir ilişki bulunmaktadır (Acun vd., 2013: 75). Daha fazla merakı olan insanlar, kaçınılmaz olarak bilgi ve becerilerin genişlemesiyle kendileri, başkaları ve dünya hakkındaki görüşlere meydan okuyabilmektedirler. Gündelik faaliyete açık, keşifsel bir yönelim, pozitif bir şimdiki zamanın (anlamın varlığı) ve geleceğin zaman yöneliminin eşzamanlı varlığıyla (anlam arayışı), yaşamda sürekli anlam inşasına gitmektedirler (Kashdan ve Steger, 2007: 171). Uzun vadede, sürekli merak duygusu içinde olmak, bilgi dağarcığını genişletmeyi, entelektüel/yaratıcı kapasiteler oluşturmayı ve sosyal ilişkileri güçlendirmeyi sağlamaktadır (von Stumm ve Ackerman, 2013: 848).

Meraklı bir kişinin motivasyonel ve davranışsal katkıları göz önüne alındığında, işyerine yönelik ilgi ve alakası kolayca anlaşılabilmektedir. Merak, örgütsel psikolojide geleneksel olarak araştırılan yapılarla açıklanmayan iş performansındaki farklılığı açıklayabilmektedir. Yüksek öğrenme talepleri ile karakterize edilen iş gereksinimleri bağlamında merakın özel bir öneme sahip olduğu değerlendirilmektedir. Bireyler, sosyalleşmeyle ilgili öğrenme talebine sahip olan yeni

bir organizasyona girdiklerinde özel bir işyeri öğrenimi durumu ortaya çıkmaktadır. Bu durumda merak, değişen bir ortama ve proaktif davranışa uyum sağlamayı kolaylaştırabilmektedir (Kashdan vd., 2020). Merak, devam eden iç veya dış faaliyetlere yönelik değerlendirmelere ve duygusal tepkilere dayanmaktadır. Bir müdahalede doğrudan merak uyandırmak ancak nadir durumlarda mantıklı olabilmektedir. Merak uyandırmanın en iyi yolu, daha fazla merak uyandıran algılar, duyguları tetikleyen sosyal ve bağlamsal koşullar oluşturmaktır. Bu koşullar faaliyetin kişisel anlamlılığını vurgulamayı, birey düzeyinde özellikler ve devam eden faaliyet arasında en uygun işlemler üretmeyi ve faaliyetin tamamlayıcı özelliklerini doğrudan manipüle etmeyi içermektedir.

Merakı geliştirmeye yönelik genel stratejiler, bireyin bilgi boşluklarını fark etmesini, belirsizlikle yapıcı biçimde temas kurmasını, yeni deneyimlere kontrollü biçimde açık olmasını ve farklı bakış açılarıyla etkileşime girmesini destekleyen çok boyutlu uygulamaları içermektedir. Alanyazın, merakın tek boyutlu bir özellik olmadığını; ilgi ve keşif hazzı, bilgi eksikliğini giderme isteği, belirsizlik karşısında dayanıklılık ve bağlama göre sosyal ya da işle ilişkili fikir açıklığı gibi farklı boyutlarla ele alındığını göstermektedir. Bu nedenle merakı artırmaya yönelik stratejilerin de yalnızca "daha fazla soru sormayı teşvik etmek" ile sınırlı kalmaması, merakın farklı boyutlarına karşılık gelen tamamlayıcı uygulamaları içermesi gerekmektedir (Yow vd., 2022; Kashdan vd., 2023). Merakı destekleyen stratejilerin psikolojik güvenlik, öğrenme fırsatları ve hata karşısında cezalandırıcı olmayan iklimlerle birlikte ele alınması gerekmektedir. Çünkü merak, uygun koşullarda işe angajman, yaratıcılık, yenilik ve uyum kapasitesini destekleyebilirken, destekleyici olmayan koşullarda bastırılabilir ya da istenmeyen bir risk gibi algılanabilir. Merakla ilgili genel stratejiler, bireyin yalnızca yeni bilgiye ilgi duymasını değil aynı zamanda belirsizlikle kalabilmesini, soru üretmesini, farklı fikirlerle karşılaşmasını ve keşfi sürdürebilmesini sağlayan bilişsel, duygusal, sosyal ve bağlamsal düzenlemelerin birlikte tasarlanmasını gerektirmektedir (Litman, 2008; Yow vd., 2022; Kashdan vd., 2020; Kashdan vd., 2023). Merakla ilgili yapılar üzerine teori ve araştırmaya dayalı merakı artırmaya yönelik genel stratejilerin bir listesi aşağıda yer alan tabloda verilmektedir (Kashdan ve Fincham, 2004: 489-490).

Tablo 2.1 Merak ile ilgili genel stratejiler

Müdahale Amacı	Genel Stratejiler ve Teknikler	Psikolojik İhtiyaçlar	Çıktı
Aktivite veya Görev	• Yenilik, karmaşıklık, belirsizlik, çeşitlilik ve sürprizden yararlanan görevler oluşturun. • Bireyleri deneyimleri, becerileri ve kişilikleriyle uyuşmayan bağlamlara bilerek yerleştirin	Özerklik	Merak üzerinde doğrudan etki
	• Bağımsız olarak yürütülebilecek görevler oluşturun. • Hareket için fırsatlara izin verin	Yetkinlik	
	• Kişisel olarak anlamlı görevler oluşturun. • Mevcut becerilerle eşleşen veya biraz aşan zorluklar oluşturun. • Grup bazlı eğlenceli aktiviteler yaratın.	İlgi/İlişki	
Sosyal Çevre (Liderlik)	• Karar verme sürecinde seçenekler oluşturup katılım sağlayın. • Kişisel sorumluluğu, eylemlerin ve başarıların sahipliğini teşvik edin • Görev yapısı ve beklentiler hakkında net bilgi verin.	Özerklik	Harekete geçmiş psikolojik ihtiyaçların bir işlevi olarak etki eden merak
	• Çabalar için cesaret verici ve destekleyici geri bildirim sağlayın. • İyileştirmeye, öğrenme ve ustalık sürecine odaklanın • Olumlu iç konuşmayı teşvik edin ve pekiştirin • Faaliyet ve çabaların anlamlılığını vurgulayın. • Hedef belirleme, planlama ve izlemede yardım. • Tehdit, yargılama, sert değerlendirme ve eleştirilerden kaçının.	Yetkinlik	
	• Açık diyaloğu teşvik edin. • Bireylerin duyguları, değerleri ve ihtiyaçları için empati yapın. • Sıcak, kabul edici ve destekleyici olun. • Sosyal yapı ve diğer insanlar hakkında net bilgiler verin. • Bireylere ve etkinliklere olan ilgiyi ifade edin ve modelleyin.	Özerklik	

Özerklik, kişisel davranışların kendiliğinden başlatıldığı inancına dayanır. Özerklikle merak birbiriyle bağlantılı kavramlar olup özerkliğin merakın öncülü olduğu görülmektedir (Kashdan ve Fincham, 2004: 486). Genel olarak, insanlara daha fazla seçenek sunulduğunda, daha fazla bilgi ve cesaret verildiğinde görevlerine yönelik merakları artmaktadır. Ancak tehditler, cezalar, olumsuz geri bildirimler ve gözetim personelin göreve yönelik merakını azaltmaktadır. Ödüllerin ve cezaların uygulandığı stratejiler personelin görevine yönelik merakını etkilemektedir (Ryan, 1982). Ödül vermek veya kritik olmak gibi davranışları kontrol etmeye gelince, yönetim taktikleri

merakı teşvik etmek veya engellemek için çok önemlidir. Kontrol en aza indirildiğinde ve kişisel seçim duyguları, anlamlılık ve yeterlilikle ilgili süreçler vurgulandığında merakın artması daha olasıdır (Kashdan ve Fincham, 2004: 485).

Örgütler organizasyon düzeyinde kültür, normlar, rutinler ve yapı, statükoyu yayma ve sürdürme eğilimindedir. Paylaşılan şema, roller ve sosyalleşme genellikle bireysel düzeyde benzer bir işleve hizmet etmektedir (Harrison, 2009: 39). Örgütsel yaşam genellikle basitleştirilmiş (Miller, 1993), mekanik -özellikle klasik yönetim anlayışında- (Tüzün, 2017) ve akılsız (Ashforth ve Fried, 1988) olarak algılanmakta olup buna örgütün rutini denmektedir. Örgütsel gelişimde sinerji vasıtasıyla ortaya çıkan yenilikler örgütün gelişimini sağlamaktadır. Örgütte açığa çıkan bu yeniliğin bireylerdeki merak kaynaklı yenilik tarafından oluştuğu değerlendirilmektedir (Harrison, 2009). Örgüt içerisinde yaygınlaştırılan ya da daha önemli bir hale getirilen merak vasıtasıyla örgütlerde sürekli bir gelişim olacağı anlaşılmaktadır. Tüm bu değerlendirmeler dikkate alındığında merakın, işle ilgili davranışların tahmin edilmesi ve açıklanması için önemli bir değişken olduğu sonucuna varılmaktadır (Mussel, 2013).

2.1.6 Merak Kavramının Nörobilimsel Temelleri

İnsanda yaşamın anlaşılmasına, olay ve olguların yorumlanmasına yönelik kalıtsal bir merak vardır (Simon vd., 2017: 3). Yeni bir uyaran bir organizmanın (memeli) algılayıcılarını etkilediğinde, dürtüye-uyarana-üretene bir tepki meydana gelecektir. Bu tepkiye merak adı verilmektedir. Merak-tepki doğuştan gelmekle birlikte sonradan da kazanılabilmektedir (Berlyne, 1950: 73). Merak bir dürtü ve içgüdüdür ancak bir duygu değildir. Merak etme hevesi, başka herhangi bir dürtüdeki heves gibidir. Duygularımızın çoğu merak dürtüsünü içerir ve onu amaçlarına tabi kılar. Merak içgüdüsel olarak dikkati yöneten, sürdüren ve nesnesi ile daha iyi tanışmamızı sağlayacak bedensel hareketleri uyandıran bir dürtüdür (Shand, 1914: 438). Yetişkin insanda merak her yönüyle yeni bir algı yerine; bilinen üzerindeki beklenmeyen bir özellik, algılananda fark edilen bir dereceye kadar benzerlikler, algılayan tarafından iyi bilinenin bazı açılardan farklılığınca uyandırılmaktadır (Berlyne, 1950: 72).

İnsanlar dünyaya gelişleriyle birlikte hiç deneyimlemedikleri bir çevre içerisine girmiş olurlar. Bu yeni çevrede her uyaran birey için yeni durumundadır. Etkileşimlerle birlikte birey bu yeni uyaranları öğrenmeye başlar. Birey için öğrenme süreci ile birlikte yeni uyaranlar artık onun algıladığı, deneyimlediği ve diğer uyaranlarla ilişkilendirdiği bir edinilmiş bilgi haline gelir. Merak öğrenme aktivitesinde etkilenen beyindeki 'kaudat' çekirdeğindeki hücrelerin aktifleşmesi ile açığa çıkmaktadır (Şentürk, 2020: 24). Öğrenme ve bellek kaudat nükleusun aktifleşmesi ile başlamakta olup (Bekdik Şirinocak vd., 2009) bilgi yoksunluğu durumunda bu bölgenin aktifleşmesi beklenebilecektir. Merak bireyde diğer güdüleri başlatmasına rağmen eğer uyaranda değişiklik olmazsa (uyarandan kasıt birey tarafından yeniliğin algılanması) merakı başlatan dürtülerin şiddeti azalabilecektir. Yani merakı tetikleyen bir uyaran, bir organizmanın algılayıcılarını etkilemeye devam ettikçe, merak belirli bir düzeyde azalacaktır (Berlyne, 1950: 74).

Kültürel sınırlar, durumsal bağlamlar ve hatta zamanın kendisini içeren merakın kapsamı çok geniştir. İnsan davranışı için öneminin farkına varan ilk teorisyenler, merakı açlık veya susuzluğa benzer bir şekilde işleyen temel, homeostatik bir dürtü olarak kavramsallaştırmışlardır (Jones vd., 1961: 135; Loewenstein, 1994: 80). Bir nesne hakkındaki merak, doğal olarak nesnenin bilgisine olan açlık veya susuzluk olarak tanımlanabilir. Diğer iştahlar gibi merak da bir duyguyu içerebilir ve kesinlikle bir arzu içerir. Merak diğer arzulara benzer özellikler sergilemektedir: irade ile üretilemez, kendiliğinden ortaya çıkar, irade üzerine bastırılamaz, tatmin olmayı gerektirir ve takıntılı hale gelebilir. Birey merakı tatmin etmek için dürtüsel olarak davranmaktadır. İradeye ve daha iyi bir muhakemeye karşın meraka boyun eğilmektedir (Schmitt ve Lahroodi, 2008: 127).

Merak beyinde yer alan bazı sistemler aracılığıyla güdülenmektedir. İlk sistem, beynin mezolimbik bölgesinde yer alan "isteme" sistemidir. İstemek, nihai ödül beklentisiyle bir endişe veya gerginlik hissi yaratarak bireysel davranışı motive eder. Özünde, birey gelecekteki faydalardan mahrum olduğunu hisseder ve bir kez elde edildiğinde bir rahatlama duygusu üreten gelecek durumuna ulaşmak için endişeli bir şekilde davranışlarda bulunur. İstemek, kısmen anksiyete gibi olumsuz duyguların arama davranışını kısıtlaması nedeniyle, genellikle dar bir hedefe odaklanan davranış üretir

(Litman vd., 2005; Litman, 2005). İkinci sistem, ödül merkezi içinde yer alan bir "beğenme" sistemidir. Sevmenin daha çok, uyaranlarla, muhtemelen bilişsel akıcılık veya uyaranları mevcut şemaya entegre etme becerisinden etkilenen, hedonik veya hoş ilişkilerle ilgisi vardır. Beğenme, genellikle keşif, doğaçlama ve oyun gibi estetik değerlendirmeyle ilişkili davranışlar üretmektedir (Harrison, 2009: 47).

Yeterli bilgiye sahip olmayan bireyde merak duygusu isteme ve beğenme dürtülerini güdülemektedir. Bu dürtülerin sinirsel aktivitesi subkortikal olmasına ve bu nedenle anlık farkındalığımızın altında olmasına rağmen, bu iki sürecin çevrimiçi duygusal durumlar olarak deneyimlediğimiz öznel olarak hissedilen arzu ve zevklerin temel bileşenlerini yansıttığı kabul edilir (Litman, 2005: 804). Mezolimbik alan (istemek) ve akümbens çekirdeği (beğenme) sürekli olarak daha yüksek kortikal işlevlere sahip karmaşık bir nöral crosstalk (bir iletim sisteminin bir devresi veya kanalı üzerinde iletilen bir sinyalin, başka bir devre veya kanalda istenmeyen bir etki yaratması) döngüsüne girmektedir (Berridge, 1996; Berridge, 2001: 243). Buna göre dopaminerjik sistemlerin farmakolojik manipülasyonlarının öznel arzu deneyimlerini (istemek) etkilediği görülürken, opioid sistemlerinin benzer manipülasyonlarının zevkle ilgili kişisel bildirimleri (beğenme) etkilediği tespit edilmiştir (Berridge, 1999; Winkielman ve Berridge, 2004: 122). Aşağıda yer alan tabloda isteme-beğenme ve merak ilişkisi gösterilmektedir (Litman, 2005: 806).

Tablo 2.2 İsteme-beğenme ve merak ilişkisi

	İSTEME	
	Düşük Seviyede	**Yüksek Seviyede**
BEĞENME		
Yüksek Seviye	İlgi duygusu olarak merak (Estetik beğeni)	Yoksunluk duygusu olarak merak (Algısal/Kavramsal/Akıcı)
Düşük Seviye	Kararsız ilgisizlik veya can sıkıntısı (Spontane değişim veya yenilik arayışı)	Belirsizliğin açıklığa kavuşturulması ihtiyacı (Bilişsel tamamlanma ihtiyacı; hastalıklı veya korkutucu merak)

Subkortikal sistemlerin her ikisi de tipik olarak çevresel değişikliklere karşı dikkati ve duygusal tepkiyi düzenleyen termostatik süreçler olarak hareket eden bilinçaltı bir seviyede çalışmaktadır (Litman, 2005). Bu argüman, istemek ve beğenmek gibi temel duygusal süreçlerin, bireyleri çevrelerine uyduran sabit bir bilgi akışı sağladığını

savunmaktadır. Bu bilgi akışı, tutarsız veya yeni uyaranların algılanmasıyla ortaya çıkan, bir dengesizlik durumu yaratan, bir organizmanın bedeniyle zihnini başka bir duruma yaklaşmaya veya mevcut bir durumdan kaçınmaya yönlendiren ve hazırlayan duygusal verileri içermektedir (Seo vd., 2004: 426). Bu dengesizlik noktalarında merak bölümleri ortaya çıkmaktadır. Litman'ın (2005) çalışması, bir merak durumunun endişeli ve özel mi yoksa hoş ve çeşitli mi olduğunun kısmen istek duyguları ile beğenme duygularını yöneten beyin sistemlerinin karışımı tarafından belirlendiğini öne sürmektedir. Bireyler istenen durumlardan mahrum bırakıldıklarını hissettiğinde gerilim veya yoksunluk hissi yaratan dopamin sistemleri tarafından yönetilmektedir. Aksine beğenme, beklenen durumlarla bir zevk veya hayranlık duygusu üreten opiod sistemleri tarafından yönetilmektedir (Ikemoto ve Panksepp, 1999).

2.1.7 Merak ve Etkileyen Faktörler

İnsanın merak duygusunu deneyimlemesi onun çevresini algılama düzeyiyle yakından ilişkilidir. Birey görevde, nesnede, bir durumda veya kişide yenilik potansiyelini algılamış ya da açık bir şekilde yenilik olduğunu fark etmiş olabilir. Her iki durumda da merak duygusu açığa çıkacak olup ikinci durumda birey dikkatini daha çabuk olguya toplayabilecektir (Kashdan vd., 2020). Kişisel bilgilerdeki boşluğu algılayamama, bireylerin gerçek mesleki durumları hakkındaki merakını azaltabilir veya yok edebilir. Bilgi boşluklarını tespit edememe nedeniyle merak eksikliği, değişime direnme olarak klişelişebilir. Bununla birlikte, aynı zamanda, bilgi boşluğu teorisi bu soruna olası bir çözüm sağlar. İnsanlar klişelerin ve klişelere dayanan tahminlerin farkındaysa, tahminlerinin doğru olup olmadığını merak edebilirler (Loewenstein, 1994: 94).

Merakı etkileyen faktörlerin başında yoksunluğu, stresi ya da keşif hazzını hissedebilen bireyin öznel algılaması ve uyaran (yenilik, heyecan uyandırma, haz vb. özelliklere haiz) konumunda olan çevresel faktörler gelmektedir. Çalışmaları nörobilim ve psikolojiyi bütünleştirmeye yönelik erken bir çabayı temsil eden Hebb (1955), merakın çevre tarafından uyarıldığını ve birey tarafından harekete geçirildiğini vurgulamaktadır. Kashdan vd. (2004) ise çevresel uyaranların ancak bireyler

onları öyle algıladığında yeni olabileceğini savunmaktadırlar. Merak daha çok bireylerin öznel algısının bir fonksiyonu olup daha az çevresel özelliklerin bir işlevi olarak görülmektedir.

Bireyin yaşadığı çevre, yetişme şekli, kişilik özellikleri, yaşı, cinsiyeti, ilgilenim alanları vb. faktörler onun merak deneyimini etkilemektedir. Örneğin televizyonda yer alan bir futbol maçı erkek bireylerin ilgilenim alanında kadınlara göre daha çok yer alacağı için futbolla ilgili hususlara erkekler daha meraklı olacaklardır (Emir, 2020). Benzer şekilde televizyonda yer alan bir magazin programı da kadın bireylerin ilgilenim alanında diğerlerine göre daha fazla yer alacağı için kadın bireylerin bu hususlarda daha meraklı olması beklenecektir. Merak üzerine yapılan araştırmalarda merakın demografik özelliklere göre değiştiğine yönelik güçlü kanıtlar bulunmaktadır (Demirel ve Coşkun, 2009; Kurtbaş, 2011).

Bireyde merakı etkileyen faktörlerden bir diğeride çatışma olarak görülmektedir. Engelleme, anlaşmazlık, uyumsuzluk ve seçim sorunlarından oluşan çatışma yıkıcı ve yapıcı boyutları olan bir kavramdır. Örgütler arası, gruplar arası, kişiler-gruplar arası ve kişiler arası düzlemlerde gerçekleşebilmektedir (Seval, 2006: 246-247). Tartışma/çatışma (fikirler, bilgiler, varsayımlar, teoriler veya görüşler üzerine uyumsuzluk) epistemik merakın arttırılmasını sağlamakta, dolayısıyla başarının arttırılmasında önemli bir faktör olmaktadır. Bireyler arası tartışma ortamları oluşturmak, onları tartışmaya sevk etmek, fikir ve görüşleri arasındaki çatışmaların yapıcı bir şekilde yöneltilmesi katılımcıların epistemik merakını arttıracaktır (Lowry ve Johnson, 1981: 31-42). Merakın davranışçı öğrenme teorisi referans çerçevesinden, yani uyarıcı-tepki reaksiyonu tarafından açığa çıktığı görülmektedir. Ayrıca merakın yeni ve tuhaf durumlar tarafından harekete geçirildiğini önce onu başlatmak için bir işaret uyarıcıya ihtiyaç duyulduğu ve yanıtı ne kadar uzağa taşıyacağını bilmek için motivasyonel bir uyarana ihtiyaç olduğu görülmektedir. Bir uyaran, bireyin çözme ihtiyacı hissettiği işlenmiş bilgileriyle ilgili bir çelişki yaratmaktadır. Birey, bu çatışmayı azaltmak için bazı eylemler gerçekleştirecektir. Merak en çok çatışmanın öğrenen için orta düzeyde bir aşinalık aşamasında olduğu durumda uyandırılmaktadır. Uyaran çok tanıdık geliyorsa, kişi zaten bilgiye sahiptir; bu nedenle merak uyandırmayabilir. Eğer uyaran öğrenenin sahip olduğu bilgiye çok yabancı ise,

o zaman da çok az bir merak tepkisi açığa çıkma eğilimindedir (Berlyne, 1954). Çatışmanın gençlerde yoğun olarak yaşandığı görülmektedir (Ünal, 2018). Merak genel olarak gençlerin gelişen zihinleriyle ilgili olarak araştırma, bilimsel keşif ve uyarılara açık olma biçiminde algılanmaktadır (Stewart-Rozema, 2019). Devamlı suretle gençler araştırma yaptıkları ve yetişkinlere göre daha az uzmanlık alan bilgisine sahip oldukları için bu çatışmalara maruz kaldıkları değerlendirilmektedir. Bütün bunlarla birlikte ergenlik döneminin psikolojik dinamiklerininde bu süreçte etkili olduğu değerlendirilmektedir (Dinçel, 2006).

2.1.8 Merak Kavramının Değeri

İnsan zihninde ilk ve en temel duygu meraktır. İnsanların yeni, karmaşık, belirsiz veya büyüme odaklı olarak değerlendirilen sosyal olmayan ve sosyal uyaranlara karşı farkındalık ve duyarlılık bakımından farklılık gösterdiğine ve özellikle meraklı insanların daha hızlı ve kalıcı psikolojik ve sosyal faydalar sağladığı düşünülmektedir (Kashdan ve Silvia, 2009: 370). Merakın işlevi, gelişimin tüm aşamalarında merkezi olarak organize olmakta, çocuklara ve yetişkinlere bilinmeyenler üzerinde hakimiyet sağlamakta ve çocukların, küçük çocukların keşiflerinin uygulamalı psikanalitik araştırmalarıyla daha net tanımlanabilecek farklı şekillerde gelişmelerine yol açmaktadır. Meraklı olma kapasitesi bazı kişilerde diğerlerinden daha gelişmiştir. Uyarılmayı, motivasyonu ve duygulanımı düzenleyen, bebeklik döneminde başlayan ve nörobiyolojik temeli olan bütünleştirici bir işlevdir (Mayes, 1991: 4). Genelikle merakla, hangi arzumuz olursa olsun, ne zevk alırsak alalım yenilik kastedilmektedir. Küçük bir çocuğun etrafta koşuşturup yargısal olmayan kararlar alması, bir noktadan başka bir noktaya devamlı hareketi büyük bir heves ve çok az seçimle gerçekleşir. Bu çocuğun dikkati herşeyle meşguldür, çünkü yaşamın yenilik cazibesini keşfetmektedir. Ama bizi sadece yenilikleriyle meşgul eden şeyler bizi uzun süre bağlayamayacaktır. Bu yüzden merak tüm dürtüler arasında en yüzeysel olanıdır ve nesnesini sürekli olarak değiştirmektedir ki bu yönüyle de yenilikten farklılaşmaktadır. Çok keskin ama çok kolay doyurulan bir iştahı vardır, her zaman bir baş dönmesi, kaygı ve huzursuzluk görünümüne sahiptir (Burke, 1824: 35-37).

Merak, yaşam döngüsünün tüm aşamalarında insan davranışını hem olumlu hem de olumsuz yönde etkileyen kritik bir neden olarak kabul edilmektedir. Çocuk gelişiminde itici bir güç ve eğitime erişim için en önemli teşviklerden biri olarak tanımlanmıştır (Day, 1982). Öğrenme, merakla başlayan ömür boyu süren bir süreçtir (Ceylan vd., 2015: 1). Pedagojik literatür, eğiticileri merak uyandırmaya teşvik eder (McNay, 1985) ve bunu yapmak için pratik yönergeler oluşturur (Tompkins ve Tway, 1985). Merak aynı zamanda bilimsel keşfin arkasındaki önemli bir itici güç olarak görülmektedir. Dahası, merak edebiyat ve sanatta yaratıcılığı doğuran temel güdüdür (Whitesides, 2018: 4128). Merak olumlu olduğu kadar olumsuzluğada götürebilmektedir. Pazarlamacılar, ürünün kimliğini ancak reklamın sonunda ortaya çıkaran "gizemli" reklamlarda merakın gücünden yararlanmaya çoktandır başlamışlardır (Tokmak, 2019: 54). Merak davranışsal tutumları da içerebilmektedir. Olumsuz olarak özellikle onaylanmayan davranışlarda görülmektedir. Çünkü maddenin kişiyi duygusal, duyusal ve bilişsel düzeylerde nasıl etkileyeceğini deneyimleme, anlama ve keşfetme güdüsü ve elle tutulur deneyleri savunan felsefi bir tutumun öncüsü olabilmektedir. Bu nedenle davranış bozukluklarıyla ilişkilendirilmekte, uyuşturucu ve alkol kullanımı (Green, 1990: 146-149), erken cinsel deneyimler (Özkan, 2011: 127) ve kundakçılık gibi belirli suç türlerini içeren onaylanmamış davranışlardan sorumlu tutulmaktadır (Kolko ve Kazdin, 1989: 157).

Merak, insanların deneyimlemesi, öğrenmesi ve bilgi edinmesinin yolunu açtığı için değerlidir (Altıparmak, 2019: 17). Merak, genellikle spontane, duyarlı, özel, tutkulu ve resmi entelektüel eğitimin dışında geniş çapta erişilebilir olduğundan, paylaşılan etik arayışlar etrafında farkındalık ve bağlılığı geliştirmek için özellikle güçlü bir araç olabilmektedir (Stewart-Rozema, 2019). Merak, doğayı, bilimi ve diğer her şeyi içerir: maddenin nereden geldiği, insan davranışları, bitkilerin sosyal yaşamı, kırmızıbiberin tadı, sürekli hareket eden makineleri, "mutluluğun" doğası. Mutlak bir gereksinimin aciliyetine sahip olabilir (açlık, susuzluk veya arzu gibi), geçici eğlenceler olarak yanıp sönebilir veya bir özlem olarak yerleşebilir (zevkli yeni fikirler için). Gereksiz veya amaçlı, değişken veya sabit, saf veya karmaşık olabilir. Bu anlık bir dürtü veya yıllar içinde yayılan hesaplanmış bir arama olabilir (Whitesides, 2018: 4126).

Merak kendine özgüdür (Whitesides, 2018). Her bir yaratılanda farklıdır. Aynı nesne, olay ya da olguya yönelik olarak beliren merak her bir bakana göre değişecektir. Meraklı birey araştırma yapma, sorunları keşfetme, sorular sorma ve keşfetme eğiliminde olacaktır. Meraklı insanlar proaktif sorulara, gizli gerçeklere ve farklılıklara karşı çok hassastır ve kendi bilgi ve anlayış eksikliklerini tespit edebilirler. Bu insanlar dikkatlice gözlemleme, hipotezler oluşturma, muhalefet etme ve kışkırtıcı sorular sorma becerisine sahiptir (Demirel ve Coşkun, 2009: 112). Her bireyde bu süreçler kendi iç dinamiklerine göre ilerleyeceği için aynı uyaranlardan farklı çıktılar elde edilebilecek ve böylece ürün olarak bilgi kümülatif bir şekilde gelişecektir.

Merakla güdülenmiş bir öğrenme kalıcı olmaya adaydır. Araştırma ve öğrenme isteği merakla tetiklenmektedir (Ceylan vd., 2015: 209). Araştırma ve bilgi için merak çok değerlidir. Merak kişinin dikkatinin nesneye çekilmesinden kaynaklanan ve bunun karşılığında kişinin dikkatini ona çekmesini sağlayan motivasyonel olarak orijinal bir bilme arzusudur. Bu arzu inatçıdır: bir önermenin doğru olup olmadığı, ilgili konular hakkında merak uyandırır ve böylece bilgimizi derinleştirir. Bu arzu ön yargılıdır; hâlihazırda pratik veya epistemik ilgimiz olan konular lehine bir dereceye kadar. Bu arzu büyük ölçüde ilgi alanlarımızdan bağımsızdır; önceden ilgi duymadığımız nesnelere dikkatimizi çeker ve böylece bilgimizi genişletir (Schmitt ve Lahroodi, 2008: 125).

2.1.9 Merak Kavramına Yönelik Araştırmalar

Bu bölümde merak kavramına yönelik araştırmaların değerlendirilmesi temel amaç olarak kabul edilmiş olup, en genel neticeler için Web of Science (WoS) veri tabanınca ve en kapsamlı sonuçlar için abone olunan tüm kaynaklarda (1637-halen) ortak bir arama alanı kümesi kullanarak arama yapılmıştır. Anahtar kavram olarak “curiosity” kelimesi kullanılarak yapılan tarama özet, başlık ve konu kısımlarında gerçekleştirilmiştir. 28.06.2026 tarihli yapılan tarama neticesinde tespit edilen araştırmalar derinlemesine incelenerek alıntı sayısı en fazla olan ilk 10 araştırma aşağıdaki tablo ve görsel aracılığıyla aktarılmıştır.

Tablo 2.3 Merak ile ilgili araştırmalar

Sıra	Yazar(lar)	Yayın Yılı	Toplam Atıf Sayısı
1	Loewenstein, G.	1994	2174
2	Pathak, D., Agrawal, P., Efros, A. A. ve Darrell, T.	2017	1332
3	Kang, M. J., Hsu, M., Krajbich, I. M., Loewenstein, G., McClure, S. M., Wang, J. T. ve Camerer, C. F.	2009	811
4	Kashdan, T. B., Rose, P. ve Fincham, F. D.	2004	783
5	Kidd, C. ve Hayden, B. Y.	2015	745
6	Litman, J. A.	2005	706
7	Gottlieb, J., Oudeyer, P-Y., Lopes, M. ve Baranes, A.	2013	616
8	Gruber, M. J., Gelman, B. D. ve Ranganath, C.	2014	615
9	Kashdan, T. B., Gallagher, M. W., Silvia, P. J., Winterstein, B. P., Breen, W. E., Terhar, D. ve Steger, M. F.	2009	608
10	Litman, J. A. ve Spielberger, C. D.	2003	601

Loewenstein (1994), merak üzerine yapılan araştırmaların iki yoğun dönem geçirdiğini belirtmiştir. 1960'lardaki ilk dönem, esas olarak merakın psikolojik temellerine odaklanmaktadır. 1970'ler ve 1980'lerdeki ikinci dönem ise merakı ölçme ve boyutluluğunu değerlendirme girişimleriyle karakterize edilmiştir. Araştırmacı, bu katkıları, özellikle ilk döneme odaklanarak incelemektedir. İlk dönemde önerilen merak kavramının kuramsal açıklamalarının iki alanda yetersiz kaldığını savunarak: İnsanların neden gönüllü olarak merak arayışına girdiklerine dair yeterli bir açıklama sunmadıklarını ve merakın durumsal belirleyicilerini ortaya koyamadıklarını belirtmektedir. Ayrıca, bu açıklamaların merakın bazı belirgin özelliklerinden olan yoğunluğu, geçiciliği, dürtüsellikle ilişkisi ve tatmin edildiğinde hayal kırıklığına uğratma eğilimine dikkat çekmediğini belirterek bu eksiklikleri gidermeyi amaçlayan yeni bir merak açıklaması sunmaktadır. Yeni bir tanımlama olarak araştırmacı merakı, bilgi veya anlayışta bir boşluğun algılanmasından kaynaklanan, bilişsel olarak tetiklenen bir yoksunluk biçimi olarak yorumlamaktadır.

Pathak vd. (2017), merakı, hem ortamı ve hedef durumları keşfetme ihtiyacını açıklamak için hem de daha genel olarak, gelecekteki ödülleri takip etmek için kullanışlı olabilecek yeni beceriler öğrenmenin bir yolu olarak görmüşlerdir. Araştırmacılar yaptıkları deneyde İçsel Merak Modülü (ICM) adını verdikleri bir yöntem geliştirmişler ve çeşitli öğrenme yöntemleriyle kullanılabileceğini

vurgulamışlardır. Öğrenilen sürecin performansını merakın niteliksel ve niceliksel olarak üç aşamada değerlendirilmesiyle ortaya koymaktadırlar: bir hedefe ulaşmada seyrek dışsal ödül, dışsal ödül olmaksızın keşif ve yeni senaryolara genelleme. Takviyeli öğrenme algoritmaları, ortam tarafından sağlanan ödülleri maksimize ederek hedef görevlere ulaşmak için politikalar öğrenmeyi amaçlamaktadır. Merak güdümlü keşif kullanarak, önemli ilerleme kaydedilebilmektedir. Kazanılan bilgi ilerleyen aşamalarda kişinin sıfırdan başladığı zamankinden çok daha hızlı olarak süreci keşfetmesine yardımcı olmaktadır. Merakı teşvik etmek için ileri dinamik modelinin tahmin hatası bireye içsel bir ödül olarak sağlanmaktadır.

Kang vd. (2009), merakın, öğrenme ve bilgi edinme arzusu olarak tanımlandığını, ancak altta yatan mekanizmaların iyi anlaşılamadığını vurgulamışlardır. Araştırmacılar 14 erkek, 5 kadın; 18 sağ elini kullanan, 1 sol elini kullanan toplam 19 öğrenci ile deney yapmışlardır. Deneklere bilgi yarışması sorularını okurken fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) ile tarama yapılmıştır. Soruları okurkenki merak düzeyi, daha önce beklenen ödülle ilgili olduğu öne sürülen kaudat bölgelerindeki aktiviteyle ilişkilendirilmiştir. Bu bulgu, deneklerin daha meraklı olduklarında cevapları bulmak için daha fazla kıt kaynak (sınırlı jetonlar veya bekleme süresi) harcadıklarını gösteren bir davranışsal çalışmaya yol açmıştır. Fonksiyonel görüntüleme ayrıca, denekler yanlış tahmin ettiklerinde merakın hafıza alanlarındaki aktiviteyi artırdığını göstermiştir; bu da merakın şaşırtıcı yeni bilgiler için hafızayı geliştirebileceğini düşündürmüştür. Hafıza geliştirme hakkındaki bu tahmin, ilk oturumdaki daha yüksek merakın, 1-2 hafta sonra şaşırtıcı cevapların daha iyi hatırlanmasıyla ilişkilendirildiği bir davranışsal çalışmayla da doğrulanmıştır.

Kashdan vd. (2004), merak üzerine yapılan araştırmaları genişletme çabasıyla, yeni bir ölçüm aracının tasarımını ve merakın nomolojik ağına ilişkin araştırmaları bilgilendiren teorik bir modeli detaylandırmıştır. Merak, yenilik ve meydan okumanın tanınması, peşinden koşulması ve öz düzenlemesiyle ilişkili pozitif bir duygusal-motivasyonel sistem olarak kavramsallaştırılmıştır. Merakın keşif (ayrışık) ve özümseme (spesifik) bileşenlerini değerlendirmek, geleneksel psikometrik standartları karşılamak ve hem laboratuvar hem de anket araştırmalarında kullanılabilecek kısa bir ölçüm geliştirmek amacıyla merak ve keşif envanteri kapsamında yapı ve güvenirlik

ve yakınsak ve ayırıcı geçerlik olmak üzere iki çalışma yürütülmüştür. Toplam 316 üniversite öğrencisinden oluşan örneklemden elde edilen verilerden keşif (yenilik ve meydan okumaya yönelik iştahlı çabalar) ve yoğunlaşma (belirli etkinliklere tam katılım) olmak üzere iki boyuttan oluşan Merak ve Keşif Envanteri (CEI) geliştirilmiştir. Oluşturulan envanterin iyi psikometrik özelliklere sahip olduğu vurgulanmış, sosyal olarak arzu edilen yanıtlardan nispeten etkilenmediği, pozitif duygudan nispeten bağımsız olduğu ve araştırmacıların teorik çerçeveleriyle tutarlı bir nomolojik ağa sahip olduğu vurgulanmıştır. Ayrıca araştırmacılar merakın çeşitli psikolojik olguların anlaşılmasında potansiyel rolünü tartışmışlardır.

Kidd ve Hayden (2015), merakın, bilişimizin temel bir unsuru olduğunu, ancak biyolojik işlevi, mekanizmaları ve sinirsel temelinin hâlâ yeterince anlaşılmadığını belirtmektedirler. Merakı anlamamızı sınırlayan faktörlerin başında, merakın ne olduğu ve ne olmadığına dair yaygın olarak kabul görmüş bir tanımın olmamasının geldiğini, bunun nedeninin ise laboratuvarda merakı manipüle eden standartlaştırılmış laboratuvar görevlerinin yeterli sayıda olmamasından kaynaklandığını belirtmektedirler. Araştırmacılar merakı tanımlamakla uğraşmak yerine, bilgi arama davranışının motivasyonlarını ele almanın ve onu etolojik bağlamda incelemenin daha faydalı olduğunu öne sürmektedirler. Ayrıca mekanizmalar alanında, bilgi edinme dürtüsünün değerin içsel temsillerini artırdığı, dolayısıyla karar vericileri bilgilendirici seçeneklere ve eylemlere yönlendirdiği vurgulanmaktadır. Merakın beyindeki öğrenme sistemlerini harekete geçirdiği, gelişim alanında, merakın öğrenme için kritik öneme sahip olduğu ve hem dışsal özellikleri hem de kendi bilgisine ilişkin içsel temsilleri yansıttığı sonucuna varılmaktadır.

Litman (2005), motivasyon ve duygusal deneyimin altında yattığı varsayılan iki sistem olan “isteme” ve “beğenme”nin nörobilimini içeren yeni bir merak kuramsal modeli önermektedir. Araştırmacı yeni modeli geliştirirken, merakın dürtü ve optimal uyarılma kuramlarına özgü ampirik ve kuramsal sınırlamaları tartışmakta ve bu modelleri Litman ve Jimerson’ın (2004) geliştirdiği ilgi yoksunluğu (I/D) merak kuramıyla ilişkilendirerek değerlendirmektedir. I/D modeli, isteme ve beğenmenin nörobilimiyle ilişkisi ayrıntılı olarak ele alınmakta ve merakın duygusal-motivasyonel bir durum olarak karmaşık doğasını açıklığa kavuşturmak, bilgi edinmenin farklı

şekillerde nasıl zevkli olabileceğine ışık tutmak amacıyla bütünleyici bir I/D/isteme-beğenme modeli önerilmektedir. Araştırmada önerilen bütünleyici I/D/istek-beğenme modeli, merakın duygusal-motivasyonel bir durum olarak doğasını aydınlatmaya ve bilgi arama davranışı ve öğrenmeyle ilişkili zevkler hakkında çok şey ortaya koymaya yardımcı olabilecek bir dizi yeni araştırma yönü önermektedir.

Gottlieb vd. (2013), bilgi edinme ve keşfetmeye çok zaman ve enerji ayırıldığı, ancak altta yatan mekanizmaların yeterince anlaşılmadığını, bu nedenle geleneksel olarak ayrı alanlar olan makine öğrenimi, doğal davranışlardaki göz hareketleri ve psikoloji ve sinirbilimdeki merak çalışmaları gibi alanlardan ortaya çıkan son gelişmelerin incelenmesi gerekliliğini vurgulamışlardır. Araştırmacılar inceledikleri çalışmaların keşfin, yeniliğe veya sürprize yönelik otomatik önyargılardan, öğrenme ilerlemesi ve merak güdümlü davranışlarda bilgi edinimi için sistematik arayışlara kadar uzanan bir mekanizma ailesi tarafından yönlendirilebileceğini göstermektedirler. İnsanlar, içsel bir merak sergilemekte ve görünürde gizli bir amaç olmaksızın bilgi arayışında gibi görünmektedirler; bu da beynin bilgiye değer atayan içsel ödüller ürettiğini ve bu ödüllerin altında yatan hesaplamalarla ilgili karmaşık soruları gündeme getirdiğini düşündürmektedir. Bu şekilde tanımlandığında, merakın, diğer referans noktası fenomenlerine veya biyolojik dürtülere benzer bir ihtiyacı karşılamayı amaçlayan bir yoksunluk fenomeni olarak görülebilceği belirtilmektedir.

Gruber vd. (2014), insanların kendilerini ilgilendiren konular hakkında daha kolay bilgi edindikleri, ancak içsel motivasyonel durumların öğrenmeyi nasıl etkilediğine dair mekanizmalar hakkında çok az şey bilindiğini vurgulamaktadırlar. Merakın (öğrenmeye yönelik içsel motivasyon) hafızayı nasıl etkilediğini araştırmak için fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) tekniği kullanılmıştır. Hem anlık hem de bir gün gecikmeli hafıza testlerinde, katılımcıların merak ettikleri bilgiler ve yüksek merak durumlarında öğrenilen tesadüfi materyaller için hafızada iyileşme gösterdikleri tespit edilmiştir. FMRI sonuçları, orta beyin ve nükleus akumbens'teki aktivitenin yüksek merak durumlarında arttığını ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, dışsal ödül motivasyonunu ve içsel merakı destekleyen mekanizmalar arasında bir bağlantı olduğunu ve daha etkili öğrenme deneyimleri yaratmak için merakı uyarmanın önemini vurgulamaktadır.

Kashdan vd., (2009), tarafından yapılan araştırma ile merakın motivasyon, öğrenme ve refah üzerindeki temel rolü esas alınarak, Merak ve Keşif Envanteri'nin (Kashdan vd., 2004) geliştirilmiş bir versiyonuyla özellik merakının ölçümünü iyileştirmek amaçlanmıştır. 36 maddeden oluşan ön bir havuz, duygu, duygu düzenlemesi, kişilik ve refah ölçümlerini de tamamlayan 311 lisans öğrencisine uygulanmıştır. Faktör analizleri, iki faktörlü bir modeli ortaya koymuştur: bilgi ve yeni deneyimler arama motivasyonu ve günlük yaşamın yeni, belirsiz ve öngörülemeyen doğasını kucaklama isteği. Oluşturulan ölçek kişisel gelişim, deneyime açıklık, özerklik, yaşam amacı, öz kabul, psikolojik esneklik, olumlu duygu durumu ve olumlu sosyal ilişkiler gibi unsurlarla pozitif korelasyonları içermektedir. Bulgulara göre, 10 maddelik Merak ve Keşif Envanteri-II ölçeğinin psikometrik özelliklere dair iyi kanıtlar sunduğu görülmektedir. Ölçek merakın geniş boyutlarındaki bireysel farklılıkları ölçmek üzere tasarlanmıştır. Okulda, işte, ilişkilerde veya herhangi bir başka aktivite veya bağlamda merakı içermektedir.

Litman ve Spielberger (2003), epistemik merak (EC) ve algısal merak (PC)'ın çok yönlü bir kişilik yapısının anlamlı boyutları olarak birbirinden ayırt edilip edilemeyeceğini belirlemeye çalışmışlardır. 56 merak maddesinden oluşan bir havuz (40 EC, 16 PC), 18 ila 65 yaşları arasında değişen 739 üniversite öğrencisine uygulanmıştır. Çalışmaya katılanlar ayrıca, Durum-Özellik Kişilik Envanteri'nin özellik kaygısı, öfke, depresyon ve merak ölçeklerine, Duygu Arayışı ve Yenilik Deneyimi ölçeklerinin seçilmiş alt ölçeklerine yanıt vermişlerdir. Merak maddelerinin eğik döndürme ile faktör analizleri, açık ve basit bir yapıya sahip EC ve PC faktörlerini belirlemiştir. EC maddelerinin daha sonraki analizleri, Çeşitli ve Spesifik Merak alt ölçekleriyle bir EC ölçeği geliştirmenin temelini oluşturmaktadır. EC ölçeği ve alt ölçeklerinin diğer merak ölçüleriyle orta derecede yüksek korelasyonları, yakınsak geçerliğin güçlü kanıtlarını ortaya koymaktadır. Erkek katılımcılar, EC ölçeğinde ve Dışsal Biliş alt ölçeğinde anlamlı derecede daha yüksek puanlar almıştır, bu da onların kadın katılımcılara göre sorunları çözmeye ve şeylerin nasıl çalıştığını keşfetmeye daha fazla ilgi duyduklarını göstermektedir. Erkek katılımcılar ayrıca Heyecan, Macera ve Dışsal Duyum alt ölçeklerinde de kadın katılımcılara göre anlamlı derecede daha yüksek puanlar almıştır bu da onların duygu arayışı faaliyetlerine daha yatkın olduklarını göstermektedir.

2.2 Öznel İyi Oluş

Öznel iyi oluş, bireyin kendi yaşamını bilişsel ve duygusal açıdan nasıl değerlendirdiğini ifade eden çok boyutlu bir kavramdır. Alanyazında öznel iyi oluşun genellikle yaşam doyumu gibi bilişsel değerlendirmeleri, olumlu ve olumsuz duygulanım gibi duygusal bileşenleri ve bazı yaklaşımlarda amaç, anlam ve işlevsellik boyutlarını kapsayacak şekilde ele alındığı görülmektedir (Diener, 1984; Diener vd., 1999; Ryan ve Deci, 2001). Bu çerçevede öznel iyi oluş bireyin yaşamını kendi ölçütleri doğrultusunda genel olarak ne derece olumlu değerlendirdiği, mutluluk, haz, keyif ve duygusal deneyimlerin dengesini algılama biçimi ve yaşamında anlam, amaç, kişisel gelişim ve tam işlevselliği ne derecede hissettiğiyle ilişkili olarak görülmektedir (Ryan ve Deci, 2001; Steptoe vd., 2015). Öznel iyi oluşun yalnızca anlık duygusal tepkilerden ibaret olmadığı, aynı zamanda bireyin yaşam koşulları, kişilik özellikleri, sosyal ilişkileri, sağlık durumu, yaşam olayları ve içinde bulunduğu sosyo-kültürel bağlam ile şekillenen daha kapsamlı bir değerlendirme sürecini yansıttığı belirtilmektedir (Diener, 1984; Diener vd., 1999). Nitekim yaşam olaylarına uyum süreçlerini inceleyen meta-analitik bulgular, öznel iyi oluşun tamamen durağan bir yapı olmadığını, evlilik, boşanma, işsizlik, yeniden istihdam, emeklilik ve yas gibi önemli yaşam geçişlerinden etkilenebildiğini, ancak bu etkinin öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal boyutlarında aynı biçimde ortaya çıkmayabildiğini göstermektedir (Luhmann vd., 2012). Benzer biçimde, yaşlanma ve sağlık bağlamında yapılan derleme çalışmaları da öznel iyi oluşun yaşam doyumu, hedonik iyi oluş ve amaç duygusu gibi farklı boyutlarda yaşam seyri boyunca birbirinden farklı örüntüler izleyebildiğini ortaya koymaktadır (Steptoe vd., 2015). Bu nedenle öznel iyi oluş, bireyin yalnızca ne kadar mutlu hissettiğini değil, aynı zamanda yaşamını ne ölçüde anlamlı, doyurucu ve yaşanmaya değer bulduğunu açıklayan bütüncül bir psikolojik gösterge olarak değerlendirilmektedir (Diener vd., 1999; Ryan ve Deci, 2001).

2.2.1 Öznel İyi Oluş Kavramı

Bin yıllar boyunca, insanın öznel iyi oluşu felsefe ve din araştırma alanlarında olmuştur. Yunan felsefesinin altın çağından itibaren batılı düşünürler mutluluğu anlamakla ilgilenedurmuşlardır (Diener, 2009a: 26). Aristoteles, Konfüçyüs ve

Buddha gibi önemli kişiler iyi yaşamı tanımlayarak önemine değinmişlerdir. Son zamanlarda, davranış bilimciler iyi bir yaşamın ne olması gerektiğini tanımlamaya değil, daha çok insanları öznel olarak yaşamlarını değerli ve ödüllendirici olarak deneyimlemeye iten faktörlere odaklanmışlardır. Filozoflar ve dini liderler, iyi yaşamın gerektirdiklerini belirlemeye çalışırken, davranış bilimciler insanları düşünmeye sevk eden faktörleri ve negatif yönlere karşın pozitif olarak yaşamlarını deneyimlemeye yönlendiren faktörleri gözlemler ki bu "öznel iyi oluş (ÖİO)" olarak adlandırılmaktadır (Diener vd., 2018: 253). Son yıllarda davranış bilimciler kavramı olumlu duygu, olumsuz duygu ve manevi güç (sonraki süreçte yaşam doyumu olarak adlandırılmıştır) boyutlarına ayırmış olmalarına rağmen mutluluğa odaklanmışlar, öznel iyi oluş ile mutluluğu aynı anlamda kullanagelmişlerdir (Diener, 2009a: 26). Olumlu duygulanım, iyilik hali, yaşam kalitesi, yaşam doyumu, psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş kavramları birbiriyle büyük oranda ilişkili ancak tamamen aynı anlamda olmayan kavramlar olup kişinin mutlu olmasını sağlayan gereklilikler ve onun olumlu işlevselliğini sağlayan durumlarla ilgilidirler (Tuzgöl Dost, 2004: 14). Olumlu duygular: güven, ilgi, umut, heyecan, gurur, neşe ve diğer duygular; olumsuz duygular: öfke, nefret, içe dönüklük ve üzüntü gibi olumsuz duyguları içerir (Yurcu ve Kocakula, 2015: 32).

İnsanoğlu yaşamı boyunca mutlu olmanın ve kaliteli bir yaşamın yollarını aramıştır. Yaşam kalitesinin tanımlayıcı özellikleri olarak başkalarını sevme, zevk ya da kendini anlama gibi kriterlere odaklanmışlardır. Bununla birlikte, neyin iyi bir yaşam oluşturduğuna dair bir başka fikir de insanların kendilerinin iyi hayatlar yaşadıklarını düşünmelerinin arzu edilmesidir. Yaşam kalitesinin bu sübjektif tanımı, her bireye kendi hayatının değerli olup olmadığına karar verme hakkı vermesi açısından demokratiktir. "Öznel iyi oluş" olarak adlandırılan ve konuşma dilinde bazen "mutluluk" olarak söylenen, iyi yaşamı tanımlamaya yönelik bu yaklaşım insanların yaşamlarına ilişkin değerlendirmelerini ifade etmektedir (Diener, 2000: 34). Genellikle, psikologlar tarafından kullanılan öznel iyi oluş kavramı, alanyazınında; hoş ruh halleri, her an hissedilebilen duygular ve yaşamın genel değerlendirmesini de kapsayan bir kavramdır. Burada "öznel" kelimesi kavrama sınırlayıcı tanımlayıcı bir boyut getirmekte ve diğer kavramlardan ayırmaktadır (Diener vd., 2018: 2). Psikolojinin belki de en önemli amaçlarından biri, insanların yüksek ve kalıcı refah

elde etmelerini sağlayan mekanizmaları keşfetmektir (Kashdan ve Steger, 2007: 159). Öznel iyi oluş, bir bireyin kendi yaşamını değerlendirirken kazandığı deneyimi ifade etmek için kullanılan kapsamlı bir tanımdır. Bu değerlendirmeler olumlu veya olumsuz olabilir; hayata güven, ilgi, neşe veya üzüntü gibi duygusal tepkileri ve yaşamla ilgili genel yargılar dâhil olmak üzere bilişsel tepkileri içermektedir. Öznel iyi oluş kavramını oluşturma sürecinde ifade edilen ve edilemeyen davranışların öznel iyi oluş aracılığıyla ölçülebildiği kabul görmektedir (Akyürek, 2019: 10).

Tarih boyunca filozoflar, mutluluğu insan eylemi için en yüksek iyilik ve nihai motivasyon olarak görmüşlerdir. İnsan mutsuzluğu derinlemesine araştırılsa da psikologlar onlarca yıldır olumlu öznel iyi oluşu büyük ölçüde görmezden gelmişlerdir. 1973'te Psychological Abstracts International, mutluluğu bir indeks terimi olarak listelemeye başlamış ve 1974'te, öznel iyi oluşa adanmış çok sayıda makaleyle Social Indicators Research dergisi kurulmuştur (Diener, 1984: 542). Öznel iyi oluş yaşam kalitesinin önemli bir göstergesidir (Eid ve Diener, 2004: 245). Öznel iyi oluşun yapısı, yaşamla ilgili değerlendirmelerin çok boyutlu haritalamasıyla analiz edilmektedir (Andrews ve Inglehart, 1979: 73). Öznel iyi oluşun tezahürleri sözlü ve sözlü olmayan davranış, eylemler, biyoloji, dikkat ve bellekte nesnel olarak ölçülebilmektedir (Diener ve Ryan, 2009: 391).

Öznel iyi oluş üzerine yapılan araştırmalarda araştırmacılar, mutluluk nedir, neden bazı insanlar daha mutlu, insanlar mutluluğa ulaşmak için hangi stratejileri kullanırlar ve mutluluğun belirleyicileri nelerdir gibi sorulara cevap bulmaya çalışırlar. Bir bireyin kendi yaşamını değerlendirmesinin ve olaylara verdiği duygusal tepkinin sonucu, öznel iyi oluşudur (Doğan, 2013: 56). Öznel iyi oluş, kişinin kendi yaşamını değerlendirmesini ve yargılarını bildirmesini ifade etmekle (Eryılmaz, 2009: 976) birlikte yaşamlarına ve duygusal deneyimlerine ilişkin genel değerlendirmeler olarak görülmektedir. Bu nedenle yaşam doyumu ve sağlık memnuniyeti yargıları gibi geniş değerlendirmeleri ve insanların yaşamlarındaki olaylara ve koşullara nasıl tepki verdiklerini yansıtan belirli duyguları içermektedir (Diener vd., 2017: 87).

İnsanlar aynı koşullara farklı tepki verirler ve koşulları benzersiz beklentilerine, değerlerine ve önceki deneyimlerine göre değerlendirirler (Diener vd., 1999: 276).

Bu deneyimlemeler kişinin algıladığı yaşam kalitesiyle ilişkilidir. Öznel iyi oluş, bir kişinin yaşam kalitesinin kendi bakış açısından genel bir değerlendirmesini yansıtmaktadır. Bu fenomene olan ilgi hem popüler yazın hem de bilimsel çalışmaları kapsayacak şekilde geniştir. Konuyla ilgili bilimsel araştırmalar psikoloji, ekonomi, sosyoloji, felsefe, gerontoloji, kinesiyoloji ve sağlık bilimleri gibi çeşitli alanlardan gelen araştırmalarla disiplinler arası bir konumdadır (Diener vd., 2018: 2). Öznel iyi oluş, tek bir spesifik yapıdan ziyade genel bir bilimsel ilgi alanı olarak tanımlanmaktadır (Diener vd., 1999: 277).

Psikologlar, herhangi bir anda deneyimlenen hoş duygu ve hisler (olumlu duygular), yaşam doyumu veya öznel iyi oluş gibi genel yaşam değerlendirmelerini ifade etmek için sıklıkla "mutluluk" kavramını kullanmaktadırlar. Öznel iyi oluşu mutluluk olarak kabul eden araştırmacılar bulunmaktadır (Lyubomksky vd., 2005: 115; Eryılmaz, 2011: 17; Doğan, 2013: 56; Eryılmaz ve Öğülmüş, 2015: 189; Erdoğan, 2019: 3). Ancak mutluluk kavramı iletişimin hassas olduğu durumlarda pekte yetkin olamamaktadır. Öte yandan öznel iyi oluş, insanların öznel yaşam değerlendirmelerine dayalı olarak deneyimledikleri iyi oluşu tanımlamak için kullanılan genel bir terim olarak daha işlevsel bir kavramdır (Diener ve Ryan, 2009: 391). Ayrıca mutluluk kavramı içerdiği popüler anlamlardan (evrensel öznel iyi oluş deneyimi, anlık sevinç hissi, çok olumlu etkiye sahip olayı deneyimleme vb.) dolayı da öznel iyi oluşu tam olarak karşılayamamaktadır (Diener, 2009a: 29). Mutluluk, birçok anlamı olan bir terimdir ve bu nedenle bilimsel literatürde sıkça kullanılmamaktadır (Diener vd., 2017: 87). Öznel iyi oluşun genel çerçevesi içerisinde mutluluk kavramını barındıran (Diener, 2009b: 11) geniş bir şemsiye terimdir (Diener vd., 2017: 87). Bunla birlikte yüksek mutluluk değerlendirmeleri, yaşam doyumu ve olumlu etkilerin tümü yüksek düzeyde öznel iyi oluşun göstergeleri olarak görülmektedir (Howell ve Howell, 2008: 537).

Öznel iyi oluşun hem istikrarlı hem de değişken bileşenleri olması muhtemel olarak görülmektedir. Bir kişinin devam eden yaşam olaylarına ilişkin değerlendirmeleri değişebilir ve bu nedenle kişinin haz düzeyi değişebilir. Ancak aynı zamanda, kişinin duyguları, kişinin mizacına ve genel yaşam koşullarına göre belirlenen ortalama bir temele dönme eğilimindedir. Bu nedenle, anlık duygular sürekli olarak

değişebilse de kişinin uzun vadeli öznel iyi oluşunun önemli ölçüde istikrarlı olması beklenebilmektedir. Benzer şekilde, kişinin yaşam koşulları çarpıcı biçimde değişirse, kişinin yaşam doyumu da değişebilir. Bununla birlikte, zaman içinde tutarlı olan birçok yaşam koşulu olması muhtemeldir ve bu, yaşam doyumunda bir dereceye kadar istikrar sağlamaktadır (Diener, 2009a: 29).

Öznel iyi oluş, bireyin bir bütün olarak yaşamının genel kalitesini olumlu bir şekilde değerlendirme derecesidir (Veenhoven, 1984: 22). İnsanların uzun vadeli hoş duygulanım düzeylerini, hoş olmayan duygulanımın olmamasını ve yaşam doyumunu içermektedir. Duygulanım fizyolojik, motivasyonel, davranışsal ve bilişsel bileşenleri içermektedir. Bireyin öznel iyi oluşu ile ilgili yapılan anket çalışmalarından elde edilen veriler öz bildirimlerle elde edilmekte olup duygulanımın bilişsel bileşeni olarak değerlendirilmektedir (Diener, 2009a: 25). Öznel iyi oluşun bilişsel boyutu yaşam doyumu boyutudur. Bireyin her bir yaşam alanıyla ilgili memnuniyet değerlendirmesini kapsamaktadır (Yurcu ve Kocakula, 2015: 32).

İyi oluş kalıtımsaldır, nispeten sabittir ve insanlar olumlu yaşam olaylarına kolayca adapte olmakta veya bunlara alışmaktadırlar (Lyubomksky vd., 2005: 111). Bu alışma bazende bir istenç olarak bireyde belirmekte ve bu istenç herhangi bir gruba üye olmakla sonuçlanabilmektedir. Herhangi bir grubun üyesi olmanın öznel iyi oluş üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri olabildiği değerlendirilmektedir. Bireye sosyal sadakat, aidiyet ve örgütçe sağlanan çok yönlü destek açısından öznel iyi oluş üzerinde olumlu bir etkiye sahip olmakla birlikte, birey kendisini diğer grup üyeleriyle karşılaştırır ve karşılaştırdığı bireye göre kendi mutluluğunu değerlendirirse kişisel öznel iyi oluşu üzerinde olumsuz bir etkisi olacaktır (Büyükcebeci, 2017: 42). Öznel iyi oluş her nekadar karmaşık bir kavram olarak algılansa da bir takım ayırt edici özellikleri bulunmaktadır. Öznel iyi oluşu ayırt eden üç temel özellik bulunmaktadır. Birincisi özneldir, bireyin deneyiminde bulunmaktadır. İkincisi, sadece olumsuz faktörlerin yokluğu değil, aynı zamanda olumlu faktörleri de içermektedir. Üçüncüsü, yalnızca bir yaşam alanının dar bir değerlendirmesinden ziyade genel bir değerlendirmeyi içermektedir (Diener, 2009a: 27; Diener, 2009b: 13).

2.2.2 Öznel İyi Oluşun Faydaları

Öznel iyi oluşun birçok alanda faydası görülmektedir; toplumsal, yaşam süresi ve sağlık, gelir ve iş, sosyal ilişkiler (Gencer, 2018: 2622-2624). Öznel iyi oluşun faydaları bireysel ve örgütsel düzlemde ele alındığında daha iyi anlaşılacağı değerlendirilmektedir. Bireysel düzlemde faydaları uzun ömür ve yaşama tutunma; pozitif ivmeli iyileşme hızı; sağlıklı yaşam davranışları sergileme; daha düşük kalp hastalığı, felç ve enfeksiyona yatkınlık riski düşüklüğü; geliştirilmiş kardiyovasküler sağlık, bağışıklık ve endokrin sistemlere olumlu katkısı olarak sıralanabilir. Örgütsel düzlemde faydaları örgüt verimi; daha fazla kazanç; işbirliği ve dayanışma; yaratıcılık ve açık fikirlilik; devamsızlığın azalması; finansal ve emsal puanlı başarı; daha fazla üretkenlik olarak sıralanabilir. Bireysel ve örgütsel ortak alan düzlemindeki faydaları ise iletişim ağı, toplumsal ilişki, sosyal ilişkisellik düzeylerinin artması; kamusal olumlu sosyal davranışlar; hesaplı risk yönetimi; istihdam; azaltılmış tüketim ve artan tasarruf davranışları; uzun vadeli stratejik planlara odaklanma ve anlık zevkleri ertelemek olarak sıralanabilir (de Neve vd., 2013: 3-4).

Birey içerisinde bulunduğu grup ya da çevrenin sosyal sistemine yönelik birtakım öğrenmeler gerçekleştirir. Bu öğrenmeler sayesinde karşılaşabileceği problemlere yönelik olarak çözüm önerileri geliştirir. Sosyal çevrenin bireye etkisiyle birlikte birey de çevresini etkilemektedir. Her bir etkileşim gruptaki diğer bireyleri etkilemekte ve bu etkileşimler aracılığıyla davranış kalıpları oluşmaktadır (Tokgöz Bakıroğlu, 2013). Bu etkileşimler bireyin sosyal arzularından kaynaklanmaktadır. Sosyalleşme arzusu çok boyutlu ve dinamik bir süreçtir. Süreç her ne şekilde olursa olsun sinerjik bir öğrenme ve etkileşim gerçekleşmektedir. Sosyal arzu ile öznel iyi oluş arasında anlamlı pozitif bir ilişki bulunmaktadır (Diener vd., 1991: 35).

Güçlü sosyal desteğe sahip olmak, egzersiz yapmak ve sigara içmemek benzeri davranışlar sergilemek gibi sağlığı etkileyen birçok faktör vardır. Mutlu olmak bu faktörlerden sadece biri olsa da önemli bir faktördür. Bunun nedeni, daha yüksek seviyelerde öznel iyi oluşun sağlığı hem doğrudan hem de dolaylı olarak etkileyebilmesidir. Pozitif duygular bağışıklık sistemini güçlendirir ve daha az kardiyovasküler soruna yol açarken, negatif duygular anksiyete ve depresyon daha

kötü sağlık davranışları ve iltihaplanma gibi sorunlu fizyolojik göstergelerle bağlantılıdır. Böylece, mutluluğun sağlık ve uzun ömür üzerindeki nedensel etkisi, ortaya çıkarılan arabulucu mekanizmalarla anlaşılabilir. Sinirbilim alanındaki araştırmalar, mutluluk ile özellikler veya ilgi konusu sonuçlar arasındaki yollara aracılık etme konusunda yeni bilimsel içgörüler için daha fazla umut sağlamaktadır (de Neve vd., 2013: 2). Öznel iyi oluşu artırmak için, hoş olmayan duygulardan ziyade hoş duygular yaşanmalı ve kişinin yaşam kalitesinin bilişsel yargısı olumlu olmalıdır. Diğer bir deyişle, bireylerin yaşam doyumu konusunda olumlu duyguları ve olumlu bilişsel yargıları arttırılmalıdır (Aydınay Satan, 2014: 57).

Mutlulukla ilgili diğer olgular ise sosyal- aile uyumu ve öz-ideal uyumudur. Mutluluk, sürekli olarak insanlarla başarılı bir ilişki kurmakla ilgilidir (Wilson, 1967: 304). Mutsuzluk doğrudan depresif ruh durumu ile nevrotik bir probleme karşılık gelmese de (Tek, 2017: 231), bazı araştırmacılar mutsuz insanlar arasında psikopatoloji veya nevrotiklik belirtiler tespit etmişlerdir: endişe, kaygı ve psikosomatik endişeler (Veroff vd., 1962: 204-205); alınganlık, öfkelilik, güvensizlik (Doğan, 2013: 58). Fizyolojik düzeyde pozitif duyguların bağışıklık, kardiyovasküler ve endokrin işleyişini iyileştirdiği tespit edilmiştir. Aksine, olumsuz duygular bu süreçler için zararlıdır (de Neve vd., 2013: 2).

Öznel iyi oluşun çok boyutlu olarak tanımlanması ve kavramsallaştırılması, klinik ve danışmanlık psikologları için önemli çıkarımlara sahiptir. Öznel iyi oluşun yapısını anlamak, uygulayıcıların bu hedeflere ulaşmada hastalarına daha fazla yardımcı olmalarını sağlayacaktır. Klinik tedavi uzmanları, farklı nedenleri ve sonuçlarıyla öznel iyi oluşun bilişsel ve duygusal yönlerinin incelikli bir değerlendirmesinden yararlanabilir ve bireyin hedefleriyle ilgili olan bu boyutlardan birini veya daha fazlasını etkilemek için tasarlanmış, kanıta dayalı müdahalelere sorunsuzca geçebilirler. Öznel iyi oluşun çok boyutluluğunu anlamak ve burada ortak klinik değerlendirme önlemlerinin bir tamamlayıcısı olarak sunulan kısa, serbestçe erişilebilir, doğrulanmış öznel iyi oluş önlemlerini kullanmak, bir dizi psikolojik bozukluğun tanımlanmasına ve tedavisine de yardımcı olabilecektir (Diener vd., 2017: 88).

Bireyler öznel iyi oluş açısından yaşamlarını bilişsel ve duygusal olarak değerlendirebilmektedirler (Doğan ve Eryılmaz, 2013: 108). İnsanlar sadece anlık olarak olayları, yaşam koşullarını ve kendilerini değerlendirmezler, aynı zamanda sürekli olarak da bu tür değerlendirmeler yaparlar. Şeylerin iyilik-kötülük açısından değerlendirilmesi insani bir özelliktir. Bu tür değerlendirmelerin hoş ya da nahoş olabilen duygusal tepkilere yol açtığı görülmektedir. Diğer şeyler eşit olduğunda, hoş deneyimler arzu edilmekte ve değerli olarak algılanmaktadır. Bu nedenle, hoş duygusal deneyimler yaşayan bir kişinin hayatını arzu edilir ve olumlu olarak algılama olasılığı daha yüksek olacaktır (Diener, 2009a: 28).

2.2.3 Öznel İyi Oluş Boyutları

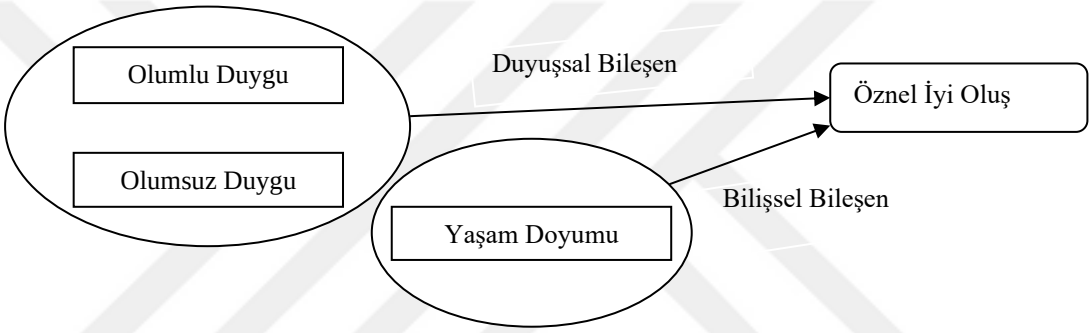
Öznel iyi oluş mutluluk, moral ve yaşam doyumunu kapsayan küresel, çok boyutlu bir yapı olarak düşünülmektedir (Okun vd., 1982: 526). Bu kavramlardan en öne çıkanı mutluluktur. Mutluluk gençlik, sağlık, iyi eğitim, iyi maaş, dışa dönüklük, iyimserlik, kaygısızlık, dindarlık, evlilik, yüksek benlik saygısı, yüksek iş morali, mütevazı istekler ile yakın bir ilişki içerisindedir (Wilson, 1967: 294). Mutluluk kavramında, moral ve yaşam doyumunu ayırt etmek için üç temel kapsam önemli hale gelmektedir. Bu üç kapsam duygusal, zamansal ve bilişseldir. Duyuşsal kapsam, büyük negatif değerlerden ve nötr noktadan büyük pozitif değerlere doğru değişim olarak görülmektedir (Okun vd., 1982: 526). Duyguları veya hisleri yansıtır ve teorik olarak pozitif ve negatif olmak üzere iki bağımsız boyuttan oluşur. Olumlu duygular, enerjik, odaklanmış ve işte mutlu olmakla ilgilidir. Olumlu duyguların eksikliği, üzüntü, yorgunluk ve atalet ile karakterizedir. Çoğu birey, insanların yaşamları hakkında yüksek derecede öznel mutluluğu yansıtan olumlu düşüncelere ve hislere sahiptir (Usta, 2016: 76-77). Duyuşsal kapsamın olumlu duygu ve olumsuz duygu (kıskançlık, depresyon, gerginlik, üzüntü, suçluluk-utanç, kaygı-endişe) boyutlarından oluştuğu görülmektedir (Diener vd., 1999: 277). Negatif duygulanım (olumsuz duygu) ve olumlu etki (olumlu duygu) olan duygusal bileşenler çeşitli tanımlayıcı kümeler, zaman çerçeveleri, yanıt biçimleri, diller ve kültürlerde sürekli olarak ortaya çıkan temel duyguların iki geniş, temel boyutunu temsil etmektedir (Watson ve Clark, 1991: 927). Mutluluk, kişinin yaşam durumunun duygusal değerlendirmesine odaklanarak, olumlu duygulanımın olumsuz duygulanıma üstünlüğüdür (Diener, 1984). Zamansal

kapsam, duyuşsal kapsama sürekli ve ortogonal olarak görülmektedir. Bu kapsam uzak geçmişten şimdiki zamana ve uzak geleceğe göre değişmekte olup öznel iyi oluşa belirli bir zaman diliminde odaklanılabileceğini göstermektedir. Aslında, moral ile yaşam doyumu arasındaki en büyük ayrım, yaşam doyumunun geçmişe odaklanırken, moralin geleceğe yönelik bir yanıt verenin şu anki durumuna göre olmasıdır (Okun vd., 1982: 526). Zamansal kapsamın öznel iyi oluşu etkileyen demografik değişkenlerden yaş, sağlık gibi ihtiyaçlarla ilintili olduğu görülmektedir. Öznel iyi oluşun temelini oluşturan veya onu etkileyen faktörler, genetikten toplumsal koşullara kadar geniş bir yelpazededir (Diener vd., 2018: 254). Üçüncü kapsam bilişsel etkinlik bireyin genetiği temelinde çevresel ve iç dinamiklerle şekillenmektedir. Bilişsel düzeyde bireyler, iş ve evlilik gibi yaşam alanlarında genel tatmin sağlarlar (Usta, 2016: 76: 77). Bilişsel kapsam hem duyuşsal hem de zamansal boyutlara ortogonal görülmektedir. Doğası gereği değerlendirici, yansıtıcı ve düşüncelidir, ancak duygusal aktivite ile ortaya çıkabilmektedir. Bu nedenle, öznel iyi oluş yapısının bazı bileşenleri, zorunlu olmamakla birlikte aynı anda hem bilişsel hem de duygusal tepkileri içerebilmektedir (Okun vd., 1982: 526-528). Duygusal düzeyde, öznel iyi oluşu daha yüksek olan insanlar, devam eden olayların olumlu değerlendirmelerinden dolayı mutlu duygular hissedeceklerdir (Usta, 2016: 76-77). Öznel iyi oluşa yönelik genel stratejiler aşağıdaki tabloda yer almaktadır (Diener vd., 1999: 277).

Tablo 2.4 Öznel iyi oluşa yönelik genel stratejiler

Yaşam Doyumu	Olumsuz Duygu	Olumlu Duygu	Etki alanı
Başkalarının hayatıyla ilgili önemli görüşleri	Kıskançlık	Coşku	Arkadaşlık
	Depresyon	Mutluluk	Benlik
Gelecekten memnuniyet	Gerginlik	Sevgi	Finans
Geçmişten memnuniyet	Kaygı ve endişe	Hoşnutluk	Boş zaman
	Öfke	Gurur	Sağlık
Mevcut yaşamdan memnuniyet	Üzüntü	Neşe	Aile
Hayatı değiştirme arzusu	Suçluluk ve Utanç	Sevinç	İş

Öznel iyi oluşla ilgili literatür, insanların yaşamlarını hem bilişsel yargılar hem de duygusal tepkiler dahil olmak üzere olumlu yollarla nasıl ve neden deneyimledikleriyle ilgilidir. Bu nedenle kavram mutluluk, memnuniyet, moral ve olumlu etki gibi çok çeşitli terimleri kullanan çalışmaları kapsamaktadır (Diener, 1984: 542). Öznel iyi oluşun artırılmasına yönelik birtakım stratejiler geliştirilebilecektir. Bu stratejiler öznel iyi oluşun yaşam doyumu, olumlu duygu ve olumsuz duygu boyutlarında ele alınabilir. Yukarıda yer alan tabloda boyutlara yönelik genel stratejilerin etki alanlarına göre tasnifi yer almaktadır. Etki alanları arkadaşlık, benlik, finansman, boş zaman, sağlık, aile, iş olarak tasnif edilmiştir.



Şekil 2.2 Öznel iyi oluş boyutları (Diener vd., 1985)

Öznel iyi oluş, kişinin yaşamının bilişsel ve duygusal yönleri olmak üzere iki boyutta kendini gösterir. Yaşam doyumu bilişsel yönü, olumlu ve olumsuz etkiler öznel iyi oluşun duyuşsal yönleridir (Doğan ve Eryılmaz, 2012; Altınay, 2022: 8). Olumlu duyguların fazlalığı, olumsuz duygularım azlığı ve yaşam doyumu seviyesinin yüksek olması bireydeki öznel iyi oluş seviyesinin yüksek olmasını sağlayabilecektir. Olumsuz duygunun yok olması gibi bir durum gerçeklikle bağdaşmayıp olumlu duygu hissedilirken bile olumsuz duyguların çok düşük seviyelerde bile olsa hissedilebileceği unutulmamalıdır (Şahin vd., 2012: 828).

2.2.3.1 Genel doyum - olumlu duygulanım

Hoş duygular kümesine olumlu duygulanım denilmektedir. Olumlu duygulanımı yüksek olanlar, yüksek düzeyde aktivasyon veya katılım içeren olumlu duygular yaşadıklarını bildireceklerdir. Örneğin, olumlu duygulanımı yüksek olanlar "hevesli" ve "heyecanlı" gibi maddeleri onaylama eğilimindedirler (Cropanzano vd., 2003).

Olumlu duygulanımı yüksek olan insanlar neşeli, coşkulu, mutludurlar. Ayrıca bu pozitiflik ile diğerlerine göre daha aktif ve heyecenlı bir yaşam sürerler (Staw ve Barsade, 1993). İnsanların keyif aldıkları ve zindelik seviyelerine uygun fiziksel aktivite, öznel iyi oluşun önemli bir parçasıdır. Bu nedenle olumlu duygunun yüksek olması dışarı çıkmak, oyun oynamak, dans etmek, bahçede vakit geçirmek gibi farklı aktivitelere katılımı arttırmaktadır (Şanal Güngör, 2020: 34). Diener vd. (1999: 277) olumlu duyguları coşku, mutluluk, sevgi, hoşnutluk, gurur, neşe, sevinç olarak tasnif etmişlerdir. Yüksek olumlu duygular ise genelde düşük seviyelerde olumsuz duyguları da barındırabilmektedir (Şahin vd., 2012: 828).

Öznel iyi oluşu yüksek kişiler, yaşam olayları ve koşulları hakkında olumlu değerlendirmelerde öne çıkan kişilerdir. "Mutsuz" insanlar, hayatlarındaki olayların çoğunu zararlı veya hedeflerini engelleyen olarak değerlendiren kişilerdir. Öznel iyi oluşun hedonik bileşeni, çoğu zaman devam eden hoş duygulanımın varlığıdır (devam eden olayların olumlu değerlendirmelerinden dolayı) ve nadiren nahoş etki (birkaç çevrimiçi olumsuz değerlendirmeden kaynaklanmaktadır) olduğu savunulmaktadır (Diener, 2009a: 28).

Öznel iyi oluş seviyesinin bireyde yüksek olması için olumlu duygulanımların olumsuz duygulanımlardan daha fazla tecrübe edilmesi gerekmektedir (Aydınay Satan, 2014: 57). Duygusal düzeyde, yüksek öznel iyi oluşlu insanlar, büyük ölçüde devam eden olaylara ilişkin olumlu değerlendirmeleri sayesinde, öncelikle hoş duygular hissederler. Kendini mutlu ve yaşamdan memnun olarak tanımlayanlar, arkadaşlarına ve aile üyelerine mutlu görünürler. Günlük ruh hali derecelendirmeleri çoğunlukla olumlu duyguları ortaya çıkarmaktadır (Myers ve Diener, 1995: 15).

Bilişlerin duygu deneyiminde önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Bilişler potansiyel olarak tehdit edici bilişsel değerlendirmeleri ve evrimsel olarak uyarlanabilir duygusal tepkileri ortaya çıkarmaktadır. Yaşamlarına ilişkin bu bilişsel değerlendirmeler, insanların deneyimledikleri olumsuz etkilerin miktarını belirleyebilmektedir (Lucas vd., 1996: 616). Bu bilişsel belirleme olumlu duygulanımın bilişssel olduğu anlamaına gelmemektedir. Bilişsel değerlendirmelerin duyuşsal bileşenlere ilişkisini değinilmektedir. Duyguların deneyimlenmesi duyuşsal

boyut olurken bu deneyimlemenin değerlendirilmesi bilişsel boyuttur. Olumlu duygulanım genellikle belirli olumlu duyguların yakın zamanda ortaya çıkmasına odaklanmakta olup bilişsel yargı içermemektedir (de Neve ve Cooper, 1998: 198).

2.2.3.2 Hoşa gitmeyen duygular - olumsuz duygulanım

Duygulanım, bir kişinin mutluluğunun (veya yaşam memnuniyetinin) hesaplanmasında önemli bir bileşendir. Duygulanım bireyi sabitleyen ruh hali olup bireyin hisleriyle süreklilik göstermektedir. Birey var olduğu olduğu sürece çeşitli boyutlardaki duygulanımları yaşamaktadır. Sürekli olarak belirli bir duygu tecrübe edilmemekle birlikte, kişiler her zaman olumlu-olumsuz duygulanım yaşamaktadırlar (Cameron, 1975: 216). Olumsuz duygulanımı yüksek olanlar, muhtemelen hoş olmayan, yüksek aktivasyon veya katılım içermeyen duygular yaşadıklarını bildireceklerdir. Örneğin, yüksek olumsuz duygulanım seviyesindeki birey "sinirli", "kızgın" veya "düşmanca" gibi terimleri onaylama eğilimindedir. Bununla birlikte, düşük olumsuz duygulanımlı bireyin özellikle olumlu duygular hissetmesi pek olası değildir. Aksine, düşük olumsuz duygulanımlı bireyin tanımlayıcı özelliği, düşük enerjili duygu durumlarını onaylama eğilimidir. Bunlar olumsuz duyguların yokluğunu ifade eder. Örneğin, düşük olumsuz duygulanımlı birey "sakin" veya "rahatlamış" olma eğilimini gösterebilir (Cropanzano vd., 2003). Diener vd., 1999: 277) olumsuz duyguları kıskançlık, depresyon, gerginlik, kaygı ve endişe, öfke, üzüntü, suçluluk ve utanç olarak tasnif etmişlerdir. Olumsuz duygulanım bilişsel yargı içermeyip olumsuz duyguların dönemsel olarak açığa çıkmasına odaklanmaktadır (de Neve ve Cooper, 1998: 198).

Olumsuz duygulanım, bireylerin olumsuz ruh hallerini ve sağlık sorunları, kritik olaylar veya travmatik olaylar gibi olumsuz sonuçlara neden olan durumlara karşı tepkilerini içerir. İnsanlar üzüntü, öfke, endişe, stres, suçluluk, nefret, kısıtlama, yetersizlik ve kaygı gibi birçok duygu yaşayabilirler. Yani insanlar daha mutsuz bir hayat yaşıyor olabilirler (Bayır, 2019). Pozitif psikolojide, negatif duyguların yokluğu, özellikle pozitif bir durumun mevcut olduğu anlamına gelmez. Negatif ve pozitif durumlar iki kutuplu boyutları temsil ediyor gibi görünse de acı yoksunluğu mutluluk anlamına gelmemektedir (Katı, 2020: 58). Düşük öznel iyi oluşlu insanlar yaşam

koşullarını ve olaylarını istenmeyen olarak değerlendirir ve bu nedenle anksiyete, depresyon ve öfke gibi hoş olmayan durumları hissederler (Myers ve Diener, 1995: 11). Hoş olmayan durumların algılanmasında demografik özelliklerinde etkili olduğu görülmektedir. Özellikle olumlu/olumsuz duygulanımın cinsiyete göre farklılığı değerlendirildiğinde kadınların erkeklere göre daha dalgalı duygulanımlara sahip oldukları, daha yoğun mutlu/hoş ve mutsuz/nahoş ruh hali yaşadıkları görülmektedir (Cameron, 1975: 217).

2.2.3.3 Yaşam doyumu

Yaşam doyumu "bir kişinin yaşam kalitesinin kendi seçtiği kriterlere göre küresel bir değerlendirmesi"dir. Birey tarafından genel olarak önemli görülen ve kişinin yaşam kalitesini artıran değerler ve nitelikler olarak da tanımlanabilir. Ayrıca yaşam doyumu, kişinin hayatından ne kadar zevk aldığının bir göstergesidir (Diener vd., 1985). Yaşam doyumu, insanların beklentilerinin, sahip olduklarıyla örtüşmesi ve kişilerin kendi yaşamlarını, kendi yaşamlarına ilişkin inanç ve değerlendirmeleri toplamı ya da insanların genel tutumları doğrultusunda belirlediği ölçütlere göre olumlu olarak değerlendirmesidir (Bayır, 2019: 12).

Kişinin beklentilerinin elde edilen sonuçlarla karşılaştırılması sonucu olan yaşam doyumu, bireyin kendi yaşam kalitesine ilişkin genel ve öznel bilişsel değerlendirmesidir (Gören, 2022: 25). Yaşam doyumu kişinin yaşam kalitesi olup bir bütün olarak yaşamının bilinçli genel bir özetidir (Diener, 2009a: 28; Cirhinlioglu ve Ok, 2010: 3). Diener vd. (1999: 277) yaşam doyumunu başkalarının hayatıyla ilgili önemli görüşleri, gelecekten memnuniyet, geçmişten memnuniyet, mevcut yaşamdan memnuniyet, hayatı değiştirme arzusu olarak tasnif etmişlerdir. Yaşam doyumu, öncelikle bir bireyin tüm yaşamını kapsayan, deneyimlerinin kalitesinin bilişsel bir değerlendirmesidir (de Neve ve Cooper, 1998: 198). Aile yaşamı ve aile standartları yaşam doyumunun önemli belirleyicileri durumundadır (Medley, 1980: 193). Yaşam doyumu diğer durumlarla ilişkili olsa da kişinin tipik duygulanım durumu, yaşam doyumunun değerlendirilmesinde diğer durumlardan daha fazla yer kaplamaktadır (Cameron, 1975: 216). Yaşam doyumu seviyesinin yüksek olması genellikle yüksek bir öznel iyi oluşla bir tutulmaktadır (Şahin vd., 2012: 828).

Bireyler, yaşamları hakkında karşılaştırmalar ve bilinçli yargılarda bulunurlar ve mevcut koşulları seçtikleri ya da kendilerine dayattıkları standartlarla örtüştüğünde yüksek yaşam doyumu bildirirler (Pavot ve Diener, 1993). Sağlık ve başarılı ilişki gibi "iyi yaşam"ın önemli bileşenleri hakkında bir fikir birliği olsa da bireylerin bu bileşenlere farklı ağırlıklar vermeleri olasıdır. Bireylerin aynı zamanda iyi bir yaşam için benzersiz kriterlere sahip olmaları da muhtemeldir, bu da bazı durumlarda ortak ölçütleri önemli ölçüde aşabilir. Dahası, bireyler hayatlarının bu alanlarının her birinde çok farklı "başarı" standartlarına sahip olabilirler. Bu nedenle, bir bireyin yalnızca belirli bir alanla ilgili memnuniyetini değil, yaşamına ilişkin küresel yargısını değerlendirmek gerekir. Bu, yaşamdan memnuniyet ölçeğinin yazarları tarafından benimsenen stratejidir (Diener vd., 1985).

Memnuniyetin genellikle iyi oluşun duygusal indekslerinden ayrı bir faktör oluşturduğuna dair kanıtlar vardır. "Eğer duygu değerlendirmelere bağlıysa, bilişsel ve duyuşsal ölçüler neden ayrı faktörler oluşturuyor?" sorusuna cevaben ilk olarak, insanlar hayatlarındaki istenmeyen faktörleri hala kabul ederken olumsuz duygusal tepkileri görmezden gelebilir veya inkâr edebilirler. Ikincisi, duygusal tepkiler genellikle anlık faktörlere verilen tepkilerdir ve kısa sürelidir, oysa yaşam doyumu derecelendirmesi uzun vadeli bir bakış açısını yansıtabilir. Son olarak, bir kişinin bilinçli değerleri ve hedefleri. Buna karşılık, duygusal tepkiler bilinçsiz güdüleri ve bedensel durumların etkilerini yaşam doyumu derecelendirmelerinden daha büyük ölçüde yansıtabilir (Pavot ve Diener, 1993: 165).

2.2.4 Öznel İyi Oluşu Açıklayan Kuramlar

Öznel iyi oluş kavramına yönelik olarak teorik çerçeveyi belirginleştiren çalışmalar her geçen gün artmakla birlikte keskin sınırları tam olarak belirlenememiştir. Öznel iyi oluşu bu çerçevede birçok kuram açıklama yönünde eğilim göstermektedir. Bu kuramlar: uyum kuramı, akış kuramı, etkinlik kuramı, çok yönlü uyuşmazlık kuramı, erek kuramı, aşağıdan yukarı-yukarıdan aşağı kuramıdır.

2.2.4.1 Uyum kuramı

Uyum kuramı bireyin geçmiş deneyimlerinin mevcut uyaranla ilgili duygular üzerindeki etkisini incelemektedir. Bireyin refahı, mevcut durumu ile geçmişteki durumu karşılaştırılarak değerlendirilir. Yaşanan olay öncekilerden daha iyiyse kişi mutlu olacaktır. Bireyler, kendi benlik kavramlarına, ailelerine ve başarı derecesine göre mevcut mutluluklarını yargılayabilirler. Devamlılık durumunda ise olumlu ya da olumsuzluktaki hassasiyette düşüş görülecektir (Güler ve Dönmez, 2011: 39). Yani tiksindirici unsurların aynı şiddetle devamlı algılanması bunların ileride birey tarafından daha az (ilk algılamaya göre) tiksindirci olarak, haz verenin devamlı aynı şiddetteki etkisindede benzer bir durum ortaya çıkacaktır. Birey herhangi bir durumla karşılaştığında etkisinin kötü ya da iyi olmasına göre bireyde mutsuzluk/mutluluk yaratacaktır. Ancak oluşan bu ilk etki zamana bağlı olarak o ilk etkisini yitirecektir. İlk karşılaşmada bireyde oluşan etkiye birey uyum sağlayacaktır (Diener, 1984).

İnsanlar yaşadıkları her çevreye ve olaya uyum sağlama eğiliminde olduklarından, uyum kuramının insanların öznel iyi oluşunu ve nasıl uyum sağladıklarını açıklamaya çalışır. Uyum, evrim veya gelişme kavramı, insanları dış koşullara uyum sağlamaya hazırlayan modern öznel iyi oluş kuramının ana bileşenidir. İnsan vücudu, yüksek rakımlı alanlara, sıcağa, soğuğa ve basınca uyum sağlayan bir yapıya sahiptir. Benzer şekilde, tutumlar veya davranışlar iyi ve kötü şeylere uyum sağlar, böylece insanlar uzun süre mutlu veya çaresiz hissetmezler. İnsanların duygusal sistemi yeni olaylara çok güçlü tepki verir ve zamanla bu tepki azalır. Ancak birey zamanla, olaya ya da duruma yavaş yavaş uyum sağladıkça tepki yoğunluğunun azalacağı, duruma uyum sağlayacağı ve normal duygusal duruma döneceği ve bu dalgalanmalarla öznel iyi oluşunun değişeceği söylenebilir (Usta, 2016: 284).

2.2.4.2 Akış kuramı

Akış kuramına göre, aktivite bireyin becerileriyle orantılı olmalıdır, böylece birey aktivite sırasında zevk alabilir. Aktivitelerin kolay olması can sıkıcı olabilirken zorluklar stres yaratabilir. Bireyin becerileri ve aktivitenin zorluğu hemen hemen eşitse, aktiviteyi tamamlama sürecide eğlenceli olacaktır. “Akış”, bilinç uyum halinde

olduğunda ve birey sadece o etkinliği gerçekleştirmek için (spor, oyun, sanat, hobi gibi) faaliyetler yapmaya devam ettiğinde ulaşılan bir zihin durumudur (Aydınay Satan, 2014: 58).

Bireyin içerisinde bulunduğu/bulunacağı etkinlikler bireyin kabiliyetleri ile ilişkili ve onlara uygun olmalıdır. Aksi takdirde uyumsuzluk olacak ve bu uyumsuzluk bireyde olumsuz duygulanıma neden olabilecektir. Bu uyumsuzluk kişinin baş edebileceği zorluk eşiğinden daha fazla olması ya da kolay olmasından kaynaklı olabilecektir. Tam tersi bir durumda ise birey etkinlik boyunca haz alacak dolayısı ile uyumlu olan etkinlikler bireyde pozitif yönlü öznel iyi oluşu güdüleyecektir (Saföz Güven, 2008: 33).

2.2.4.3 Etkinlik kuramı

Etkinlik kuramında (subjektif iyi oluş kuramlarından biridir), hedefe ulaşıldığında gerçekleştirilen aktivitenin hedefin kendisine değil mutluluğa neden olacağı varsayılır. Mutluluk, içsel erdemlilikten gelmektedir. Modern anlayışa göre faaliyetler hobiler, sosyal ilişkiler ve egzersiz olarak görülmektedir. Bu kurama göre, kişinin kendisini anlamasının mutluluğu azalttığı varsayılmaktadır. Devamlı suretle mutluluk üzerine düşünmek bireyde olumsuz etkilere neden olacaktır (Aydınay Satan, 2014: 58). Kuram amaçtan ziyade sürecin bireyi daha fazla mutlu edeceği savı üzerine oluşturulmuştur (Şimşek, 2022: 17).

Zorluk kişinin beceri düzeyine uygun olduğunda faaliyetler zevkli olarak görülür. Bir aktivite çok kolaysa, can sıkıntısı gelişecek; çok zorsa, kaygı ortaya çıkacaktır. Bir kişi yoğun konsantrasyon gerektiren ve kişinin becerileri ile görevin zorluğunun kabaca eşit olduğu bir faaliyete dahil olduğunda, zevkli bir akış deneyimi ortaya çıkacaktır. Bu keyifli deneyimin prototipleri olarak dağcılık, doğa yürüyüşü ve kayak gibi etkinlikler sunulmaktadır. İnsanlar sıradışı ve ilgi çekici etkinliklere katıldıkları ölçüde daha mutlu olacaklardır. Aktivite teorisyenleri, mutluluğun son noktalara ulaşmaktan ziyade davranıştan kaynaklandığını öne sürmektedirler (Diener, 1984: 564). Birey etkinlik içerisinde iken sarf etmiş olduğu çabaları ile ana odaklanması ile kendisini başarılı hissetmesi sonucu mutlu olmaktadır (Civil, 2021: 13).

Etkinlik kuramı, bireylerin hedeflere ulaşmaktan çok, hedeflere ulaşmak için kullandıkları etkinlik ve yöntemlerin mutluluk getirdiğini ve öznel iyi oluşu artırdığını savunur. Sürecin hedeften daha fazla mutluluk getireceğini vurgular, bu nedenle öznel iyi oluş yüksektir. Bir insanın mutlu olabilmesi için yaptığı faaliyetlerin beceri ve yetenekleriyle örtüşmesi son derece önemlidir. Aktivite bireyin yetenekleriyle uyumlu değilse kaygı gelişebilir ve mutsuzluğa yol açabilir. Öte yandan, faaliyetlerin ve yeteneklerin koordinasyonu bireysel mutluluğu arttırır; mutlu insanlar da yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahiptir (Şimşek, 2022: 16-17). İhtiyaçların ya da amaçların karşılanmasında bireyin sarf etmiş ya da çaba göstermiş olduğu faaliyetler bireyin öznel iyi oluşunun temel kaynağı olarak görülmektedir (Saföz Güven, 2008: 33).

2.2.4.4 Çok yönlü uyuşmazlık kuramı

Çok yönlü uyuşmazlık kuramı kişinin hayattan beklentileri ve bunların karşılanma oranları olarak formüle edilmektedir (Şimşek, 2022). Algılanan karşılama oranı ile beklenti arasındaki fark ise boşluk olarak adlandırılmaktadır. Bu formülasyonda boşluk, arzu edilen seviye ile ulaşılan seviye arasındaki farktır. Beklentinin genellikle algılanan başarılardan daha yüksek olacağı ve fark ne kadar küçükse öznel iyi oluşun o kadar yüksek olacağı varsayılır. Negatif farkın (algılanan başarılar beklentileri aştığında) yüksek düzeyde öznel iyi oluş ürettiği varsayılır. Bazen ortalama bir bireyden nesnel olarak daha iyi görünen kişilerin ortalamanın altında öznel iyi oluş düzeylerini gösterdikleri gözlemlenir (Andrews ve Robinson, 1991: 64). Örneğin, nispeten büyük, iyi donanımlı evleri olan zengin bir kişi, daha mütevazı evlerde yaşayanlara göre konutlarından daha az memnun olabilir. Bunun bir açıklaması, iyi konut sahibi bireylerin "daha iyi durumda" olmalarına rağmen, onların özlemlerinin mütevazı evlerde yaşayan insanlardan çok daha yüksek olabileceğidir. Çünkü daha büyük boşluk (veya daha büyük oran) daha düşük öznel iyi oluşa yol açmaktadır.

Çok yönlü karşılaştırma kuramı içsel karşılaştırma olabileceği gibi dışşsal bir karşılaştırma ile de olabilmektedir. Bireyin kendisini akranlarının sosyal durumlarına göre kıyaslaması bir dışsal karşılaştırma olarak görülmektedir. Kişi aynı yaşta olduğu diğer bireyin yaşam tarzı, sosyal çevresi, ekonomik durumu gibi kendi belirlediği birtakım kategorilere göre kendisi ile karşılaştırmaya tabi tuttuğu kişiyi

kıyaslamaktadır (Tuzgöl Dost, 2004: 25). Fark pozitif yönlü olarak ne kadar fazla ise bireyin öznel iyi oluş seviyesi de o derecede yüksek olacaktır. Aksine fark negatif yönlü olarak ne kadar fazla ise bireyin öznel iyi oluşu o oranda düşük olacaktır. Karşılaştırma sadece maddesel olmamakta aynı zamanda var olma süreci, kendini tanımlama, biliş ve duyuş boyutlarında da gerçekleşmektedir (Civil, 2021: 15).

2.2.4.5 Erek kuramı

Erek kuramı iki önemli yönü vurgulamaktadır: amaç ve talep. İhtiyaçlar açısından bireylerin doğuştan ve edinilmiş gibi birçok yönü bulunmaktadır. Bireyler bu ihtiyaçların farkında olsun ya da olmasın, ihtiyaçları karşılandığında mutlu olacaklardır. Bu kuramın hedef boyutundaki amaç, bireyin gerçekleştirdiği özel arzudur. Bu dilekler, bilinçli hedefleri, kişisel planları ve başarılması gereken günlük zorlukları içermektedir (Eryılmaz, 2009: 977).

Bu kuram bireylerin öznel iyi oluşa sahip olmaları için amaç ve ihtiyaç unsurlarına dikkat çekmektedir. Aslında bu iki unsur birbiriyle ilişkilidir ve ihtiyaçlar belirli hedeflerin belirlenmesinde önemli bir faktör olabilir (Doğan ve Eryılmaz, 2012: 384). İhtiyaçların ya da amaçların karşılanmasındaki temel amaç mutluluğa erişmektir (Saföz Güven, 2008: 33).

İnsan ihtiyaçları listesinin açlık, susuzluk, seks gibi şeyleri içerdiği neredeyse kesin olarak kabul görmektedir. Bu ihtiyaçlar, içsel süreçlerin bir sonucu olarak tekrar tekrar aktif hale gelmeleri ile karakterize edilir. İnsanlar, acı veren türden dış uyaranlardan kaçınmaya ve haz verici türden dış uyaranları aramaya güçlü bir ihtiyaç duyarlar. Bu tür eğilimler de duyusal ihtiyaçlar olarak adlandırılabilir. Fiziksel stimülasyonu içermeleri ve fiziksel çevre tarafından görünüşte aktive olmaları ve tatmin olmaları ile karakterize edilirler. Zevk arama ve acıdan kaçınma ihtiyacı, genellikle tekrarlayan ihtiyaçlarla yakından bağlantılıdır, çünkü zevk tipik olarak onların tatminiyle ilgilidir (Wilson, 1960: 74). Yaşam doyumunun yükseltilmesinde arzu ve isteklerin karşılanmaları zaruridir (Şimşek, 2022: 16).

İhtiyaçlar, hepsi homojen bir çeşitlilikmiş gibi kabul edilmiştir. Bununla birlikte, birden fazla ihtiyaç çeşidi olduğu, bazı ihtiyaçların diğerlerinden daha temel olduğu ve farklı ihtiyaçların farklı derecelerde uyum etkilerine tabi olduğu sezgisel olarak açık görünmektedir. Bazı ihtiyaçların kültürel olarak belirlendiğini ve bazı kültürlerin, bireyleri tatmin edebileceklerinden daha fazla gereksinime sahip olmaya teşvik ederek mutsuzluk üretebileceği varsyılmaktadır (Wilson, 1960). İhtiyaçlar karşılandığı oran nispetinde birey mutlu olmakta, karşılanmadığı oran nispetinde ise mutsuz olmaktadır. Mutluluk, ihtiyaçlar karşılandığında ve hedeflere ulaşıldığında elde edilmektedir (Osmanoğlu ve Kaya, 2013: 48).

Belirli hedeflere ulaşmaya karar vermek, bireye günlük yaşamda bir planlama ve anlam duygusu verebilmektedir. Hedefler belirlemek, bireylerin günlük yaşamdaki çeşitli sorunlarla başa çıkmalarına ve zor zamanlarda bile mutluluğu sürdürmelerine yardımcı olmaktadır. Birey tarafından seçilen hedef türü, hedefin öznel iyi oluş üzerindeki payını etkileyebilecektir. Bireyler hedeflerine makul düzeyde ve günlük yaşamlarını iyileştirecek şekillerde ulaştıklarında mutlulukları artacaktır (Aydınay Satan, 2014: 57-58). Dolayısıyla bireyin hayatında belirli amaçlarının olması ve planlı sürdürülebilirliğe önem vermesi öznel iyi oluş seviyesinde ve öznel iyi oluşunun artmasında etkili olmaktadır. Amaç beraberinde hedefe odaklılığı getirmekte ve hedefe ulaşabilmek amacıyla bireyin çabalamasını gerekli kılmaktadır. Önemli hedeflere sahip olmak ve bunları sürdürmek güvenilir bir mutluluğun göstergesi olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle, bu kuram, öznel iyi oluşu açıklamak için gerginliği giderici ve zevkli etkinlikleri birleştirici bir role sahip olarak kabul edilmektedir. Kişi hedef noktasına ulaştığında olumsuz duygulardan daha olumlu duygulara sahip olur, doyum sağlayabilir ve öznel iyi oluş sağlayabilir (Usta, 2016: 79-80).

2.2.4.6 Aşağıdan yukarı yukarıdan aşağı kuramı

Aşağıdan yukarıya kuramına göre bireyler yaşadıkları mutluluk ve acıyı değerlendirerek mutlu olup olmadıklarını belirlerler. Bu kuramiçin, bireyi mutlu eden olayların sıklığı ve bireyin yaşam alanında elde ettiği tatmin önemlidir. Aşağıdan yukarıya kuramına göre mutluluk, bir bireyin yaşadığı bir parça mutlulukların toplamıdır. Bireye bu kurama göre memnun olup olmadığı sorulduğunda, kişi yaşadığı

mutluluğu ve acıyı sıralayarak cevap verecektir. Yukarıdan aşağıya kuramına göre, öznel iyi oluş kişisel karakterin bir özelliğidir. Bireyin bu özelliği, bireyin yaşam olaylarına tepkisini etkiler. Mutluluk bireyin içindedir, dışarıda değil. Bireyler yaşadıkları olayları olumlu ve olumsuz olarak değerlendirme yeteneğine sahiptir (Eryılmaz, 2009: 977). Aşağıdan yukarıya bakışta, nesnel yaşam koşulları, kişinin genel mutluluk seviyesinin birincil belirleyicileri konumundadır (Feist vd., 1995: 139). Halkın olumlu bir görüşünü ifade etmek için sıklıkla kullanılan "Bardağa dolu tarafından bakmak" yukarıdan aşağıya kuramını açıklamak için önemli bir metafordur. Aslında birey kişiliğinden dolayı olaylara bardağın dolu yanından bakıyorsa öznel iyi oluşu yüksektir denilebilecektir (Şimşek, 2022; 19).

Yukarıdan aşağı öznel iyi oluş kuramı, kişiliğin doğrudan önemini vurgulamaktadır. Kuram yaşamı olumlu veya olumsuz bir şekilde deneyimlemek için küresel bir eğilim (sabit kişilik özelliklerinden türetilen) varsaymaktadır. Bu küresel eğilim, anlık olayların yorumlanmasını tutarlı bir şekilde etkilemektedir. Yukarıdan aşağı modelleri destekleyen kanıtlar, belirli yaşam alanlarına farklı reaksiyon kombinasyonları temelinde öznel iyi oluşta sürekli olarak küçük bir değişiklik gösteren büyük ölçekli çalışmalarla sağlanmaktadır (de Neve ve Cooper, 1998: 197; Andrews ve Inglehart, 1979). Deneyim nesnel olarak o kadar iyi ya da kötü değildir. Felsefi olarak, bu model ussal deneyimin aktif bir yorumlayıcısı ve düzenleyicisi olduğu ve bu bilginin sadece deneysel olmaktan çok "saf" olabileceği görüşüne sahip olduğundan Kantçıdır. Yukarıdan aşağıya bir perspektiften, nesnel koşulların kendisinden ziyade olaylara ilişkin öznel yorumumuz, öznel iyi oluş üzerindeki birincil etki durumundadır (Feist vd., 1995: 34). Aşağıdan yukarıya kuramına bakıldığında, mutluluk hayattaki birçok özel andan gelmektedir. Kavrama göre bireyin hayata olumlu bir şekilde bakmaya yönelik bütüncül, genel bir eğilimi olduğu düşünülmektedir. Yukarıdan aşağıya felsefi bakış açısında, zihin gelen duyuları basitçe kabul etmez, bilgiyi filtreler, kendi inanç ve tutumlarına uyan algıyı seçer. Öznel iyi oluş aşağıdan yukarıya bakış açısına göre etkiyken, yukarıdan aşağıya yaklaşımda bir sebep olarak ele alınmaktadır (Saföz Güven, 2008: 34-35).

2.2.4.7 Ayar noktası kuramı

Mutluluk seviyesi bireyin sabit alanının merkezi ya da beklenen değeri olarak tanımlanan sabit noktası (set point) tarafından belirlenmektedir. Mutluluk sabit noktası genetik olarak belirlenmiş değişmez, zamanla stabil, etki ya da kontrole karşı bağışıktır. Bir kişinin kronik mutluluk düzeyinin kısmen, kişinin ayar aralığı içindeki merkezi veya beklenen değer olarak tanımlanan "ayar noktası" tarafından belirlendiğini varsayılmaktadır (Lyubomksky vd., 2005: 116). Bireyin öznel iyi oluşundaki değişim yaşamı boyunca %35 oranında sabit olduğu değerlendirilmektedir (Lucas, 2007: 78). Birey sabit bir mutluluk duygusuna sahiptir. Uzun süre kişisel mutluluk düşünüldüğünde, onların mutluluklarının kararlılık gösterdiği görülebilir. Stabilitenin en önemli belirleyicisi genetiktir. Genetik açıdan bakıldığında, kişisel mutluluk seviyelerinde neredeyse hiç değişiklik olmadığı görülmektedir (Eryılmaz, 2009: 976-977). İnsanlar hemen hemen her yaşam olayına uyum sağlayabilmekte ve mutluluk düzeyleri, nadiren değişen biyolojik olarak belirlenmiş bir sabit nokta etrafında dalgalanmaktadır (Lucas, 2007: 75).

İnsanlar tüm diğer büyük organizmalar gibi doğal ve cinsel seleksiyonla gelişmişlerdir. Hayatta kalmak ve çoğalmak için çevreleriyle aktif bir şekilde etkileşimde olacak şekilde tasarlanmışlardır. Bu süreçlerin hepsi bireyin kalıtsal özelliklerini anlama açısından önemlidir. İnsanı kendisi dışındaki canlı organizmalardan ayıran temel unsur sahip olduğu genlerin dizilimi olup fiziksel özelliklerinden kişisel özelliklerine kadar insanı çeşitlendirmektedir (Biçer, 2011: 407-410). Dolayısıyla kişisel özellikler genlerden doğrudan etkilenmektedir (Bouchard ve Loehlin, 2001: 243-244). Sosyal ağlar, kişilik özellikleri ile sosyal geçmiş bireyin öznel iyi oluş düzeyini stabil tutmaktadır. Bu duruma normal denge durumu denilmektedir. Kısa süreli mutlu ya da mutsuz kılan deneyimlerin, bu dengeyi etkileyebilecek ve öznel iyi oluşu değiştirebilecek tek güç olduğu düşünülmektedir. İnsan sistemleri, bu olayların etkilerini ortadan kaldırarak dengeyi kolayca geri yükleyebilmektedir (Headey ve Wearing, 1989). Günlük yaşamda birey beklenmedik olaylarla karşılaşabilmekte bu durum öznel iyi oluşu negtif ya da pozitif yönlü olarak etkileyebilmektedir. Sabit noktaya göre bu etki geçici olmakta ve öznel iyi oluş eski seviyelerine tekrardan dönmektedir (Şimşek, 2022: 20).

2.2.5 Öznel İyi Oluşu Etkileyen Değişkenler

Öznel iyi oluş insanların hayatlarında karşılaştıkları olaylar ve yaşam durumu değişkenlerinden etkilenmektedir. Yaşlandıkça bireyde sağlık problemleri insanın doğasından dolayı artmakta hatta bireyin bedensel engel riskini de beraberinde getirmektedir. Hasta veya bedensel engelli kişilerin yaşamlarından memnun olduklarını ifade etme olasılıklarının diğerlerine göre çok daha düşük olabileceği değerlendirilmektedir (Larson, 1978: 112). Öznel iyi oluş seviyesi belirlenirken birtakım artifaktlara dikkat edilmesi gerekmektedir. Örneğin, sosyal arzu, mevcut ruh halinin etkisi, mutluluk hakkındaki ahlaki inançlara dayalı öz sunum ve mutlu imaj yönetimi oluşabilecek artifaktlardan bazılarıdır. İlgili hata varyansı sistematik bir yapıya sahip olabilir ve bu nedenle ortaya çıkarılan mutluluğun bağıntıları sahte olabilir. Sosyal arzu yanıt stilini kullanan bir kişi, yüksek düzeyde öznel iyi oluş bildirebilir, bu gerçek durumu olduğu için değil, mutlu olmanın sosyal olarak arzu edilir olduğuna inandığı içindir. Bu nedenle, gözlemlenen korelasyon, sosyal olarak arzu edilen bir ışıkta görünme arzusu tarafından üretiliyorsa, bir yordayıcı refah ile ilişkili görünebilir (Diener vd., 1991: 36). Dolayısıyla öznel iyi oluş seviyeleri belirlenirken skorları etkileyebilecek artifaktlar ölçüm dışında tutulmalıdır.

Hem doğuştan gelen faktörlerin hem de değiştirilebilir biliş ve davranışların bir ürünü olarak öznel iyi oluş kavramı, klinik ve danışma psikologları tarafından yaygın olarak tanınan biyopsikososyal model (Engel, 1980; Epstein, 2014) ile tutarlıdır. Bu uyumluluk öznel iyi oluşun önemli belirleyicileri olarak bireysel koşulların, bilişlerin ve davranışların artan takdiri, klinik ve danışmanlık psikolojisinin öznel iyi oluşun geliştirilmesinde etkili olabileceğini göstermektedir. Uyumsuz düşünceleri ve davranışları tanımlama ve alternatifleri oluşturmak için hastalar veya danışanlarla çalışma gibi bilişsel-davranışçı terapi araçları öznel iyi oluşun iyileştirilmesinde doğrudan uygulanabilir (Diener vd., 2017: 89).

Öznel iyi oluşu etkileyen birtakım faktörler bulunmaktadır. Öznel iyi oluşla ilgili olarak aile faktörünün önemli bir etkisinin olduğu düşünülmektedir (Eryılmaz, 2009: 977). Eğitim düzeyi (Cummins, 2000), mesleki durum, medeni durum (Lucas 2007: 77), ulaşımın elverişliliği, barınma ve aşk dışı sosyal etkileşim biçimleri öznel iyi

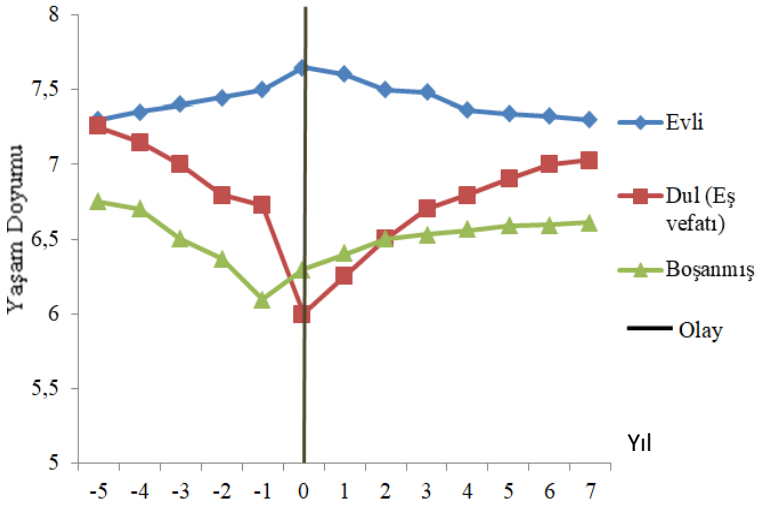
oluşla ilişkili görülmektedir (Larson, 1978: 117). Algılanan sağlık durumu (kişinin kendisi tarafından) öznel iyi oluşun önemli bir öngörücüsü olarak değerlendirilmektedir (Wolk ve Telleen, 1976; Palmore ve Kivett, 1977).

Sağlık açısından ele alındığında; fiziksel sağlık, öznel iyi oluşun önemli bir kaynağı olarak görülmektedir. Sağlıklı olduğunu algılayanlar, kas-iskelet ağrısı ya da kronik rahatsızlığı olmayanlar diğerlerine göre daha mutludurlar (Røysamb vd., 2003: 1136-1143). Sağlık ile öznel iyi oluş arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır (Okun vd., 1984: 111). Kendisini sağlıklı olarak görenlerin öznel iyi oluşları daha yüksek olmaktadır (Janoff-Bulman ve Marshall, 1982: 691). Önemli ölçüde kötü giden bir sağlık durumu öznel iyi oluşu azaltmaktadır (Cummins, 2000: 135). Yaşlandıkça insan, biyolojisinden kaynaklı sağlık problemleri de artmaktadır. Yaşlı bir kişinin yaşam durumunun tüm unsurları arasında sağlık, öznel iyi oluşla en güçlü şekilde ilişkide olan faktördür (Larson, 1978: 112). Öznel iyi oluşu yüksek olan bireylerin diğerlerine göre daha mutlu oldukları ve daha az sağlık problemleriyle karşılaştıkları dolayısıyla daha uzun yaşadıkları görülmektedir. Bunun temel nedeni öznel iyi oluşu yüksek olan bireyin egzersiz yapma, sigara içmeme ve emniyet kemeri takma gibi sağlıklı davranışları gerçekleştirme olasılığının daha yüksek olmasıdır (Diener vd., 2017: 94). Sevinç, mutluluk ve enerji gibi olumlu ruh hallerinin yanı sıra yaşam doyumu, umutluluk, iyimserlik ve mizah duygusu gibi özellikler, sağlıklı popülasyonlarda ölüm riskinin azalması ve olumsuz durumları kontrol eden uzun ömür tahmini ile ilişkili olarak görülmektedir (Diener ve Chan, 2011: 3).

Öznel iyi oluş bireyde pozitif ruh hallerini doğurmaktadır. Çalışmalar pozitif ruh hallerinin -nötr veya negatif ruh hallerine karşı- kortizol, kan basıncı ve bağışıklık sistemi parametreleri gibi daha iyi fizyolojik parametreleri öngördüğünü göstermektedir (James vd., 1986: 506; Schnall vd., 1992; Barak, 2006: 526). Nörofizyolojik düzeyde, sağlık ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki serotonin ve norepinefrin nörotransmitterleri içeren ortak mekanizmaları yansıtmakta dolayısıyla depresif semptomları işlevsiz nörotransmitter sistemlerle ilişkilendirmektedir. Bu nedenle, hem depresyon hem de nevrotikliğin düşük öznel iyi oluş düzeyiyle ilişkili olduğu düşünülmektedir (Røysamb vd., 2003: 1143).

Genel yaşam doyumu ile ilişkilendirilmesi gereken önemli bir alan fiziksel sağlıktır. Bu argümanın mantığı oldukça basittir: Eğer kişi fiziksel olarak sağlıklıysa, yaşamdan tatmin olmakta ve iyi olma duygusuna sahip olmakta; oysa kişi hasta ise hayattan pek memnun olmamaktadır. Pozitif durumlar, insanların bağışıklık sistemlerini güçlendirse ve istenen başka faydalara sahip olsa bile, bunlar kuduz veya pankreas kanseri gibi bazı çok ciddi hastalıkları yenmek için yeterli olmayabilir. Olumlu bir tutum, bir kişinin ölümcül bir hastalığı olduğunda yaşam kalitesine yardımcı olabilse de, büyük olasılıkla hiçbir öznel iyi oluş bazı hastalıkların üstesinden gelemez (Feist vd., 1995: 140). Bireyler arasında öznel iyi oluş skorlarının kıyaslanabilmesi için bireylerin sağlık durumlarının birbirine yakın olması gerekmektedir. Öznel iyi oluş için hastalığın yokluğu gerekli bir şart olarak görülmektedir (Tuzgöl Dost, 2005: 108).

Medeni durum açısından ele alındığında; insanlar kendilerine en büyük zararı en yakınlarının verdiğini düşünmektedirler. Arkadaşlar ve aileyle yakın ilişkilerin faydaları genellikle zararlardan daha ağır basmaktadır. Kaygılarını özgürce paylaştıkları birkaç yakın arkadaşı isimlendirebilen insanlar, çok az arkadaşı olan veya hiç olmayan insanlardan daha sağlıklı olmaktadırlar. İnsanlar başkalarıyla birlikte olduklarında daha yüksek pozitif etki bildirirler (Myers ve Diener, 1995: 14). Bir evi sabit bir partnerle paylaşanlar genel olarak diğerlerine göre daha mutlu görünmektedirler (Veenhoven, 1984: 233). Evli insanların bekar olanlara göre daha yüksek seviyelerde öznel iyi oluş göstermelerinin temel nedeni netelikli yakın ilişkinin varlığı olarak değerlendirilmektedir. Yakın ilişkilerde, ihtiyaçlarımızın, özlemlerimizin ve umutlarımızın gerçekleşmesini bir ilişki ortağının iyi niyetine bağlayarak kendimizi başka bir insana gönüllü olarak en savunmasız hale getiririz. Yakın ilişkilerde deneyimlenebilecek derin refah duygusunu mümkün kılar. Aynı zamanda, herhangi bir partnerin kusurlu olması, incinmenin veya yaralanmanın kaçınılmaz olduğu anlamına gelir ve meydana geldiğinde incinme, tam da kendimizi savunmasız hale getirdiğimiz için özellikle daha duyarlı hale gelir. Bu tür bir yaralanma karşısında, partnere karşı olumsuz duygular (örneğin, öfke, kızgınlık, hayal kırıklığı) açığa çıkacaktır. Zararın kaynağını geri çekme veya ondan kaçınma motivasyonu veya hatta misilleme yapma veya intikam alma arzusu da tipiktir. Bu nedenle, partnerin yaralanması, ilişkide yabancılaşmaya neden olan bir ihlal veya kopma oluşturacaktır (Fincham, 2000: 2).



Şekil 2.3 Yaşam doyumu ve medeni durum ilişkisi (Lucas, 2007: 77)

Şekilde (Lucas, 2007: 77) yaşam doyumunda ortalama bir kişi için oluşan eğriler gösterilmekte olup olay olmadan önceki 5 yıl ile olaya adaptasyonun tamamlandığı 7 yıllık süreç alınmıştır. Her üç eğrinin 5 yıldan önceki bir zamanda aynı yaşam doyumu seviyesinden başladığı varsayılmaktadır. Bireyin evliliğe adaptasyonunun hızlı olduğu, eşinin vefatına ya da eşinde boşanmasına adaptasyonunun yavaş olduğu görülmektedir. Eşi vefat edenlerin eşlerinin vefatıyla ilgili adaptasyon sürecini tamamladıktan sonra eşleri vefat etmeden önceki yaşam doyumu seviyelerine yakın bir yaşam doyumuna sahip olabildikleri görülmektedir. Ancak bu adaptasyon sürecinin 7 yılda tamalanabildiği unutulmamalıdır. Boşanma olayı yaşayan bireyin ise bu olaydan kaynaklı olarak yaşam doyumlarında kalıcı olumsuz bir değişim yaşadıkları görülmektedir. Değişimin olumsuz olarak görülmesi bireyin adaptasyon sürecini tamamladıktan sonra bile önceki yaşam doyum seviyesi altında bir yaşam doyumu seviyesi göstermesinden kaynaklanmaktadır (Lucas, 2007: 77). Eşin ölümü ile kaybedilmesi birey için daha sonraki yaşamda sıklıkla keder, yalnızlık ve yaşamdan tatmin kaybı ile ilişkilendirilen en büyük krizlerin doğmasına sebep olmaktadır. Bununla birlikte zaman geçtikçe, dullar bu değişikliğe uyum sağlayabilmektedirler. Aile ile ilişkilerde değişiklikler olmakta, yeni arkadaşlar edinilmekte veya eskileri yenilenebilmekte, topluluğun organize yaşamına katılım devam etmekte ve yeni bir kişisel denge sağlanabilmektedir (Pihlblad ve Adams, 1972: 323).

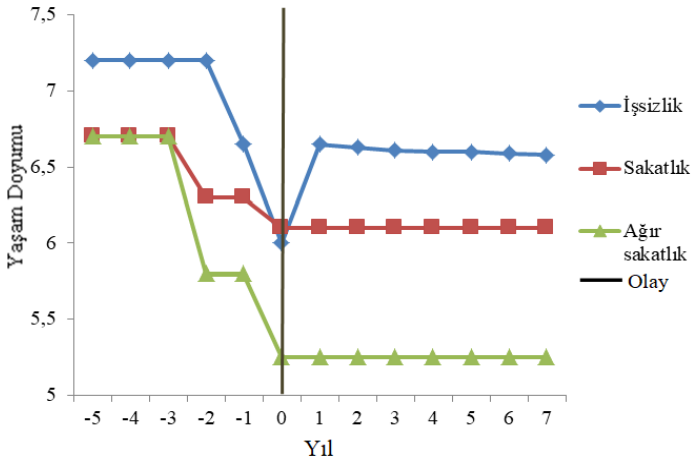
Eğitim açısından ele alındığında; sağlıklı bir toplumun yetiştirilmesi, herkes tarafından benimsenmiş değer yargılarına haiz, kültürel gelişmişliği ve bilgi seviyesi yüksek bireyler eğitimle mümkün olabilmektedir. Eğitimdeki hertürlü evrim toplumda ve bireyde de evrilmeye sebep olabilecektir. Toplumu oluşturan bireylerin hayat boyu öğrenme imkânlarının olması ve kendi niteliklerini artırabilmeleri o ülkenin mutluluğunu ve ferahını pozitif yönlü etkileyebilecektir (Çakmak, 2008: 34). Bu refah durumu bireyin değişimleri öznel algılaması ile ilgilidir. Öznel algılama bireyin olayları, dünyayı ve kendisini algılama biçimi olarak tanımlanabilecektir (Aydın vd., 2013: 1473). Eğitimin pozitif psikoloji tarafı bireyin öznel algılamalarını pozitif yönlü artırmakta, böylece kişi kendisini daha doygun hissederek daha mutlu olabilmektedirler (Güngör, 2017: 155). Eğitimin, yetişkin öznel iyi oluşu ile önemli ölçüde pozitif bir ilişki içinde olduğu düşünülmektedir. Bu ilişkinin kadınlarda erkeklere göre daha güçlü, yaşlılarda ise genç yetişkinlere göre daha güçlü olduğu görülmektedir (Witter vd., 1984: 165).

Öznel iyi oluş ile eğitim arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Pfeiffer ve Wetstone, 1988: 137; Cummins, 2000: 139). Öznel iyi oluş ve eğitim üzerine yapılan araştırmalar, ikisi arasındaki etkinin kapsamının sınırlı olduğu sonucuna varmaktadır. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde ise eğitimin öznel iyi oluşu yordamada yetersiz kaldığı görülmüştür. Bunlara dayalı olarak eğitim, öznel iyi oluş üzerinde dolaylı bir etkiye sahip olmakla birlikte, onun hayallerini gerçekleştirmede ve yaşamını zenginleştirmede de değerli bir faktördür (Diener, 2000). Yüksek eğitimli bireyler düşük eğitimli bireylere göre daha mutludurlar. Bu genellemenin oluşmasındaki temel etkinin eğitimin iyi bir gelir elde etme şansından kaynaklı olduğu düşünülmekedir (Veenhoven, 1984: 262). Öznel iyi oluşla ekonomik düzey arasındaki ilişki öznel iyi oluşla eğitim arasındaki ilişkiye benzemektedir. Gelişmişlik düzeyi yüksek olan ülkelerde öznel iyi oluş seviyeleri açısından eğitim düzeyi belirleyici değilken diğer ülkelerde belirleyici olabilmektedir (Headey ve Wearing, 1991).

Ekonomik durum açısından ele alındığında; geleneksel bilgelik, paranın mutlulukla çok az ilgisi olduğunu savunmakla birlikte bilimsel çalışmalar bunun tam tersini söylemektedir (Cummins, 2000: 133; Duran ve Barlas, 2015: 69-79). Düşük ekonomik gelirin öznel iyi oluş üzerinde doğrudan bir etkisi olmayıp kaynak yoksunluğunda

ortaya çıkan açlık, stress, umutsuzluk gibi algılar aracılığıyla dolaylı bir etkisi bulunmaktadır. Bunla birlikte çok az olmakla bazı grupların bu yoksunluğu algılama biçimleri düşünce süreçleri aracılığıyla farklılık göstermekte ve belirtilen olumsuz algılar ortaya çıkmamaktadır. Bu düşünceler azaltılmış maddi koşullardan yüksek dereceli anlam türeterek içsel manevi dinamiklerini güçlendirmektedir. Belki de bu kategorideki en belirgin grup, hayatlarını dini bir düzene adayan insanlar olacaktır. Bu tür insanlar geleneksel olarak dünyevi mallara olan kişisel ihtiyaçlarından feragat etmekte ve yalnızca temel fiziksel ihtiyaçlarının karşılandığı koşullarda yaşamaktadırlar (Cummins, 2000: 149). Ekonomik durum-öznel iyi oluş korelasyonu, azalan marjinal faydayı içeren ekonomik yasaya bağlı kalmaktadır. Gelir arttıkça, her bir ek miktardaki para daha az ek tatmin sağlayacaktır (Howell ve Howell, 2008: 537). Ekonomik gelir düzeyi belirli bir seviyeye kadar gereklidir, ancak daha fazlası aynı orantıda daha iyi demek değildir (Cummins, 2000: 153).

Gelir öznel iyi oluş açısından değerlendirildiğinde çift faktör kuramındaki hijyen faktör özelliklerine sahiptir. Hijyen faktör tek başına yeterli olmayıp yokluğunda da motivasyonun olmaması anlamına gelmektedir. Hijyen faktörler, işin bağlamsal özelliklerine ilişkin unsurlar olup, varlıkları çalışanı doğrudan motive etmemekle birlikte, eksiklikleri olumsuz çıktılara neden olmaktadır. Yani hijyen faktör zorunlu ancak yeterli değildir. Gelir hijyen faktörlerden biridir (Herzberg, 1968: 87-90; Behling vd., 1968: 101). Görüldüğü üzere çift faktörlü motivasyon kuramında gelir ne ise öznel iyi oluşla ilişkisinde de aynı rolü oynamaktadır. Çalışmanın mutluluğa çeşitli şekillerde katkıda bulunduğuna inanılmaktadır. Bir ‘gelir’ ve ‘sosyal saygı’ kaynağı olmanın yanı sıra, ‘ödüllendirici bağlantılar’ sağladığı, ‘anlamlılık duygusunu’ geliştirdiği ve organizmayı ‘harekete geçirdiği’, böylece zihinsel ve fiziksel körelmeyi önlediği iddia edilmektedir (Veenhoven, 1984: 216). Gelir ile öznel iyi oluş arasında pozitif bir ilişki bulunmaktadır (Larson, 1978).



Şekil 2.4 Yaşam doyumu ve ekonomik durum ilişkisi (Lucas, 2007: 77)

Yukarıdaki şekilde yer alan grafikte Lucas (2007: 77) yaşam doyumu için ortalama bir kişi içi oluşan eğriler gösterilmektedir. İşle ilgili bireyin yaşamış olduğu travmatik olaylar doğrudan gelir kaynağını etkileyebilmektedir. Bu yüzden ekonomik durumun öznel iyi oluşa etkisine yönelik bireyin yaşadığı olaylar yukarıda yer alan grafikte gösterilmiştir. Grafikte olay olmadan önceki 5 yıl ile olaya adaptasyonun tamamlandığı 7 yıllık süreç alınmıştır. Her üç eğrinin 5 yıldan önceki bir zamanda aynı yaşam doyumu seviyesinden başladığı varsayılmaktadır. Bireyin işyerinde karşılaştığı sakatlık, ağır sakatlık ya da işsiz kalması ile ilgili eğriler incelendiğinde bireyin karşılaştığı bu olaylara adaptasyonunun hızlı olduğu görülmektedir. Ancak yaşanılan bu olaylar bireyin yaşam doyumunda kalıcı olarak negatif bir etkiye sahip olup adaptasyon sonrasında bile olay öncesi yaşam doyumu seviyelerinin çok altında yaşam doyumu seviyeleri gösterildiği görülmektedir (Lucas, 2007: 77). Mutsuzluk, "sağlığın bozulmasına", "ilgisizliğe" ve "sosyal ilişkilerin bozulmasına" yol açabilir ve bu nedenle işten atılma veya işsiz kalma olasılıklarını artırabilmektedir (Veenhoven, 1984: 218). İnsanların yaşam koşullarına uyum sağlamada gerekli kaynakları satın almak için yeterli paraya sahip olmaları koşuluyla, öznel iyi oluş seviyesi büyük ölçüde dışadönüklük ve nörotisizm dengesi tarafından belirlenecektir (Cummins, 2000: 152). Gelir genellikle önemli bir mutluluk kaynağı (temel ihtiyaçların karşılanmasından dolayı) olarak görülmekte olup zengin insanlar genellikle fakirlerden daha mutludurlar (Veenhoven, 1984: 192-262; Cummins, 2000: 145; Diener, 2009a: 34). Zengin kişiler, homeostatik sistemlerinin işleyişini optimize etmek ve potansiyel çevresel stres faktörlerinin varlığında bile öznel iyi oluşlarını korumak

için gerekli kaynakları satın alabilmektedirler. Diğer bir deyişle, daha az zengin insan homeostatik (aşırı ya da yetersiz uyarılma sonucu denge ve uyumu bozulan organizmanın denge ve uyumunu tekrar sağlayabilmek için kendine özgü vermiş olduğu tepkilerle dengelemesi) yenilgiye uğramaktadır (Cummins, 2000: 152). Öznel iyi oluş ile gelir arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (Pfeiffer ve Wetstone, 1988: 137). Düşük bir gelire sahip olmak, çevresel kontrol uygulama, kendini iyi hissetme ve kendini daha parlak bir geleceğe yansıtma olasılığını azaltabilir. Uzun süre işsizlik öznel iyi oluşu azaltmaktadır (Cummins, 2000: 135).

Din/inanç açısından ele alındığında; inanç ve iyi oluş arasındaki ilişkileri açıklamaya çalışan araştırmacılar, çeşitli olasılıkları değerlendirmişlerdir. İlk araştırmalar, dini aktivite ile topluluk veya toplumsal düzeyde sosyal sorunların görülme sıklığı arasındaki bağlantıları değerlendirmişlerdir (Haynes, 1930; Thorndike, 1939). Dindarlığın bağlılık, katılımcı ve adanmışlık yönleri ile genel yaşam doyumu arasında küçük ama istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (Ellison vd., 1989: 117). Tanrıya yönelim ve onunla daha çok haşır neşir olmanın öznel iyi oluşu olumlu yönde etkilediği değerlendirilmektedir. Dini hizmetlere katılım, mezhepsel tercih, dua etme sıklığı, ölümden sonraki hayata ve dünyada kötü/iyiliğe inanç, mutlulukla ilişkilidir (Ferriss, 2002: 199-208). Öznel iyi oluş üzerine yapılan bazı araştırmalar dini katılımın kişisel tatmin ve mutluluk üzerindeki görünür etkisine dikkat çekmektedir (Clinebell, 1965; Tay vd., 2014). Dindarların bireysel mutlulukları ve yaşam doyumlarının yüksek olduğu görülmektedir (Cirhinlioglu ve Ok, 2010: 3). Din ve inançla ilgilenmek genellikle onunla ilgilenenlerin yaşam doyumuna büyük ölçüde katkıda bulunmaktadır (Nordenfelt, 1993: 143). Din ve ruh sağlığı arasındaki bağlantılar etkileyicidir. Dindar insanların, dinsizlere göre suç işleme, uyuşturucu ve alkol kötüye kullanma, boşanma veya mutsuz bir şekilde evlenme ve intihar etme olasılıkları çok daha düşük olmaktadır. Dini kurumlar uygun davranışı teşvik eder ve çeşitli sosyal kontrol yöntemlerini kullanır. Dinsel olarak aktif insanlar, kısmen daha sağlıklı sigara içmeme, yeme ve içme alışkanlıkları nedeniyle fiziksel olarak daha sağlıklı olma ve daha uzun yaşama eğilimindedir (Myers ve Diener, 1995: 16; Lelkes, 2002: 256). Dini inancın insanları stres faktörlerine karşı koruduğu görülmektedir (Diener ve Seligman, 2009: 208-209). Dini inançlara sahip olmak bireyleri işsizlik, düşük gelir ve dulluk gibi stres faktörlerine karşı korumaktadır. Dindarlar, hayatlarının

çeşitli yönlerinden ve ayrıca genel olarak hayatlarından daha fazla memnun olma eğilimindedir. Bu göreli farklılık, gelir, işgücü, piyasası durumu, yaş ve bir dizi başka özellik de dahil olmak üzere öznel iyi oluşun temel bağıntılarını hesaba kattıktan sonra bile hüküm sürmektedir (Lelkes, 2002: 298-299). Dindarlık düzeyi, bireyin tutumlarını ve değerlerini etkili bir şekilde belirlemektedir. Ayrıca bir bireyin dindar olup olmaması, seçimini ve yaşam tarzını belirleyen en önemli faktörlerden biridir (Aydınay Satan, 2014: 61).

İhtiyaçlar açısından ele alındığında; tüm insan ırkının biyolojik, psikolojik ve sosyal yapısını göz önünde bulundurarak, her yapısal alan hakkında kapsamlı bir bakış açısı geliştirmek ve bu bağlamda insan ihtiyaçlarının karmaşık yapısını analiz etmek çok zor bir süreci tanımlamaktadır. Aslında insana ilişkin yapısal süreçlerdeki değişim ve gelişmeler gittikçe daha karmaşık hale geldikçe, insan ihtiyaçları da daha karmaşık yapılarda ortaya çıkmaktadır. Bununla birlikte, insan ihtiyaçlarının bir profilini elde etmek, insan ihtiyaçlarını daha iyi anlamak, bu ihtiyaçları karşılamak için daha etkili yollar geliştirmek ve nihayetinde insanların mutluluğuna katkıda bulunmak açısından önemli bir konudur (Türkdoğan, 2010: 3). İhtiyaçların karşılanması mutluluğa ulaşmada gerilimi azaltma (ağrıyı azaltma, psikolojik ve fiziksel ihtiyaçları karşılama) fikrine odaklanmaktadır (Çetin vd., 2015: 69). Temel ihtiyaçlar öznel iyi oluş için hijyen faktörü olup zaruridir. Temel ihtiyaçlar karşılandığı sürece diğer faktörlerin öznel iyi oluşa etkisinden bahsedilecektir (Diener ve Seligman, 2009: 220). İhtiyaç kavramı, tanımlanma ve somutlaştırma açısından zor bir kavramdır. Genel çerçevesinin ne olduğu, boyutları/faktörleri, iç dinamiklerin tespit edilmesinde hangi kıstasların ele alınacağı, ileri ya da temel ihtiyacın hangi kategorileri içereceği, ihtiyaç ve dışındakilerin neler olduğu neye göre ve nasıl belirleneceği devamlı suretle tartışma konsudur. Şu an için ihtiyaç olan bir şey ileriki zamanda ihtiyaç olarak hissedilmeyebilinir. Herhangi bir kişi için ihtiyaç olan şey başka biri için ihtiyaç olmayabilir (Sarıipek, 2017). Bireyin ihtiyaçlarındaki farklılıklar onların yaşam tazlarındaki farklılıklara katkıda bulunmaktadır (Lelkes, 2002: 20). Kişinin mevcut ihtiyaçları doyurulduğu düzeyde öznel iyi oluş düzeyleride artmaktadır. Psikolojik temel ihtiyaçlardan olan ilşkili olma, yeterlilik, özerklik öznel iyi oluşla pozitif yönlü ilişkilidir (Doğan ve Eryılmaz, 2012; Kermen ve Sarı, 2014: 180).

Kişilik açısından ele alındığında; öznel iyi oluş kişilik çerçevesinde farklılık göstermektedir (Cummins, 2000: 133). Mutluluk hayattaki birçok özel andan gelmektedir. İnsanlar, bireyin hayata olumlu bir şekilde bakmaya yönelik bütüncül bir eğilimi olduğunu düşünmektedirler. Dolayısıyla kişilik öznel iyi oluşu doğrudan etkilemektedir. Bireyler, kişilik özelliklerine göre olay ve durumlara olumlu ya da olumsuz tepki verme eğilimindedir (Aydınay Satan, 2014: 58). Öznel iyi oluş sadece (dış) yaşam koşullarına bağlı olmayıp, aynı zamanda (iç) bireysel özelliklerle de ilişkilidir (Veenhoven, 1984: 266). Çevre ile ilgili sistemler öznel iyi oluşu etkilemekle birlikte bu etki birtakım boyutlarca zayıflatılmaktadır. İç boyutlar, algılanan kontrol, öz saygı ve iyimserlik inançlarından oluşmaktadır. Dış boyutlar ise potansiyel olarak olumsuz olayların etkisini iyileştiren kişisel yardım gibi kaynakları içermektedir (Cummins, 2000: 133). Örneğin çocukluk döneminde psikolojik ihtiyaçların doyum düzeyi bireyin kişiliğini etkilemektedir. Psikolojik ihtiyacı karşılanan bireylerin karşılanmayanlara göre yaşamlarına daha olumlu baktıkları dolayısıyla da öznel iyi oluş seviyelerinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Akbağ ve Ümmet, 2018: 60). Kişilik özeliklerinin, öznel iyi oluşu açıklamadığı ve yaşamdaki ani değişikliklerden sonra öznel iyi oluşun tekrar belirli seviyelerde kalmasını sağladığı düşünülmektedir. Herhangi bir şekilde sapma olduğunda öznel iyi oluş seviyeleri değişecek olsa da kişilik özellikleri öznel iyi oluşun normal denge düzeyine dönmesine hizmet edecektir. Kişilik özellikleri beş büyük faktör kuramına göre gruplandırıldığında nevrotiklik yaşam doyumunun, mutluluğun ve olumsuz duygunun en güçlü yordayıcısı olarak görülmektedir (de Neve ve Cooper, 1998: 197-198). Kişilik özellikler ile öznel iyi oluş arasındaki etkileşimin frekans ve boyutları geniş bir yelpazede çeşitlenmektedir (Reisoğlu ve Yazıcı, 2017: 890). Kişilik özelliklerinden nevrotiklik, dışa dönüklük (Doğan, 2013: 58), deneyime açıklık ve sorumluluk (Reisoğlu ve Yazıcı, 2017: 904) öznel iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Genetik ve kişilik yönelimi perspektifleri çerçevesinde, sabit kişilik özellikleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki ise, öznel iyi oluşu yordamada dışa dönük ve nevrotik kişilik özelliklerinin diğer özelliklerden daha açıklayıcı olduğu öne sürülmektedir. Birey genlerinden gelen mutsuz olma ya da mutlu olma eğilimi ile doğmakta olup kişinin duygusal tepkilerinin büyük oranda gen kaynaklı olduğu düşünülmektedir (Çetin vd., 2015: 69-74). Genlerin bu denli etkisinden dolayı sapmalar zamanla absorbe edilmekte ve sapma öncesine yakın bir öznel iyi oluş skoru görülmektedir.

Yaş açısından ele alındığında; yaşam bütüncül olarak değerlendirildiğinde hayatın hiçbir evresinin diğerlerinden daha mutlu veya mutsuz olmadığı görülmektedir. Bunun temel sebebi mutluluğun yordayıcılarıyla duygusal algının yaşla birlikte değişmesidir (Myers ve Diener, 1995: 12). Bu yaklaşım bütüncül bir yapıda incelendiğinde doğrulanmakla birlikte yaşam kesitler halinde incelendiğinde farklılıklar göstermektedir. Yaşla ilgili çalışma yapılırken bireyin hangi yaşam döneminde olduğu değerlendirilmelidir. Çünkü yaşam dönemlerine göre öznel iyi oluş skorları değişebilecektir (Saföz Güven, 2008: 32-33). Yaşla öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olduğu değerlendirilmektedir (Reisoğlu ve Yazıcı, 2017: 903). Yaşlanmak genel olarak yaşama sevincini azaltmaktadır. Birey yaşlandıkça algıladığı öznel iyi oluş azalmaktadır (Veenhoven, 1984: 261). Bireyin yaşlandıkça (özellikle 60 yaş sonrası) öznel iyi oluş seviyesinde azalma olduğu görülmektedir. Bu azalmanın bireyin yaşlılığına eşlik eden sağlık problemleri, finansal kaynakların azalması, eş vefatı, arkadaş kaybı ve azalan aktivite gibi faktörlerden kaynaklandığı değerlendirilmektedir (Larson, 1978: 113-114). Yaşlanmayla ilgili memnuniyetsizlik ölümle ilişkili görülmektedir (Pressman ve Cohen, 2005: 928).

Cinsiyet açısından ele alındığında; kadınların ister çocuklarla, ister akrabalarla, arkadaşlarla veya resmi organizasyonlarda olsun, erkeklerden daha fazla aktivite odaklı oldukları düşünülmektedir. Kadınların eşlerini kaybettikten sonra aktivite modellerinde değişikliğe rastlanmamakta olup yaşam doyumlarında değişiklik olmayacağı değerlendirilmektedir. Erkekler için ise bunun tam tersi bir durum söz konusu olmakta olup eşini kaybeden erkeğin aktivite modellerinde değişiklik olmakta dolayısıyla bu da yaşam doyumlarında negatif yönlü değişikliklerin olmasına sebep olmaktadır (Pihlblad ve Adams, 1972: 323). Bunun temel medeninin kadın ve erkekler arasındaki negatif olaylar karşısında gösterdikleri farklılıklardan kaynaklı olduğu varsayılmaktadır. Kadınlar, depresyon ve anksiyeteyi engelleme konusunda erkeklerden iki kat daha savunmasızken, erkekler alkolizm ve antisosyal kişilik bozukluğuna kadınlardan beş kat daha savunmasızdır (Myers ve Diener, 1995: 12). Kadınlar daha fazla olumsuz duygulanım bildirseler de, aynı zamanda daha fazla sevinç yaşıyor gibi görünmektedirler (Cameron, 1975: 216). Cinsiyet ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olup (Reisoğlu ve Yazıcı, 2017: 904) zayıf bir korelasyon olduğu değerlendirilmektedir. Örneğin genç kadınlar genç erkeklere göre daha mutlu

olup (Veenhoven, 1984: 261) öznel iyi oluş açısından kadınların skorlarının erkeklere göre daha fazla olduğu görülmektedir (Feist vd., 1995). Ancak bu ilişkinin yaşlı kişiler üzerine yapılan çalışmalarda tam olarak tespit edilemediği görülse de (Larson, 1978: 114) yaşlı erkeklerin yaşlı kadınlardan daha mutlu oldukları bilinmektedir (Veenhoven, 1984: 261).

2.2.6 İş Yaşamında Öznel İyi Oluşun Önemi

Topluluklar iş bölümlerinden/işkollarından oluşmaktadır. Özellikle modern batı toplumlarında bu bölünme çok ileri götürülmüştür. İş yaşamının gereği olarak bir işte çalışan insan diğer işteki insanla aynı değildir. Çalışma hayatı kişinin yaşam koşullarını (gelir, sosyal çevre, fiziksel riskler, vb.) belirlemekte, fiziksel (sağlık) ve psikolojik olarak (kendine saygı, kader kontrolü inancı, öznel iyioluş vb.) gelişme şeklini renklendirebilmektedir (Veenhoven, 1984: 215). İşyerinde öznel iyi oluşu yüksek çalışanların öznel iyi oluşu düşük çalışanlara göre farklı duygu durumları ve mutluluk deneyimi algılayabilecekleri düşünülmektedir. Mutluluk deneyimi, işyeri başarısı için faydalıdır çünkü işyerinde üretkenliği, yaratıcılığı ve işbirliğini teşvik etmektedir. Böyle olmasının birkaç nedeni olduğu düşünülmektedir. Olumlu duyguların deneyimi, insanları işte başarılı olmaya ve hedeflerine ulaşma çabalarında ısrar etmeye motive etmektedir. Daha mutlu olan bireylerin sağlıklı olma olasılığı daha yüksektir ve karşılığında daha üretken olma eğilimindedirler (kısmen, daha mutlu ve sağlıklı bireylerin daha az hastalık raporu alması). Ek olarak, daha mutlu olan bireyler, yaratıcılığa ve yeniliğe yol açan yeni fikirleri doğuran bilgileri daha iyi entegre edebilmektedirler. Son olarak, daha mutlu olan bireyler daha iyi sosyal ilişkilere sahip olma eğiliminde olup iş bağlamında bu, iş arkadaşları arasında ve müşterilerle daha fazla işbirliğine yol açabilmektedir (de Neve vd., 2013: 9). Öznel iyi oluş, insanların yaşamlarına ilişkin değerlendirmeleri, yaşam doyumu, ruh halleri ve hisler de dahil olmak üzere duygulara dayalı değerlendirmelerdir. İnsanlar üzücü bir ruh hali ya da neşeli bir duygu hissettiklerinde, bunun nedeni genel olarak hayatlarının kötü ya da iyi gittiğini hissetmelerindendir. Bu nedenle öznel iyi oluş, iyimserlikten düşük öfkeye ve iş memnuniyetine kadar çeşitli fenomenleri içeren heterojen bir boyuttur (Diener ve Chan, 2011: 2).

İş ile öznel iyi oluş arasında etkileşimin olduğu değerlendirilmektedir. Bireyin çalışma hayatı ve işiyle ilgili beklenti, kabul ya da kazanımları öznel iyi oluşu üzerinde pozitif/negatif etkiye neden olabilmekte veya birey mecut öznel iyi oluş skoruna göre işine yönelik tutum ve davranışlar sergileyebilmektedir (Usta, 2016: 96). Örneğin yöneticilerin öznel iyi oluş ve içsel iş tatminini iyileştirmeye yönelik başarılı girişimleri, bireysel ve durumsal olasılıklara bağlı olup artırıldıklarında hem bireysel hem de örgütsel başarılar elde edilebilmektedir (Hosie vd., 2012: 268-280). Bireysel fayda, öznel iyi oluş skorunun yüksek olmasından kaynaklı edinilecek marjinal faydalar olup örgütsel alanda fayda ise olumlu ve mutluluk odaklı çalışma ortamının oluşturulması ile diğer çalışanların mutluluk durumlarına pozitif yönlü etkisidir.

Durumsal etkilerin işle ilgili öznel iyi oluş üzerinde önemli bir etkisi bulunmaktadır. Genetik etki göz ardı edildiğinde bireyin işyerindeki etkileşimlerinin öznel iyi oluşu üzerinde etkisi olabileceği değerlendirilmektedir. Bu, iş türünün ve çalışma ortamının işyerinde öznel iyi oluş için özellikle önemli olabileceğini düşündürmektedir (Diener vd., 2017: 90). Gelir bireydeki mutluluğu artıran bir faktör olup çalışanın elde ettiği maaş onun gelir düzeyini belirleyecektir (Veenhoven, 1984: 192-262). Tüm dünyada mutluluğun, "profesyonel" ve "yönetsel" mesleklerdeki insanlar arasında en yüksek olduğu görülmekte olup bunları sırasıyla "büro çalışanları" "vasıflı işçiler", "vasıfsız işçiler" ve "çiftçiler" takip etmektedir. Özellikle gelişmemiş ülkelerde en az mutlu olan çalışan grubu vasıfsız işçiler ve çiftçiler olarak görülmektedir (Veenhoven, 1984: 263).

Toplumun en küçük yapı taşı olan ailenin dinamikleri, bireyin işiyle ilgili eşitlik, güvenlik, ücret hususları ve demografik özellikleriyle ilgili cinsiyet, yaş, gensel yapı, sosyal koşullar öznel iyi oluş skorlarını etkileyebilmektedir. Kısaca öznel iyi oluşun iş ve bireysel etkilerin toplamı olduğu varsayılabilir (Usta, 2016: 90). Birey iş yaşamı içerisindeyken işin kendine has özelliklerinin birey üzerindeki olumlu ya da olumsuz etkileri kişinin nasıl hissedebileceğini tahmin edebilecektir. Madalyonun ters tarafından bakıldığında ise bireyin gensel olumlu/olumsuz bakış açısına yatkınlığı işle ilgili düşüncelerinin iyi ya da kötü olmasına neden olabilecektir. Olumlu bakış açısına yatkın bir çalışanın öznel iyi oluşu diğerlerine göre daha yüksek olabilecek, iş ve çalışma arkadaşlarına daha pozitif enerji gönderebilecek, karşılığında da yine pozitif enerji alma ihtimali yüksek olabilecektir. Olumsuz bakış açısına yatkın olan bir çalışan

işe ve çalışma arkadaşlarına negatif enerji gönderebilecek sonucunda da öznel iyi oluş seviyesi negatif bir seyir halinde olabilecektir. Öznel iyi oluşu yüksek kişiler, yaşam olayları ve koşulları hakkında olumlu değerlendirmelerde öne çıkan kişilerdir. "Mutsuz" insanlar, hayatlarında karşılaştıklarının çoğunu zararlı veya hedeflerini engelleyenler olarak değerlendiren kişilerdir (Diener, 2009a: 28).

İnsan mutluluğunun emek üretkenliği (üretkenlik davranışı) üzerinde güçlü nedensel etkilere sahip olduğu düşünülmektedir. Daha mutlu çalışanların efor düzeyleri, hassasiyetleri değişmeden yükselmektedir. Mutluluktaki bir artış, ücretli bir parça başı görevde daha fazla üretkenliğe yol açmaktadır. Bu ilişki makroekonomik düzeyde bile işleyebilen kendi kendini güçlendiren yüksek getiri olasılığını artırmaktadır (Oswald vd., 2015: 802). Politikaların yaşam doyumunun teşviki yoluyla ekonomi büyümesini teşvik edebileceği düşünülmektedir (DiMaria vd., 2020: 18). "Mutluluk", ekonomik büyüme veya işsizlik gibi büyük toplam hedeflerin yanı sıra artık hükümetler için kabul edilmiş ve önemli bir politika hedefi haline gelmiştir (Sgroi, 2015: 1). Öznel iyi oluş hali üretimde önemli kazanımlar sağlamaktadır. Öznel iyi oluş iş tatmini, yönetimin kalitesi, güveni, sosyal sermaye ve diğer manevi ilişkisel boyutlarla ilgili üretim için maddi olmayan bir faktör olarak görülmektedir. İnsanların daha yüksek yaşam doyumunu bildirdiği işler, üretimde daha yüksek verimliliği doğurmaktadır (DiMaria, vd., 2020: 2-18). İşletmeler için daha yüksek öznel iyi oluş hali çalışanlarının daha fazla üretken olması anlamına gelebilecektir. Sonuç olarak öznel iyi oluşun üretkenliğin bir belirleyicisi olarak görülmesi gerektiği anlaşılmaktadır.

2.2.7 Öznel İyi Oluş Kavramına Yönelik Araştırmalar

Bu bölümde merak kavramına yönelik araştırmaların değerlendirilmesi temel amaç olarak kabul edilmiş olup, en genel neticeler için Web of Science (WoS) veri tabanınca ve en kapsamlı sonuçlar için abone olunan tüm kaynaklarda (1637-halen) ortak bir arama alanı kümesi kullanarak arama yapılmıştır. Anahtar kavram olarak "subjective well-being" kelimesi kullanılarak yapılan tarama özet, başlık ve konu kısımlarında gerçekleştirilmiştir. 28.06.2026 tarihli yapılan tarama neticesinde tespit edilen araştırmalar derinlemesine incelenerek alıntı sayısı en fazla olan ilk 10 araştırma aşağıdaki tablo aracılığıyla aktarılmıştır.

Tablo 2.5 Öznel iyi oluş ile ilgili araştırmalar

Sıra	Yazar(lar)	Yayın Yılı	Toplam Atıf Sayısı
1	Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L.	1999	10951
2	Diener, E.	2000	4258
3	Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E.	2003	2951
4	Dolan, P., Peasgood, T. ve White, M.	2008	2348
5	De Neve, K. M. ve Cooper, H.	1998	2324
6	Kahneman, D. ve Krueger, A. B.	2006	2310
7	Costa, P. T. ve McCrae, R. R.	1980	2259
8	Diener, E. ve Chan, M. Y.	2011	2090
9	Diener, E.	1994	1907
10	Steel, P., Schmidt, J. ve Shultz, J.	2008	1477

Diener vd. (1999), Öznel İyi Oluş (ÖİO) alanının 30 yıllık gelişimini değerlendirmiş ve bir takım öneriler sunmuştur. Kavramın çeşitli yönlerde gelişmesi gerektiği, duyguların ve ÖİO'nun çok yönlü doğasının kabul edilerek daha sofistike ölçümlere ihtiyaç duyulduğu belirtilmektedirler. Öncül araştırmaların, mutlu kişinin ekseriyetle iyi maaşlı, genç, eğitimli, dindar, evli olduğu, olumlu bir mizaçla kutsandığı, olayların parlak tarafına bakma eğiliminde olduğu, kötü olaylar hakkında aşırı kafa yormadığı, ekonomik olarak gelişmiş bir toplumda yaşadığı, sosyal sırdaşları olduğu ve değerli hedeflere doğru ilerleme kaydetmek için yeterli kaynaklara sahip olduğu yönünde çıkarımlar yaptıkları vurgulanmaktadır. Araştırmacılar bazı çıkarımların anlamsızlaştığı ve artık ön koşul olarak görülmediğini belirtmektedir (örneğin, gençlik ve mütevazı beklentiler). Ardıl araştırmaların ise psikolojik faktörleri kapsayan teorilere daha fazla vurgu yaptığı vurgulanmaktadır. Yazarlar mevcut araştırmaları gözden geçirerek bulguların eğilimsel etkileri, adaptasyonu, hedefleri ve başa çıkma stratejilerini vurgulayan modern ÖİO teorilerini tartışmaktadırlar. Böylece psikolojik faktörlerin yaşam koşullarıyla etkileşimi, mutluluğa yol açan nedensel yollar, olaylara adaptasyonun altında yatan süreçler ve belirli değişkenlerin ÖİO'nun farklı bileşenlerine (yaşam doyumu, olumlu duygu ve olumsuz duygu) etkilerinin farklılaşmasının nedenlerini açıklayan teorilerin geliştirilebileceği savunulmaktadır.

Diener (2000), yaptığı çalışmada iyi yaşam olayları ve dışadönüklüğü, hoş duygularla ilişkilendirirken, nevrotiklik ve olumsuz yaşam olaylarını daha çok olumsuz duygularla ilişkilendirmiştir. Bu iki duygu türünün öncülleri ve sonuçları hakkında genellikle farklı sonuçlar ortaya çıktığını belirterek bunları ayrı ayrı ölçmenin gerekliliğini vurgulamıştır. Genellikle olumlu ve olumsuz duygular bir "duygu dengesi" veya genel "mutluluk" puanına birleştirilebilseler de, bu yöntem iki duygu türü hakkında değerli bilgilerin kaybedilmesine neden olacağı için önerilmemektedir. Ayrıca mutluluğu tanımlarken, hoş duyguların sıklığını ve yoğunluğunu birleştirmek mantıklı olarak görülmekte, en mutlu olarak kabul edilen insanların, zamanlarının büyük bir bölümünde yoğun bir şekilde mutlu olanlardan oluştuğu kabul görmektedir. Ancak araştırmacı duygu yoğunluğunun ÖİO'dan farklı bir faktör oluşturmasından dolayı duygu yoğunluğunun farklı ölçüm araçlarıyla tespit edilmesinin daha doğru olacağını belirtmektedir. Ülkeler arasında ortalama yaşam memnuniyeti ve gelir üzerine araştırmacının makalesinde aktardığı tabloda Arjantin, Avustralya, Bahreyn, Çin, Almanya, Yunanistan, Macaristan, Hindistan, Endonezya, Japonya, Litvanya, Singapur, İzlanda, Güney Afrika, Tanzanya, Türkiye ve Amerika Birleşik Devletleri olmak üzere 17 ülkedeki öğrencilerden oluşan örneklemler üzerine yapılan çalışmaların sonuçlarına yer verilmiştir. Çoğu ülkenin ölçeğin orta noktası olan 5,5'in üzerinde ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir. Skorun orta nokta üzerinde çıkmasının nedeni olarak ise insanların kötü bir şey olmadığında ağırlıklı olarak hoş duygular hissetmeye yatkın olmaları gösterilmiştir. Araştırmacı ayrıca ÖİO'nun tanımlamasıyla, ölçülmesi, ulusal kültürel kalıpları, ulusal endeksi, temelinde yatan süreçler olarak adaptasyon, hedefler ve mizacı tanımlamıştır.

Diener vd. (2003), ÖİO'nun insanların yaşamlarına ilişkin duygusal ve bilişsel değerlendirmelerini içeren ve halk arasında mutluluk, huzur, tatmin ve yaşam memnuniyeti olarak adlandırılan kavramları kapsadığını belirtmişlerdir. Araştırmacılar kültür, kişilik ve ÖİO'yu yaşamın duygusal ve bilişsel değerlendirmeleri açısından ele almışlardır. Dışa dönüklük, nevrotiklik ve öz saygı gibi kişilik özellikleri, ÖİO düzeylerini önemli ölçüde etkileyebildiğini belirtmişlerdir. Kişiliğin, ÖİO'daki değişkenliğin önemli bir kısmını açıklayabilse de, yaşam koşullarının da uzun vadeli düzeyleri etkileyebildiğini varsaymışlardır. Kültürel değişkenlerin ise, ÖİO'nun ortalama düzeylerindeki farklılıkları açıkladığını ve

zenginlik gibi nesnel faktörlere, uygun duyguları belirleyen normlara ve ÖİO'nun ne kadar önemli kabul edildiğine ve toplumların göreceli yaklaşma ve kaçınma eğilimlerine bağlı göründüğünü vurgulamışlardır. Kültürün ayrıca, ÖİO'yu en çok etkileyen değişkenleri de düzenleyebildiğini örneklerle açıklamışlardır. ÖİO'nun toplumlar arasında değerlendirilmesinin zor olsa da, ölçümlerin bir dereceye kadar kültürlerarası geçerliği olduğunu kabul etmişlerdir. Araştırmacılar tarafından kişilik ve kültürün ÖİO'yu etkileyen birbiriyle ilişkili faktörler oldukları aktarılmıştır. Bu iki alanın iç içe geçtiği; çünkü hem kültürün hem de kişiliğin sosyal öğrenme, genetik ve bunların etkileşimlerinden etkilendiği ve her ikisinin de ÖİO üzerinde önemli etkilerinin olduğu vurgulanmıştır. Kültür ve kişilik arasındaki paralellikler açıktır. Her ikisi de ortalama ÖİO düzeylerini etkileyebileceği gibi, insanların iyi olma deneyimleriyle ilişkili faktörleri de düzenleyebilmektedir. Dahası, kültür kişiliği etkileyebilmekte ve bunun tersi de geçerli olabilmektedir. Bu nedenle, her iki analiz düzeyi de ÖİO anlayışı için temel kabul edilmelidir. Araştırmacıların incelemedikleri literatürün bir yönü, öznel iyi olmanın sonuçlarıyla ilgili olup kişinin hayatından memnun olma deneyiminin faydaları ve maliyetleri üzerinedir.

Dolan vd. (2008), ÖİO ve belirleyicilerini ele alan ana akım ekonomi dergilerinde yayınlanan makalelerin sayısıyla da yansıtıldığı üzere, "mutluluğun ekonomisi"ne olan ilgi giderek artmaktadır. Araştırma, bu literatürün ayrıntılı bir incelemesini sunmaktadır. 1990'dan beri ekonomi dergilerinde yayınlanan makalelere, psikolojideki bazı önemli incelemelere ve önemli yayınlanmamış çalışma makalelerine odaklanmaktadır. Kanıtlar kötü sağlık, ayrılık, işsizlik ve sosyal temas eksikliğinin ÖİO ile güçlü bir şekilde negatif ilişkili olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte inceleme, ÖİO'nun nedenleri hakkında kesin sonuçlar çıkarmada bir dizi soruna dikkat çekmektedir; bunlar arasında bazı çelişkili kanıtlar, potansiyel olarak gözlemlenmeyen değişkenlerin bulgular üzerindeki etkisiyle ilgili endişeler ve nedenselliğin yönü konusunda belirsizlik yer almaktadır. Toplam 19 araştırma verileri karşılaştırmalı olarak ele alınmıştır. İncelenen ÖİO ölçütlerinin çoğunun, araştırmacılar tarafından tespit edilmeye çalışılan nesnel koşullardaki farklılıkları genel olarak ortaya koydukları vurgulanmıştır. Basit tek maddelik mutluluk ve yaşam memnuniyeti sorularının bile, çalışanlar ile işsizler, bekar olanlar ile partneriyle yaşayanlar vb. arasında önemli farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Bununla

birlikte, sonuçları çalışmalar arasında karşılaştırmanın zorlukları aktarılmştır. Sonuçlar arasındaki görünür tutarsızlığın önemli bir kaynağı, değişkenlerin farklı kategorizasyonunun ve referans kategorilerinin farklı seçimlerinden kaynaklandığı görülmüştür. Örneğin, evlilik durumu, istihdam durumu ve eğitim düzeyi biraz farklı şekillerde kategorize edilebilmekte ve referans kategorisi seçimi değişebilmektedir (örneğin, istihdam kategorisi için çalışanlar, işgücü piyasasının dışında olanlar veya çalışanlar ve serbest çalışanlar). Araştırma ÖİO'nun nedenleri hakkında kesin sonuçlara varmada karşılaşılan bir dizi sorunu vurgulamıştır; bunlar arasında bazı çelişkili kanıtlar (örneğin, örgütlere üyelik), potansiyel olarak gözlemlenmeyen değişkenlerin bulgular üzerindeki etkisiyle ilgili endişeler ve nedensellik yönü konusunda belirsizlik yer almaktadır. Bununla birlikte, ÖİO ile ilişkili olan bazı unsurlar konusunda da bir fikir birliği tespit edilmiş (örneğin, yaş, ayrılık, işsizlik ve sağlık) ve bu fikir birliği farklı veri kümeleri, farklı ülkeler, farklı zaman dilimleri ve farklı analiz yöntemleri kullanılarak doğrulanmıştır.

DeNeve ve Cooper, (1998), mutlu kişilik üzerine yapmış oldukları araştırmada meta-analiz tekniğini kullanmışlardır. ÖİO'nun korelasyonları olarak 137 farklı kişilik yapısını incelemek için 9 literatür tarama stratejisi kullanılmıştır. Kişiliğin yaşam memnuniyeti, mutluluk ve olumlu duygulanımı eşit derecede tahmin edici olduğu, ancak olumsuz duygulanımı önemli ölçüde daha az tahmin edici olduğu tespit edilmiştir. ÖİO ile en yakından ilişkili özellikler baskıcı-savunmacılık, güven, duygusal istikrar, kontrol odağı-şans, kontrol arzusu, dayanıklılık, olumlu duygusallık, özel kolektif öz saygı ve gerilim olarak bulgulanmıştır. Kişilik özellikleri beş faktör kişilik özelliklerine göre gruplandırıldığında nevrotiklik boyutunun yaşam memnuniyeti, mutluluk ve olumsuz duygulanımının en güçlü tahmin edicisi olarak görülmüştür. Olumlu duygulanımın ise ekstrovertlik ve uyumluluk tarafından eşit derecede iyi tahmin edildiği tespit edilmiştir. Araştırmada ayrıca kişiliğin ÖİO'yu tahmin etmedeki göreceli önemi, kişiliğin ÖİO'yu nasıl etkileyebileceği ve mevcut çalışmanın sınırlılıkları tartışılmıştır.

Kahneman ve Krueger (2006), ÖİO'nun ölçülmesindeki gelişmeleri incelemişlerdir. Özellikle ÖİO ölçeklerindeki sorulara verilen yanıtların bireylerin sağlık sonuçları, nörolojik işlevleri ve özellikleri ile ilişkili olması ve bazı gelecekteki davranışları

öngörmesi, verilerin en azından bireylerin duygusal durumlarının bazı özelliklerini yakalaması anlamında geçerli bir çalışma konusu olduğunu göstermektedir. Öznel ölçümün gerektirdiği birçok çekinceyle birlikte, ÖİO ölçümlerinin kabulü, ekonomi üzerinde de derin bir etkiye sahip olabilmektedir. Birincisi, ÖİO ölçümleri, geleneksel mutluluk analizine yararlı bir tamamlayıcı olabilecek ve daha doğrudan bir şekilde mutluluk analizini mümkün kılacaktır. İkincisi, mevcut sonuçlar, toplumun refahını en üst düzeye çıkarmakla ilgilenenlerin dikkatlerini tüketim fırsatlarını artırmaya odaklanmaktan sosyal temasları artırmaya odaklanmaya kaydırmaları gerektiğini gösterebilecektir. Üçüncüsü, ÖİO'ya odaklanmak, bir kişinin refahını belirlemede gelirin öneminden, toplumdaki konumunun önemine doğru bir kaymaya yol açabilecektir. Dördüncüsü, yaşam memnuniyeti nispeten istikrarlı ve önemli ölçüde uyum gösterse de, zaman tahsisindeki değişikliklerden ve en azından kısa vadede koşullardaki değişikliklerden etkilenebilecektir.

Costa ve McCrae (1980), yapmış oldukları araştırmada kişilik ve mutluluk veya ÖİO arasındaki ilişkileri inceleyen üç çalışmayı rapor etmişlerdir. Bildirilen veriler, erkeklerde sağlık ve yaşlanma üzerine disiplinlerarası uzunlamasına bir çalışma olan Normatif Yaşlanma Çalışması (Bell vd., 1972) ile işbirliği içinde yürütülen sigara ve kişilik üzerine bir proje kapsamında toplanmıştır. Her çalışma sırasında katılımcılardan yaş aralığı 35 ila 85 olanlar seçilmiştir. Örneklem büyük ölçüde gazilerden oluşmakta olup, en düşük sosyoekonomik gruplar hariç tüm gruplar iyi temsil edilmiştir. 1100 erkekten oluşan bir alt örneklemle posta yoluyla iletişime geçilmiş ve 3 aylık aralıklarla gönderilen dört anket serisini tamamlamaları istenmiştir. Dört posta gönderimi için yanıt oranları sırasıyla %79, %82, %73 ve %54 olmuştur. Araştırmada mutluluktaki bireysel farklılıklara ilişkin bir model sunulmuş, mutluluğu açıklamada özellik/uyum düzeyi teorilerinin ayrı ve tamamlayıcı rolleri tartışılmıştır. Normal insanlar için anlık mutluluğun en önemli belirleyicisinin, bireyin içinde bulunduğu öznel durum farklılıklarından kaynaklı olduğu kabul edilmektedir. Sosyal incinmeler duygularımızı incitir, diş ağrıları bizi perişan eder, iltifatlar moralimizi yükseltir, güzel bir yemek yemek bizi tatmin eder. Kişiliğin bu duyguların herhangi birine katkısı araştırmacılar tarafından minimal olarak görülmüştür. Ancak zamanla, özelliklerin küçük ama kalıcı etkileri, mutlulukta sistematik bir varyasyon kaynağı olarak ortaya çıkmaktadır; oysa az çok rastgele değişen durumsal belirleyiciler

birbirini nötrleştirmeye eğilimli göstermektedir. Öte yandan, kişisel özelliklerin sağlık, zenginlik, cinsiyet veya ırk gibi kalıcı nesnel koşullardan daha başarılı bir şekilde mutluluğu öngörmektedir. Daha fazla enerjiye, paraya veya güce sahip olarak daha mutlu olunacağına inanılmaktadır. Ancak anket araştırması verileri, bu koşulların ÖİO tahminleri üzerinde çok sınırlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir.

Diener ve Chan (2011) tarafından yüksek ÖİO halinin (yaşam memnuniyeti, olumsuz duyguların yokluğu, iyimserlik ve olumlu duygular gibi) daha iyi sağlık ve uzun ömre neden olduğunu gösteren yedi farklı kategoride toplanabilen araştırmaların kanıtları incelenmiştir. Örneğin, normal popülasyonlar üzerinde yapılan prospektif boylamsal çalışmalar, başlangıçtaki sağlık ve sosyoekonomik durum kontrol edildiğinde, olumlu duygu durumu gibi çeşitli öznel iyilik hali türlerinin sağlık ve uzun ömrü öngördüğüne dair kanıt sağlamaktadır. Deneysel insan ve hayvan araştırmaları ile ÖİO halinin ve fizyolojik süreçlerin zaman içindeki değişimine ilişkin doğalcı çalışmalarla birleştirildiğinde, ÖİO halinin sağlıklı popülasyonlarda sağlık ve uzun ömrü etkilediği iddiası oldukça ikna edici gibi gözükmektedir. Bununla birlikte, ÖİO halinin kanser gibi belirli hastalıklara sahip kişilerin yaşam sürelerini uzattığı iddiası tartışmalı olmaya devam etmektedir. Olumlu duygular, olumsuz duyguların ötesinde uzun ömrü ve sağlığı öngörmektedir. Ancak, yoğun bir şekilde uyarılmış veya manik olumlu duygu durumu sağlığa zararlı olabilmektedir. Araştırmada son olarak nedensellik, etki büyüklüğü, ÖİO hali türleri ve istatistiksel kontroller gibi konular tartışılmıştır.

Diener (1994), ÖİO'yu insanların uzun vadeli hoş duygular, hoş olmayan duyguların yokluğu ve yaşam memnuniyeti düzeylerini kapsadığını belirtmiştir. ÖİO'nun öz bildirim ölçümleri yeterli geçerlik, güvenirlik, faktör değişmezliği ve değişime duyarlılık göstermektediği tespit edilmiştir. Bugüne kadarki ölçümlerin başarısına rağmen, ÖİO'yu tanımlamak ve ölçmek için daha gelişmiş yaklaşımların artık mümkün olduğu vurgulanmıştır. Duygu yüz, fizyolojik, motivasyonel, davranışsal ve bilişsel bileşenleri içermektedir. Öz bildirimler öncelikle duygunun bilişsel bileşenini değerlendirmekte ve bu nedenle katılımcıların duygusal yaşamlarının tam bir resmini vermesi olası görünmemektedir. Örneğin inkâr, diğer bileşenlerden daha ÖİO'nun öz bildirimlerini etkileyebilmektedir. Duygular yoğunluk gibi bir dizi boyutta değişen tepkiler olup; bu da mevcut ölçümlerle yakalanan ortalama duygu düzeylerinin öznel

iyilik halinin tam bir açıklamasını vermediğini göstermektedir. Bilişsel psikolojideki gelişmeler, hafıza geri çağırma, bilgi olarak ruh hali ve ölçekleme süreçlerindeki farklılıkların ÖİO'nun öz bildirimlerini etkileyebileceğini göstermektedir. İletişim teorileri, ÖİO'ya ilişkin öz bildirimlerde verilmesi muhtemel bilgi türlerine dikkat çekmektedir. Psikolojiden gelen bu gelişmeler, ÖİO'yu değerlendirmek için çok yöntemli bir yaklaşımın, olgunun daha kapsamlı bir tasvirini oluşturacağını göstermektedir. Çok yönlü bir test bataryası yalnızca daha güvenilir veriler üretmekle kalmayacak, aynı zamanda çeşitli ölçüm yöntemleri ve iyi oluşun çeşitli bileşenleri arasındaki tutarsızlıklar, ÖİO göstergelerini ve iyi oluşta grup farklılıklarını daha iyi anlamamıza yardımcı olacaktır. Biliş, kişilik ve duygu bilgisi de ÖİO'nun gelişmiş teorik tanımlarının geliştirilmesine yardımcı olacaktır. Örneğin, yaşam memnuniyetinin, katılımcıların şu anda önemli olan bilgilere dayanarak oluşturdukları bir yargı olduğu teorize edilmektedir. Depresyon veya kaygı gibi olumsuz tepkilerin ölçülmesinin insanların iyi oluşunun eksik bir resmini verdiği ve yaşam memnuniyeti ile olumlu duyguların da ölçülmesinin zorunlu olduğu sonucuna varılmıştır.

Steel vd. (2008), kişilik ve ÖİO arasındaki ilişkinin iyileştirilmesi üzerine çalışmışlardır. Önceki meta-analizler, kişilik özelliklerinin en iyi tahmin edicilerden biri olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte, bu geçmiş sonuçlar, çeşitli akıl yürütme biçimlerinin önerdiğinden daha zayıf, yalnızca orta düzeyde bir ilişkiyi göstermektedir. Bunun nedeni, araştırmacıların analizlerinde özünde farklı ölçümleri bir araya getirmeleri olarak görülebilecektir. Araştırmacılar bu sorunu doğrudan ele alarak, bireysel kişilik ölçümlerine ve ÖİO kategorilerine odaklanmaktadırlar. Ek olarak, yazarlar çok değişkenli bir yaklaşım benimseyerek, kişilik özelliklerinin bireysel olarak ve birlikte ne kadar varyansı açıkladığını değerlendirmektedir. Sonuçlar, farklı kişilik ve ÖİO ölçeklerinin önemli ölçüde farklı olabileceğini ve ikisi arasındaki ilişkinin, önceki meta-analizlerin gösterdiğinden tipik olarak çok daha büyük olduğunu göstermektedir. Kişilik tarafından açıklanan toplam ÖİO varyansı %39'a veya düzeltilmiş haliyle %63'e kadar ulaşabilmektedir. Bu sonuçlar ayrıca genel olarak meta-analizlere ve yeterli araştırma tabanı oluşturulduktan sonra ölçek farklılıklarını hesaba katma ihtiyacına da işaret etmektedir.

2.3 Nörobilişsel Performans

Nörobilişsel performans, beynin sinirsel işleyişi ile bilişsel süreçler arasındaki ilişkinin bir göstergesi olarak değerlendirilmektedir (İnan vd., 2025). Bu kavram, nöronlar arasındaki etkileşimin düzeyi kadar, bu etkileşimin ne derece etkili ve verimli gerçekleştiğini de kapsamaktadır. Bilişsel süreçlerin biyolojik temellerini inceleyen çalışmalar, özellikle dikkat, öğrenme, hafıza, düşünme ve problem çözme gibi zihinsel işlevlerin beyindeki sinirsel ağlarla bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle nörobilişsel performans, bireyin zihinsel görevleri yerine getirirken kullandığı bilişsel kapasitenin sinirsel temelini yansıtır. İşlem hızı, yönetici işlevler, dikkat ve hafıza bu yapının en önemli bileşenleri arasında yer almaktadır. Bu bileşenler sırasıyla bilginin hızlı işlenmesini, davranışların planlanıp düzenlenmesini, göreve odaklanmayı ve bilginin depolanarak hatırlanmasını ifade etmektedir (Susanty vd., 2022; Pedersen, 2024; İnan vd., 2025).

2.3.1 Nörobilişsel Performans Kavramı

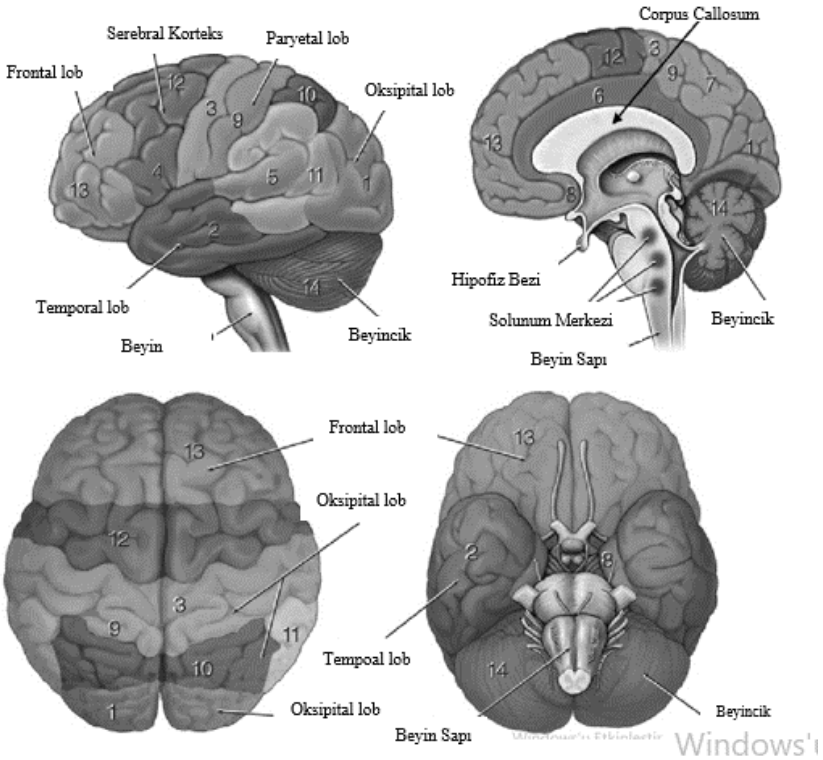
Bilişsel beceriler, bilgi edinmenizi sağlayan ve size düşünme yeteneği veren zihinsel süreçlerdir. Nörobilişsel işlevler, beynin belirli bölümlerine veya beyindeki yollara bağlı zihinsel süreçlerdir. Nörobilişsel performans, nörobilim ve bilişsel bilimlerin birleşiminden ortaya çıkan bir kavramdır ve bireyin beyin fonksiyonları ile ilgili bilişsel süreçlerini ifade eder (Gökoğlu, 2023; İnan vd., 2025). Bu süreçler, algılama, dikkat, hafıza, dil kullanımı, problem çözme, karar verme ve yürütücü işlevler gibi geniş bir yelpazeyi kapsar (Silverstein vd., 2007).

Nörobilişsel performansı etkileyen faktörler arasında yaş (Register-Mihalik vd., 2012), genetik yapı (Donohoe vd., 2013), çevresel etkiler, yaşam tarzı ve eğitim düzeyi yer alır (Batshaw vd., 2013). Aynı zamanda stres, uyku düzeni, beslenme ve fiziksel aktivite gibi günlük yaşam faktörleri de nörobilişsel performansı önemli ölçüde etkileyebilir (da Rosa Piccolo vd., 2014). Bu performansın değerlendirilmesi, çeşitli nöropsikolojik testler ve beyin görüntüleme teknikleri kullanılarak yapılabilir (Gökoğlu, 2023). Nörobilişsel performans, bireyin günlük yaşamında ve profesyonel faaliyetlerinde başarılı olabilmesi için kritik bir unsurdur ve bu performansın

korunması ve geliştirilmesi üzerine yapılan çalışmalar, nörobilim ve bilişsel bilimlerin önemli bir araştırma alanını oluşturmaktadır. Nörobilişsel performansın anlaşılması için öncelikle beynin anatomisi ardından da nörobilişsel işlevler; dikkat, hafıza, yürütücü işlevler (Gökoğlu, 2023) incelenmelidir.

2.3.2 Beyin Anatomisi

Beyin, kafamızın içinde, milyarlarca minik hücreden oluşan, yaklaşık 1,5 kg ağırlığında, hayret verici, canlı bir organdır. Beyin, etrafımızdaki dünyayı hissetmemizi (dokunmamızı, koklamamızı, görmemizi ve duymamızı vb.), düşünmemizi ve dünyaya tepki vermemizi sağlar (Zhang, 2019). Beyin üç ana bölümden oluşmaktadır; beyin sapı, beyincik ve serebrumdur. Bu bölümler arasında en fazla alan serebruma aittir (Kırımlı, 2024). Serebrum ayrıca yaklaşık olarak simetrik sol ve sağ serebral hemisferlere bölünmüştür. Duyusal algının, hafızanın, düşüncelerin ve yargılamanın merkezi olarak işlev görür; aynı zamanda istemli motor aktivitelerin merkezi olarak da görev yapar (Zhang, 2019). Serebrum'u oluşturan beş anatomik lob vardır: frontal, parietal (yan), oksipital (arka), temporal (şakak) ve insular. Frontal, parietal ve oksipital loblar arka arkaya önden takip edilebilir. Temporal loblar serebrumun her iki yanındadır ve insula lateral fissürün derinliğindedir. Bu şekilde serebral lob tanımlaması ve bölümlendirilmesi bilim camiasında sıkı bir şekilde kabul edilmektedir (Uddin vd., 2017; Casillo vd., 2020). Frontal loblar motor kontrol, boşaltım, biliş ve nöropsikiyatrik fonksiyon gibi birçok süreçte rol oynamaktadır (Chayer ve Freedman, 2001). İnsanda toplam neokorteksin neredeyse üçte biri frontol lobda yer alır (Fuster, 1993). Temporal lob koku ve sesi algılamada, basit olmayan uyaranların anlamlandırılmasında, parietal lob duygu işlemede, oksipital lob görmede, insular ise duyuların hareketlerle birleştirilmesinde rol oynamaktadır (Göksu, 2020). Beynin her bölgesinin kendine özgü özellikleri ve işlevleri bulunmaktadır. İşlevler bölgeler için kesin sadece o bölgeye özgü olarak kabul edilmemektedir. Bunun temel sebebi herhangi bir işlevle ilgili olarak beynin birçok bölgesinin aktiflenebilmesidir. Buna rağmen bir takım işlevler için beynin en çok aktiflendiği bölgeler belirtilebilmektedir (Şengönül, 2023).



Şekil 2.5 Beynin anatomisi ve fonksiyonel alanları (Zhang, 2019)

Yukarıda yer alan şekilde beynin anatomisi ve fonksiyonel alanları gösterilmektedir. Sol üstte beynin yandan görünümü, sağ üstte kesitsel görünümü, sol altta üstten görünümü ve sağ altta alttan görünümü yer almaktadır. 1 numaralı bölge görsel alan olup görüş, görüntü tanıma, görüntü algılama, görsel-uzaysal işleme, mesafe ve derinlik algısı, renk belirleme, nesne ve yüz tanıma ve hafıza oluşumu ile ilişkilidir (Flores, 2002). 2 numaralı bölge çağrışım bölgesi olup kısa süreli bellek, duygu ve dengeyele ilgilidir (Kiernan, 2012). 3 numaralı bölge motor işlev alanı olup istemli kasların başlatılmasıyla ilgilidir (Hanakawa vd., 2003). 4 numaralı bölge Broca alanı olup konuşma kaslarıyla ilgilidir (Keller vd., 2009). 5 numaralı bölge işitsel alan olup işitmeyle ilgilidir (Liegeois-Chauvel vd., 1991). 6 numaralı bölge duygusal alan olup acı, açlık, savaş ya da kaç tepkisiyle ilgilidir (Esslen vd., 2004; Pessoa, 2017). 7 numaralı bölge duyusal ilişki alanıdır (Lin ve Kondo, 2024). 8 numaralı bölge koku alanıdır (Vance vd., 2024). 9 numaralı bölge algısal alan olup kaslardan ve deriden gelen algılanımlarla ilgilidir (Metzner ve Juranek, 1997). 10 numaralı bölge beden duyumu çağrışım alanı olup nesne tanıma için ağırlık, doku, sıcaklık vb. değerlendirilmesiyle ilgilidir (Iwamura, 2003). 11 numaralı bölge Wernicke alanı olup yazılı ve sözlü dili anlamayla ilgilidir (Bogen ve Bogen, 1976; de Witt ve

Rauschecker, 2013). 12 numaralı alan motor fonksiyon alanı olup göz hareketi ve yönelimiyle ilgilidir (Shaikh ve Zee, 2018). 13 numaralı alan daha yüksek zihinsel işlevler alanı olup konsantrasyon, planlama, yargılama, yaratıcılık, duygusal ifade ve engellemeyle ilgilidir (Smith, 1991; Latino ve Tafuri, 2024). 14 numaralı bölge motor fonksiyonlarla ilgili olup hareket koordinasyonu, denge ve duruşla (posture) ilgilidir. 14 numaralı alan beyinciğin fonksiyonel alanıdır (Arleo vd., 2024).

2.3.3 Yürütücü İşlevler

Yürütücü işlev amaçlı, hedefe yönelik davranışlardan sorumlu, birbiriyle ilişkili süreçlerin bir bütününü içeren bir şemsiye terimdir. Bu yürütme süreçleri, dış uyaranların sentezi, hedef ve stratejilerin oluşturulması, eyleme hazırlık, plan ve eylemlerin uygun şekilde uygulandığının doğrulanması için gereklidir. Yürütücü işlev ile ilişkili süreçler çoktur, ancak temel unsurlar arasında öngörü, hedef seçimi, planlama, aktivitenin başlatılması, öz düzenleme, zihinsel esneklik, dikkatin yoğunlaştırılması ve geri bildirimin kullanılması yer alır. Yürütücü süreçler çocukluk ve ergenlik boyunca gelişir ve çocuğun bilişsel işleyişinde, davranışında, duygusal kontrolünde ve sosyal etkileşiminde önemli bir rol oynar (Anderson, 2002). Çünkü yürütme becerilerindeki eksiklikler sıklıkla prefrontal korteksteki hasarın ardından gelmesinden dolayı beynin ön bölgelerinin yürütücü işlevlere aracılık ettiği düşünülmektedir (Grattan, 1991; Shallice ve Burgess, 1991; Rolls vd., 1994). Bu görüşü destekleyen fonksiyonel nörogörüntüleme çalışmaları, yürütücü işlev testleri yapan bireylerde prefrontal kortekste anlamlı aktivasyon gözlemlenmiştir (Morris vd., 1993; Rezai vd., 1993; Baker vd., 1996). Yürütücü işlevi destekleyen sinir sistemleri çok sayıdadır, karmaşıktır ve beyin sapı, oksipital, temporal ve parietal lobların yanı sıra limbik ve subkortikal bölgeler de dahil olmak üzere neredeyse tüm diğer beyin bölgeleriyle bağlantılara bağımlı olan prefrontal korteks ile ilişkilidir (Eslinger ve Grattan, 1993; Alexander ve Stuss, 2000; Anderson, 2002).

Bireyin yeni plan ve stratejiler oluşturmasını ve bunların etkinliğini izlemesini gerektirdiği için yeni veya karmaşık görevlerde yürütme becerilerinin etkinleştirildiği, basit veya rutin görevlerin ise içgüdüsel olarak ve yürütme süreçlerinin etkinleştirilmeksizin yerine getirildiği ileri sürülmektedir (Anderson vd., 2000).

Bu önermeyle tutarlı olarak Anderson (2002), yürütücü işlevi değerlendirmek için bir testin yeni, karmaşık olması ve bilgilerin entegrasyonunu içermesi gerektiğini belirtir. Bununla birlikte, bir görevi rutin, aşırı öğrenilmiş, karmaşık veya yeni olarak tanımlamak her zaman basit değildir; çünkü bir kişi için karmaşık veya yeni olan bir şey, bir başkası için basit veya rutin olabilir (Alexander ve Stuss, 2000). Ayrıca bazı teorisyenler tüm bilişsel testlerin bir dereceye kadar yürütücü işlevleri içerdiğini iddia etmektedir (Della Sala vd., 1998; Alexander ve Stuss, 2000). Testin yorumlanmasında mevcut yürütücü işlev testlerinin çoğu, hem yürütücü hem de yürütücü olmayan süreçlere dokunan karmaşık, zorlu ve çok yönlü görevleri içerir ve buna göre bu testler bilişsel bozulmaya duyarlıdırlar (Anderson, 2002). Bununla birlikte, görev performansını yorumlarken çeşitli bilişsel süreçlerin etkisini parçalara ayırmak zordur ve sonuç olarak bu testler sıklıkla belirli bilişsel eksiklikleri ayırt etme kapasitesinden yoksundur. Performansı yorumlarken niceliksel verilere aşırı güvenmek, kişisel ve durumsal faktörlerin yanı sıra önemli görev davranışlarının dikkate alınmaması nedeniyle testin tanısal faydasını sınırlayabilir. Bu sınırlamanın üstesinden gelmek için test performansı, niceliksel (örneğin, başarı/başarısızlık, gecikme, hata sayısı vb.), niteliksel (örneğin, motivasyon, enerji, dikkat, dikkat dağıtıcı şeyler vb.) ve bilişsel süreç (örn. süreç, stratejiler, eylemler vb.) metodolojileri içeren bir mikro analitik yaklaşım kullanılarak değerlendirilebilir. Nörobilişsel performans hakkında mümkün olduğunca fazla bilgi kaydetmek için tasarlanan épuanlama sistemleriénin yürütücü işlev testlerinin tanısal faydasını artırması muhtemeldir (Silverstein vd., 2007; Boone, 2018; Pinto vd., 2023).

2.3.4 Hafıza

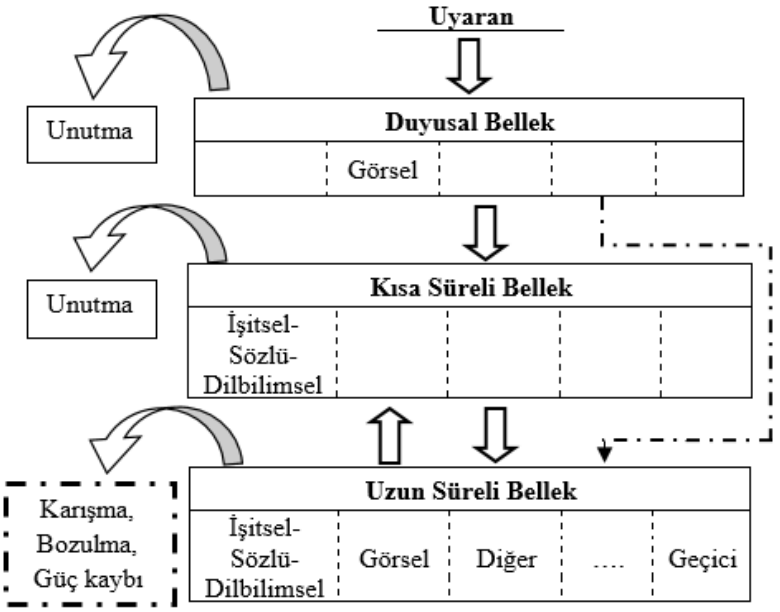
Bilgiyi edinim, saklanması ile onun tekrar çağırılmasını içeren süreçlere hafıza denmektedir. Hafıza bellek ile eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Her ne kadar hafızanın sadece tek bir bellek sistemine ait olduğunu savunan muhalif araştırmacılar (Cowan, 1988; Crowder, 1993; Brown vd., 2007) olsa da hafıza üç ana işlevde incelenmektedir: duyusal bellek, kısa süreli belek ve uzun süreli bellek (Atkinson ve Shiffrin, 1968; Norris, 2017).

Duyusal bellek bilgileri zamansal olarak az, kısa süreli bellek geçici ve uzun süreli bellekte kalıcı olarak saklamaktadır (Gökoğlu, 2023). Bir uyaran sunulduğunda, bu uyaranın uygun duyusal boyutlarda anında kaydı duyusal bellekte gerçekleşir. Gelen bilgilerin de bir ilk kaydının alındığı açıktır, ancak diğer kayıtlar gibi kayda değer bir bozulma süresine sahip olup olmadığı veya bunları hafıza bileşenleri olarak adlandırmamızı sağlayacak başka herhangi bir özelliği olup olmadığı açık değildir (Atkinson ve Shiffrin, 1968; Sperling, 2019). Duyusal hafıza izlerinin oluşumu dikkatten bağımsızdır, duyusal hafıza izlerinde saklanan bilgi kendine özgüdür, geleneksel anlamlı kategorilerden daha iyi bir çözünürlüğe sahiptir ve kısa bir süre içinde kaybolmaktadır (Winkler ve Cowan, 2005).

Hafızanın ikinci temel bileşeni kısa süreli bellek olup "birincil hafıza" olarak da kabul edilebilir (Jonides vd., 2008). Kısa süreli bellek, dinlenme veya temel seviyenin üzerindeki sinir yapılarının geçici olarak aktivasyonuyla ilgilidir (Baddeley ve Hitch, 1993). Kısa süreli belleğe giren bilginin bozulacağı ve tamamen yok olacağı varsayılır, ancak bilginin kaybolması için gereken süre duyusal bellekten çok daha uzundur. Peterson ve Peterson, (1959) araştırmalarında bilginin 20 saniye kadar kısa süreli bellekte kaldığını tespit etmişlerdir. Kısa süreli belekteki bilginin niteliği duyusal girdinin biçimine bağlı değildir. Örneğin, görsel olarak sunulan bir kelime, işitsel olarak sunulan kelimden daha önce kodlanabilmektedir. Ayrıca örtük öğrenme yalnızca kısa süreli bellek gerektiren görevlerde de gerçekleşebilmektedir (Norris, 2017).

Hafızanın son ana bileşeni uzun süreli bellektir. Kısa süreli bellek gibi kodlama, saklama ve hatırlama gibi temel süreçleri içerir (Brown vd., 2007; Norris, 2017). Uzun süreli bellek diğer belleklerden farklı olarak, burada saklanan bilgiler diğer belleklerdeki gibi bozulmaz ve kaybolmaz. Sonunda tüm bilgiler duyusal bellek ve kısa süreli bellekten tamamen kaybolurken, uzun süreli bellekteki bilgi nispeten kalıcıdır. Uzun süreli belleğin kapasitesi sınırsızdır ve stabildirki bilgiler yıllarca, hatta ömür boyu kalabilir. Kısa süreli anılar, konsolidasyon olarak bilinen bir süreçle uzun süreli anılara dönüşebilir. Öğrenmenin kalıcı olması için uzun süreli bellek kayıtların nöronlara işlenmesini sağlamaktadır (Engin vd., 2008). Uzun süreli hafıza önemlidir çünkü hayatımızdaki önemli olayları hatırlamamıza yardımcı olur. Hayatta kalmamıza

katkıda bulunan, öğrendiğimiz beceri ve davranışlara erişmek için de uzun süreli hafızayı kullanırız (Friedman vd., 2018). Bilgiler anlamsal olarak işlenmektedir (Güngör, 2008).



Şekil 2.6 Bellek sisteminin yapısı (Atkinson ve Shiffrin, 1968: 93)

Yukarıda yer alan şekilde bellek sistem yapısı aktarılmıştır. Üç bellek arasındaki bilgi akışı büyük ölçüde beynin kontrolü altındadır. Bellekler arasındaki bilgi akışı ve aktarımı seçilen bilgilerin bir bellekten diğerine kopyalanmasıdır. Bu kopyalama, aktarılan bilgiler ilgili bellekten kaldırılmadan gerçekleşir. Bilgi aktarıldığı bellekte kalır ve o bellekte bozulma belleğin özelliklerine göre gerçekleşir. Sistemdeki bilgi akışı dikkate alınırken, onun duyusal kayda ilk girişiyle başlar. Bir sonraki adım, kayıttaki bilgilerin beyin kontrollü taranmasıdır; Bu taramanın ve ilgili uzun vadeli depolama araştırmasının bir sonucu olarak, seçilen bilgiler kısa süreli belleğe dahil edilir. Uzun süreli belleğe transferin, bilginin kısa süreli bellekte bulunduğu süre boyunca gerçekleştiği varsayılmaktadır (Norris, 2017). Ancak aktarılan bilginin miktarı ve şekli kontrol süreçlerinden önemli ölçüde etkilenmektedir. Duyusal kayıttan uzun süreli belleğe doğrudan aktarım olma olasılığıda bulunmaktadır. Son olarak, çoğunlukla beynin kontrolünde, uzun süreli bellekten kısa süreli belleğe de geçiş söz konusudur; bu tür bir aktarım, örneğin problem çözmede, hipotez test etmede ve genel olarak "düşünmede" meydana gelebilmektedir (Atkinson ve Shiffrin, 1968; Ericsson ve Kintsch, 1995).

2.3.5 Dikkat

Göreve, nesneye veya bellli bir bilgiye odaklanmaya dikkat denilmektedir. Hafıza ve lgı gibi bilişsel süreçlerin temel bileşeni oluş etrafımızdaki uyaranlardan önemli addedilenlerin seçimini sağlamaktadır. Günlük yaşantıda ve bilişsel işlevler açısından bakıldığında fiziki, ruhsal ve duygusal sağlık hususunda, yaratıcılık ve problem çözmede, günülük görelerle onların verimliliğinde, akademik başarıda ve en önemlisi öğrenme konularında başat rol konumundadır (Kasof, 1997; Dayan vd., 2000; Gottlieb, 2012; Akça vd., 2018; Aksoy, 2022; Gunsilius vd., 2024). Dikkat performans değerlendirmesi açısından başta gelen bir bileşendir (Posner vd., 2015).

Farklı dikkat işlevlerini yerine getiren, kısmen ayrılmış beyin alanları ağlarına ilişkin kanıtlar mevcuttur. İnsanın uzaysal konumlarına bağlı olarak görsel uyaranlara dikkat edebilme yeteneği, parietal korteksi gerektirir (Corbetta vd., 2000). Intraparietal korteksin ve üst frontal korteksin bazı kısımlarını içeren bir sistem, uyaranlar ve tepkiler için hedefe yönelik (yukarıdan aşağıya) seçimin hazırlanması ve uygulanmasında rol oynar. Bu sistem aynı zamanda uyaranların tespiti ile de modüle edilir. Temporoparietal korteks ve alt frontal korteksi içeren ve büyük ölçüde sağ yarımkürede lateralize olan diğer sistem, yukarıdan aşağıya seçimde yer almaz. Bunun yerine, bu sistem davranışsal olarak ilgili uyaranların, özellikle de belirgin veya beklenmedik olduklarında tespit edilmesi için uzmanlaşmıştır. Bu ventral frontoparietal ağ, sırt sistemi için bir ‘devre kesici’ görevi görerek dikkati belirgin olaylara yönlendirir. Her iki dikkat sistemi de normal görme sırasında etkileşime girmektedir (Corbetta ve Shulman, 2002).

Posner ve Boies (1971) dikkatin incelenmesini üç bileşene ayrmaktadır. Bunlar; uyanıklık, seçicilik ve işleme kapasitesidir. Tüm dış bilgilerin işlenmesi için uyanıklığı artırmak, belirli uyaranların seçimini geliştirmek veya her ikisini aynı anda yapmak için bir uyaranın kullanıması dikkati arttırmaktadır. Uyanıklığın ve seçiciliğin gelişimi birbirinden ayrılabilir ancak herhangi bir müdahale olmaksızın birlikte ilerleyebilirler. Ayrıca, bir uyarının kodlanması diğer sinyallerle etkileşime yol açmadan ilerleyebilmektedir. Dolayısıyla, harici bir uyaran ile onun hafızadaki temsili arasındaki temas, işlem kapasitesi gerektirmemektedir. İşlevsel nörogörüntüleme

birçok bilişsel görevin, etkinleştirdikleri beyin alanları açısından analiz edilmesine olanak sağlamıştır (Corbetta ve Shulman, 2002). Görüntüleme verileri, dikkatin farklı yönleriyle ilgili Posner ve Boies (1971) çalışmasına benzer şekilde üç ağın varlığını desteklemiştir. Bu bağıntılar dikkatin uyarma, yönlendirme ve yürütme görevleridir (Posner ve Fan, 2008). Üç ağda yer alan anatomi ve kimyasal modülatörlerin bir özeti aşağıdaki tabloda gösterilmiştir (Posner ve Rothbart, 2007).

Tablo 2.6 Dikkat ağlarında yer alan anatomi ve kimyasal modülatörler

İşlev	Yapı	Düzenleyici
Uyarma	Sağ frontol	Norepinefrin
	Paryetal korteks	
	Locus coeruleus	
Yönlendirme	Superior parietal	Asetilkolin
	Frontol göz alanı	
	Superior kollikulus	
	Temporal parietal kavşak	
Yürütme	Prefrontal	Dopamin
	Bazal ganglia	
	Lateral ventral	
	Ön singulat	

Uyarma, gelen uyaranlara karşı yüksek hassasiyet durumuna ulaşmak ve bunu sürdürmek olarak tanımlanır; Yönlendirme, duyusal girdilerden bilgilerin seçilmesidir; ve Yürütme, düşünceler, duygular ve tepkiler arasındaki çatışmayı izlemeye ve çözmeye yönelik mekanizmaları içerir. Uyarı sistemi talamik bölgelerin yanı sıra korteksin frontal ve parietal bölgeleriyle de ilişkilendirilmiştir (Posner ve Dehaene, 1994; Fan vd., 2005). Uyanıklığı değiştirmenin özellikle etkili bir yolu, hedeflerden önce uyarı sinyallerini kullanmaktır. Uyarı sinyallerinin uyanıklık düzeyi üzerindeki etkisinin, sinirsel aktivitenin nörotransmitter norepinefrin tarafından modüle edilmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir (Berridge ve Spencer, 2016).

Yönlendirme, dikkati bir duyusal sinyal kaynağına yönlendirmeyi içerir. Bu, göz hareketlerinin dikkat sürecine eşlik etmesi gibi açık olabilir veya herhangi bir göz hareketi olmaksızın gizli olarak meydana gelebilir. Görsel olaylara yönelik yönlendirme sistemi, superio parietal lob ve temporal parietal kavşak dahil olmak üzere arka beyin alanlarıyla ve ayrıca ön göz alanları ile ilişkilendirilmiştir (Corbetta ve Shulman, 2002). Yönlendirme, bir hedefin uzayda nerede meydana gelebileceğini gösteren bir işaret sunularak ve böylece dikkatin işaretli konuma yönlendirilmesiyle

değiştirilebilir (Posner, 1980). Fonksiyonel manyetik rezonans görüntülemeyle üst parietal lobun bir işaretin sunulmasını takiben yönlendirmeyle ilişkili olduğu öne sürülmektedir (Corbetta ve Shulman, 2002). Düzeltilmemiş bir yerde bir hedef belirdiğinde ve dikkatin ayrılıp yeni bir yere taşınması gerektiğinde, temporal parietal kavşakta aktivite oluşur (Young vd., 2010). Temporal parietal kavşak lobu ve superior temporal lob lezyonları sürekli olarak yönlendirme zorluklarıyla ilişkilendirilmiştir (Karnath vd., 2001).

Dikkatin yönetici kontrolü genellikle Stroop görevinin çeşitli versiyonları gibi çatışma içeren görevlerle incelenir. Stroop görevinde denekler, renk sözcüğü adını (örneğin mavi) göz ardı ederek mürekkebin rengine (örneğin kırmızı) yanıt vermelidir (Bush vd., 2000). Stroop görevindeki çatışmayı çözmek, orta düzlem frontal bölgenin (ön singulat) ve lateral prefrontal korteksi harekete geçirmektedir (Botvinick vd., 2001). Ayrıca, merkezi bir hedef ile hedefle uyumlu veya uyumsuz olabilen çevredeki yan taraflar arasındaki çatışmayı içeren görevlerde bu ağın etkinleştirildiğine dair kanıtlar da bulunmaktadır (Botvinick vd., 2001; Fan vd., 2005). Duyusal girdiyi modüle etmede ön singulatın rolü bulunmakta ve duyusal alanlar için diğer beyin alanlarını düzenlemektedir (MacDonald vd., 2000). Yürütücü dikkat ağının, zekanın altında yatan çok çeşitli bilişsel görevlerin yanı sıra, olumlu ve olumsuz duygulanımın öz düzenlemesinde de yer aldığı görülmektedir (Duncan vd., 2000).

2.4 İşyerinde Merak ve Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişki

İşyeri bağlamında merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin, hem genel psikoloji hem de örgütsel davranış alanyazınında giderek daha görünür hâle geldiği görülmektedir. Merak, bireyin yeni bilgiye yönelmesini, belirsizliği araştırmasını, bilgi boşluklarını gidermeye çalışmasını ve farklı bakış açılarına açık olmasını sağlayan bir eğilim olarak tanımlanırken, öznel iyi oluş ise yaşam doyumu ile olumlu ve olumsuz duyguların birey tarafından öznel değerlendirilmesini içeren çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır. Merakın iyi oluşla ilişkisine odaklanan erken bulgular, merakın yalnızca anlık ilgi ya da keşif eğilimi olmadığını; anlam bulma, günlük yaşantıda canlılık hissetme ve sürdürülebilir iyi oluş üzerinde de olumlu rol oynayabildiğini göstermektedir (Kashdan ve Steger, 2007). Örgütsel bağlamda

geliştirilen güncel çalışmalar ise işyeri merakının keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım ve fikirlere açıklık gibi boyutlardan oluştuğunu ve bu boyutların iş tatmini, işe bağlılık ve sosyal destek gibi sağlıklı işleyiş göstergeleriyle anlamlı ilişkiler sergilediğini ortaya koymaktadır (Kashdan vd., 2020). Bu durum, işyerinde merakın yalnızca bilişsel bir eğilim değil, aynı zamanda çalışanların işleriyle kurdukları psikolojik ilişkinin niteliğini etkileyen bir kişisel kaynak olarak değerlendirilebileceğini düşündürmektedir. Nitekim örgütlerde merakın çok düzeyli işleyişini ele alan güncel değerlendirmeler, merakın işe angajman, üretkenlik, yaratıcılık ve yenilik olasılığını artıran temel bir mekanizma olduğunu vurgulamaktadır (Kashdan vd., 2023). Bununla birlikte, bu ilişkinin doğrusal ve koşulsuz olmadığı, merakın öznel iyi oluşa katkısının örgütsel iklim, görev yapısı ve kişilerarası güven gibi bağlamsal koşullara bağlı olarak güçlenebildiği ya da zayıflayabildiği anlaşılmaktadır. Özellikle psikolojik güvenliğin yüksek olduğu iş ortamlarında çalışanların soru sorma, hata tartışma, yeni fikirleri dile getirme ve farklı görüşleri deneme konusunda daha fazla kişilerarası risk alabildikleri görülmektedir. Bu durumunda öğrenme davranışını ve işlevsel katılımı desteklediği düşünülmektedir (Edmondson, 1999). Bu çerçevede değerlendirildiğinde, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki, yalnızca bireysel bir özellik ile duygusal bir sonuç arasındaki basit bir bağdan ibaret olmayıp, çalışanın keşif yönelimi ile örgütün sunduğu psikolojik güvenlik, öğrenme fırsatı ve sosyal destek koşullarının etkileşimi içinde şekillenen dinamik bir süreçtir. Dolayısıyla işyerinde merak, çalışanların yeni bilgi arama, farklı düşüncelere açıklık gösterme ve belirsizlikle yapıcı biçimde baş etme kapasiteleri üzerinden öznel iyi oluşu destekleyebilen ve etkisi örgütsel bağlam tarafından belirgin biçimde koşullanan önemli bir psikolojik kaynak olarak değerlendirilebilmektedir (Edmondson, 1999; Kashdan ve Steger, 2007; Kashdan vd., 2020; Kashdan vd., 2023).

2.4.1 Değişkenler Arasındaki İlişkinin Kuramsal Temelleri

Bu bölüm, çalışmanın kuramsal çerçevesini oluşturan Kaynakların Korunumu Kuramı (KKK) temelinde, işyerinde merak, nörobilişsel performans ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri bütüncül bir perspektifle ele almayı amaçlamaktadır. KKK, bireylerin sınırlı bilişsel, duygusal ve fiziksel kaynaklarını koruma, artırma ve kayıp

riskinden kaçınma eğiliminde olduğunu varsayarak, psikolojik süreçlerin yalnızca çıktılar üzerinden değil, bu çıktılara hangi kaynak maliyetleriyle ulaşıldığı üzerinden anlaşılması gerektiğini vurgulamaktadır. Bu yaklaşım, özellikle bilişsel olarak talepkâr bir süreç olan merakın, birey için her koşulda olumlu sonuçlar üretmediği; aksine belirli koşullar altında kaynak tüketimi ve zorlanma yaratabileceği varsayımını kuramsal olarak temellendirmektedir.

Bu bağlamda, KKK çerçevesi, merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkilerinin neden bireyler arasında farklılaştığını ve nörobilişsel performans düzeylerinin bu ilişkide nasıl düzenleyici bir rol oynayabileceğini açıklamak için güçlü bir analitik zemin sunmaktadır. Kaynak kazanımı ve kaynak kaybı dinamiklerini merkeze alan bu kuramsal yaklaşım, merakın yalnızca motive edici bir özellik değil, aynı zamanda bilişsel kapasiteye duyarlı bir kaynak yatırımı olduğunu ileri sürmektedir. Bu nedenle bu bölüm, işyerinde merak ile öznel iyi oluş (ÖİO) arasındaki ilişkinin neden her bireyde aynı yönde ve aynı güçte ortaya çıkmadığını açıklamak üzere, nörobilişsel performansın düzenleyici rolünü KKK temelinde konumlandırmaktadır. KKK, bireylerin sınırlı bilişsel, duygusal ve sosyal kaynaklarını koruma, artırma ve kayıp tehdidinden kaçınma eğiliminde olduğunu; psikolojik süreçlerin yalnızca sonuçları üzerinden değil, bu sonuçların hangi kaynak maliyetleriyle üretildiği üzerinden anlaşılması gerektiğini ileri sürmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu bakış, merakı yalnızca "olumlu bir motivasyon" olarak değil; dikkat, çalışma belleği ve yürütücü işlevler gibi bilişsel sistemlere yük bindiren, dolayısıyla belirli koşullarda kaynak tüketimi ve zorlanma yaratabilen bir yatırım davranışı olarak ele almayı mümkün kılmaktadır.

Bu çerçevede, merakın ÖİO üzerindeki etkisinin, bireyin mevcut kaynak kapasitesi ve bu kapasitenin sürdürülebilirliği ile koşullu olduğu varsayılmaktadır: Kaynak kapasitesi güçlü olduğunda merak, öğrenme ve yetkinlik kazanımları yoluyla kazanç sarmallarını tetikleyerek ÖİO'yu destekleyebilirken; kapasite sınırlı olduğunda aynı merak düzeyi bilişsel aşırı yüklenme ve kaynak kaybı sarmallarını hızlandırarak ÖİO'yu zayıflatabilmektedir (Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014). Nörobilişsel performans bu modelde, merakın "getiri mi maliyet mi" üreteceğini belirleyen kritik bir kişisel meta-kaynak olarak düzenleyici rol üstlenmektedir. İzleyen

alt başlıklarda önce KKK'nın temel varsayımları ve kazanım–kayıp dinamikleri açıklanacak; ardından KKK'nın merak, ÖİO ve nörobilişsel performans literatürüyle kesişimleri tartışılarak, bu çalışmanın literatürdeki kuramsal konumu eleştirel biçimde temellendirilecektir.

2.4.1.1 Kaynakların korunumu kuramı

Kaynakların Korunumu Kuramı (Conservation of Resources Theory) bireyin stres, motivasyon ve psikolojik uyum süreçlerini açıklamada kaynak temelli bir bakış açısı sunan en kapsamlı kuramsal çerçevelerden birisidir. Kaynakların Korunumu Kuramı (KKK) ilk olarak Hobfoll (1989), tarafından geliştirilmiş olup, stresin temel belirleyicisinin bireyin maruz kaldığı çevresel taleplerin mutlak yoğunluğundan ziyade, bu taleplerle başa çıkmada sahip olduğu psikolojik, bilişsel ve sosyal kaynakların yeterliliği olduğunu ileri sürmektedir (Lazarus ve Folkman, 1984; Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Bu yaklaşım, stresin yalnızca dışsal uyarıcılara verilen bir tepki olmadığını, aynı zamanda bireyin içsel kaynak kapasitesiyle doğrudan ilişkili dinamik bir süreç olduğunu vurgulamaktadır. Böylece KKK, stres literatüründe uzun süre baskın olan uyarıcı–tepki ve bilişsel değerlendirme modellerine eleştirel bir alternatif sunmaktadır.

KKK kuramının ortaya çıkışı, klasik stres yaklaşımlarının bireysel farklılıklarını açıklamadaki sınırlılıklara yönelik önemli bir kuramsal itiraz niteliği taşımaktadır. Özellikle talepler–kontrol modeli, stresin temel belirleyicisini iş talepleri ile bireyin bu talepler üzerindeki kontrol algısı arasındaki denge üzerinden açıklarken (Karasek, 1979; Theorell, 1990; Ganster ve Rosen, 2013), bilişsel değerlendirme yaklaşımları stresin bireyin olayları nasıl yorumladığına bağlı olduğunu savunmaktadır (Lazarus ve Folkman, 1984; Smith ve Lazarus, 1990; Lazarus, 1991). Ancak bu yaklaşımlar, bireyin stresle başa çıkarken kullandığı kaynakların niceliği ve sürdürülebilirliği konusunu ikincil planda ele almaktadır. KKK kuramı ise bireyi pasif bir stres alıcısı olarak değil, sınırlı sayıdaki kaynaklarını korumaya ve yönetmeye çalışan aktif ve stratejik bir özne olarak konumlandırarak literatürde önemli bir paradigma değişimi yaratmaktadır (Hobfoll, 1989; Beaton ve Guillemin, 2000; Halbesleben vd., 2014).

Kuram çerçevesinde "kaynak" kavramı son derece geniş ve kapsayıcı biçimde tanımlanmaktadır. Maddi varlıkların yanı sıra benlik saygısı, öz yeterlik, bilişsel kapasite, duygusal enerji, zaman, sosyal destek ve statü gibi bireyin işlevselliğini sürdürebilmesi için gerekli olan tüm unsurlar kaynak olarak kabul edilmektedir (Hobfoll, 2001; Hobfoll ve Schumm, 2002; Wright ve Hobfoll, 2004). Bu tanım, bireyin psikolojik uyumunun yalnızca tekil değişkenler üzerinden değil, birbirine bağlı kaynak sistemlerinin bütünlüğü üzerinden anlaşılması gerektiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla KKK kuramı, psikolojik süreçleri çok boyutlu ve bütüncül bir çerçevede ele alması bakımından çağdaş psikoloji literatüründe ayrıcalıklı bir konuma sahiptir.

KKK kuramının temel varsayımlarından biri, bireylerin kaynaklara yönelik davranışlarının yalnızca fiilî kayıplar karşısında değil, kayıp tehdidi algılandığında da tetiklendiğidir. Bu bağlamda stres, yalnızca gerçekleşmiş bir kayba verilen tepki değil; gelecekte yaşanabilecek olası kayıplara karşı geliştirilen önleyici ve savunmacı bir psikolojik süreç olarak kavramsallaştırılmaktadır (Hobfoll, 1989; Schaufeli ve Taris, 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşım, stresin neden bazı bireylerde kronik hâle geldiğini ve neden belirli bağlamlarda sürekli olarak yeniden üretildiğini açıklamada önemli bir kuramsal avantaj sağlamaktadır. Aynı zamanda bireyin riskten kaçınma davranışlarını ve kaynaklarını korumaya yönelik tutumlarını da açıklamaktadır.

Kuram ayrıca bireylerin sahip oldukları kaynakların eşit öneme sahip olmadığını ve bazı kaynakların diğerlerine kıyasla daha merkezi bir rol oynadığını ileri sürmektedir. Özellikle bilişsel kapasite, öz yeterlik ve psikolojik dayanıklılık gibi kişisel kaynaklar, diğer kaynakların korunması ve yeniden üretilmesi açısından üst düzey meta-kaynaklar olarak değerlendirilmektedir (Hobfoll, 2001; Xanthopoulou vd., 2009; Halbesleben vd., 2014). Bu yaklaşım, bireysel farklılıkların stres ve iyi oluş üzerindeki etkilerini açıklamada KKK kuramını son derece güçlü kılmaktadır. Aynı çevresel taleplerle karşılaşan bireylerin neden farklı psikolojik sonuçlar yaşadıkları, bu meta-kaynakların düzeyi üzerinden anlamlandırılabilmektedir.

Kuramının bir diğer önemli katkısı, psikolojik süreçleri zamansal ve dinamik bir perspektiften ele almasıdır. Kurama göre bireyin kaynak durumu statik değildir; yaşam olayları, çevresel talepler ve bireysel yatırımlar doğrultusunda sürekli olarak

değişmektedir (Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004; Halbesleben ve Wheeler, 2015). Bu dinamik yaklaşım, stres, tükenmişlik ve iyi oluş süreçlerinin neden belirli dönemlerde yoğunlaşıp belirli dönemlerde hafiflediğini açıklamada önemli bir teorik çerçeve sunmaktadır. Böylece KKK kuramı, psikolojik süreçleri anlık tepkilerden ziyade uzun vadeli döngüler bağlamında ele almaktadır.

KKK, yalnızca stresin nedenlerini açıklayan bir model değil; aynı zamanda bireyin motivasyonel yönelimlerini, öğrenme davranışlarını ve psikolojik sürdürülebilirliğini açıklayabilen kapsamlı bir meta-kuram niteliği taşımaktadır (Hobfoll, 1989; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Özellikle modern çalışma yaşamının artan bilişsel talepleri bağlamında KKK kuramı, bireyin neden belirli noktalarda tükenirken belirli koşullarda gelişim gösterebildiğini açıklamada yüksek açıklayıcılığa sahiptir. Ayrıca kuramın örgütsel bağlamda uygulanması, KKK'nin yalnızca bireysel stres süreçlerini değil, aynı zamanda ekip düzeyinde ve örgütsel düzeyde ortaya çıkan psikolojik dinamikleri de açıklayabildiğini göstermektedir (Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu durum kuramı iş ve örgüt psikolojisi literatüründe merkezi bir konuma yerleştirmektedir.

Sonuç olarak KKK, bireyin stres, motivasyon ve psikolojik uyum süreçlerini kaynaklar üzerinden açıklayan, bireysel farklılıkları merkeze alan ve psikolojik süreçleri zamansal olarak ele alan bütüncül bir kuramsal çerçeve sunmaktadır. Bu özellikleriyle KKK kuramı, merak, nörobilişsel performans ve ÖİO gibi karmaşık psikolojik yapıların açıklanmasında güçlü ve tutarlı bir teorik zemin oluşturmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018).

2.4.1.2 Kaynak kazancı, kaynak kaybı ve psikolojik sonuçlar

Kaynakların Korunumu Kuramı'nın merkezinde yer alan temel varsayımlardan biri, kaynak kazancı ve kaynak kaybının psikolojik etkileri arasındaki yapısal asimetridir. Kurama göre kaynak kaybı, eşdeğer büyüklükteki bir kaynak kazancına kıyasla birey üzerinde çok daha güçlü, hızlı ve kalıcı psikolojik sonuçlar doğurmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu asimetrik etki, bireylerin neden çoğu zaman elde ettikleri kazanımlardan ziyade yaşadıkları kayıplara odaklandığını ve

neden stres deneyiminin çoğunlukla kayıp temelli yaşandığını açıklamada merkezi bir rol oynamaktadır. Kuram bu yönüyle, psikolojik stresin doğasını anlamada "kazanım maksimizasyonu"ndan çok "kayıp önleme" mantığını merkeze almaktadır.

Kaynak kaybının psikolojik etkisinin bu denli güçlü olmasının temel nedenlerinden biri, kaybın yalnızca mevcut durumu olumsuz etkilemekle kalmayıp, bireyin gelecekteki kaynak kazanım kapasitesini de zayıflatmasıdır. Hobfoll (1989), kaynak kaybını, bireyin kaynak havuzunda yapısal bir aşınma olarak tanımlamayarak aşınmanın yeni yatırımlar yapmayı zorlaştırdığını ileri sürmektedir (Hobfoll, 1989; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu durum, bireyin yalnızca anlık stres yaşamasına değil, aynı zamanda uzun vadeli bir kırılganlık durumuna sürüklenmesine yol açmaktadır. Dolayısıyla kaynak kaybı, psikolojik uyumu geçici olarak bozan bir olay değil, sürdürülebilirliği tehdit eden sistemik bir süreç olarak ele alınmaktadır.

KKK literatüründe kaynak kaybı yalnızca fiili ve gerçekleşmiş kayıplar üzerinden değil, aynı zamanda kayıp tehdidinin algılanması üzerinden de açıklanmaktadır. Birey henüz somut bir kayıp yaşamamış olsa bile, sahip olduğu kaynakları kaybedebileceğine dair algı geliştirdiğinde stres tepkisi ortaya çıkabilmektedir (Lazarus, 1991; Hobfoll, 2001; Schaufeli ve Taris, 2014). Bu yaklaşım, stresin neden bazı bireylerde kronikleştiğini ve neden belirli bağlamlarda sürekli olarak yeniden üretildiğini açıklamada önemli bir kuramsal avantaj sağlamaktadır. Kayıp tehdidi algısı, bireyin savunmacı davranışlarını artırarak riskten kaçınma, geri çekilme ve kaynakları korumaya aşırı odaklanma gibi sonuçlar doğurabilmektedir.

Kaynak kazanımı ise KKK kuramında tek başına her zaman güçlü ve kalıcı psikolojik faydalar üreten bir süreç olarak ele alınmamaktadır. Hobfoll (2001), kaynak kazanımlarının özellikle kaynak kaybı yaşamış bireylerde daha anlamlı ve dönüştürücü etkiler yarattığını ileri sürmektedir (Hobfoll, 2001; Halbesleben ve Wheeler, 2015). Başka bir ifadeyle kaynak kazanımı, çoğu zaman kayıp sonrası ortaya çıkan bir telafi ve onarım mekanizması olarak işlev görmesidir (Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda KKK kazanım süreçlerini bağlamsal ve göreli bir çerçevede ele almakta; kazanımın psikolojik değerini bireyin önceki kaynak durumu üzerinden değerlendirmektedir.

Kaynak kazancı ve kaybı süreçlerinin psikolojik sonuçları, KKK'da doğrusal değil, döngüsel bir yapı içinde ele alınmaktadır. Kaynak kazanımı yaşayan bireyler, artan dayanıklılık ve öz yeterlik sayesinde yeni kazanımlar elde etmeye daha açık hâle gelirken; kaynak kaybı yaşayan bireyler mevcut kaynaklarını korumakta zorlandıkça yeni kayıplara daha açık hâle gelmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004). Bu süreçler literatürde sırasıyla kazanç sarmalları ve kayıp sarmalları olarak kavramsallaştırılmaktadır. Bu sarmallar, psikolojik uyumun zaman içinde neden belirli bir yönde ivmelendiğini açıklamada kritik bir rol oynamaktadır.

Kazanç sarmalları, bireyin başlangıçta elde ettiği sınırlı bir kaynak kazanımının zaman içinde daha büyük ve daha çeşitli kazanımlara dönüşmesini ifade etmektedir. Örneğin artan öz yeterlik algısı, bireyin daha zorlayıcı görevleri üstlenmesine olanak tanımakta; bu durum yeni öğrenme fırsatları ve performans artışı ile sonuçlanabilmektedir (Hobfoll, 2001; Xanthopoulou vd., 2009; Halbesleben vd., 2014). Bu süreç, bireyin psikolojik dayanıklılığını güçlendirerek stresin olumsuz etkilerini tamponlamakta ve ÖİO'yu desteklemektedir. Kazanç sarmalları bu yönüyle, bireyin gelişim ve sürdürülebilir performans kapasitesinin kuramsal temelini oluşturmaktadır.

Kayıp sarmalları, bireyin yaşadığı ilk kaynak kaybının zamanla daha fazla kaybı tetiklediği yıkıcı döngüleri ifade etmektedir. Kaynak kaybı yaşayan birey, mevcut kaynaklarını korumakta zorlandıkça çevresel talepler karşısında daha kırılgan hâle gelmekte; bu durum stres, tükenmişlik ve performans düşüşü gibi sonuçlarla kendini göstermektedir (Hobfoll, 1989; Westman vd., 2004; Hobfoll vd., 2018). Kayıp sarmalları özellikle iş yaşamı gibi taleplerin süreklilik gösterdiği bağlamlarda hızla derinleşebilmekte ve bireyin psikolojik sürdürülebilirliğini tehdit edebilmektedir.

Psikolojik sonuçlar açısından bakıldığında KKK kuramı, stres, tükenmişlik, anksiyete ve ÖİO gibi farklı sonuç değişkenlerini tek bir kaynak temelli mekanizma üzerinden açıklamaktadır. Kaynak kaybı yaşayan bireylerde stres ve tükenmişlik düzeyleri artarken; kaynak kazanımı yaşayan bireylerde psikolojik dayanıklılık ve ÖİO artış göstermektedir (Schaufeli vd., 2009; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu bütüncül açıklama gücü, kuramı modern örgütsel psikoloji ve sağlık psikolojisi literatüründe merkezi bir konuma yerleştirmektedir.

Özellikle bilişsel taleplerin yoğun olduğu çağdaş çalışma ortamlarında, kaynak kazancı ve kaybının psikolojik sonuçları daha da belirgin hâle gelmektedir. Sürekli öğrenme gereklilikleri, dikkat yoğunluğu ve çoklu görev baskısı, bireyin bilişsel kaynaklarını hızla tüketerek kaynak kaybı sarmallarını tetikleyebilmektedir (Hockey, 1997; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda KKK kuramı, modern iş yaşamında stresin neden giderek daha yaygın ve kronik hâle geldiğini açıklamada güçlü bir kuramsal çerçeve sunmaktadır.

Sonuç olarak kaynak kazancı ve kaynak kaybı, KKK'nde yalnızca karşıt kavramlar olarak değil zamansal, bağlamsal ve birbirini besleyen süreçler olarak ele alınmaktadır. Bu yaklaşım, psikolojik sonuçların neden bireyler arasında ve zaman içinde farklılaştığını açıklamada kritik bir rol oynayarak bireyin kaynak kapasitesini stres ve iyi oluş tartışmalarının merkezine yerleştirmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Böylece KKK psikolojik uyumu statik bir durumdan ziyade dinamik bir denge süreci olarak kavramsallaştırmaktadır.

2.4.1.3 Kaynakların korunumu kuramı ve merak

Merak, psikoloji literatüründe çoğunlukla öğrenme, keşif ve gelişimle ilişkili olumlu bir eğilim olarak ele alınmış olup içsel motivasyonun, bilişsel uyarılmanın ya da bilgi açığının doğal bir sonucu şeklinde kavramsallaştırılmıştır (Berlyne, 1960; Loewenstein, 1994; Deci ve Ryan, 2000). Bununla birlikte bu yaklaşımlar, merakın neden bazı bireylerde sürdürülebilir öğrenme ve psikolojik güçlenme ile sonuçlanırken, bazı bireylerde zihinsel yorgunluk ve tükenmeye yol açtığı sorusuna sınırlı yanıtlar sunmaktadır (Litman, 2005; Kashdan vd., 2009; Murayama, 2019).

KKK, merakı yalnızca bir motivasyonel dürtü olarak değil, bireyin kaynak ekosistemi içinde verdiği bir yatırım kararı olarak ele alması bakımından bu boşluğu dolduran güçlü bir kuramsal çerçeve sunmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşım, merakın psikolojik sonuçlarının bireyin sahip olduğu kaynak kapasitesine bağlı olarak değiştiğini ileri sürmektedir.

KKK perspektifinden bakıldığında merak, bireyin dikkatini, zamanını ve zihinsel enerjisini yeni bilgiye yönlendirmesini gerektiren, dolayısıyla doğrudan kaynak tüketimi içeren bir süreçtir (Hobfoll, 1989; Halbesleben vd., 2014; Murayama, 2022). Merak, bu yönüyle, her zaman "bedelsiz" bir içsel motivasyon biçimi olmayıp aksine bilişsel ve duygusal kaynaklar üzerinde maliyet yaratan bir psikolojik süreçtir (Hockey, 1997; Gruber vd., 2014; Kidd ve Hayden, 2015). Kuram merakın bu maliyet boyutunu merkeze alarak, merak davranışının bireyin mevcut kaynak durumu dikkate alınmadan değerlendirilemeyeceğini vurgulamaktadır. Bu çerçevede merak, bireyin kaynak kapasitesi yeterli olduğunda geliştirici, yetersiz olduğunda ise tüketici bir işlev görebilmektedir.

Kaynak kapasitesi yüksek bireylerde merak, kaynak kazancı sarmallarını başlatan önemli bir tetikleyici olarak işlev görmektedir (Hobfoll, 2001; Xanthopoulou vd., 2009; Halbesleben vd., 2014). Merak yoluyla edinilen yeni bilgiler, bireyin yetkinlik algısını, öz yeterliliğini ve bilişsel esnekliğini artırarak yeni kaynak kazanımlarına zemin hazırlamaktadır (Kashdan ve Silvia, 2009; Gruber vd., 2014; Murayama vd., 2019). Bu süreçte merak, yalnızca anlık bir keşif dürtüsü değil, bireyin uzun vadeli psikolojik dayanıklılığını ve öğrenme kapasitesini güçlendiren stratejik bir kaynak yatırımı hâline gelmektedir. KKK bu durumu, merakın pozitif geri besleme döngüleri yaratması şeklinde açıklamaktadır. Buna karşılık, bilişsel ve psikolojik kaynak kapasitesi sınırlı bireylerde merak aynı derecede olumlu sonuçlar doğurmamaktadır. KKK kuramına göre bu bireylerde merak, mevcut sınırlı kaynakları daha da zorlayarak zihinsel yorgunluk, dikkat tükenmesi, duygusal regülasyon güçlüğü ile sonuçlanabilir (Hobfoll, 1989; Hockey, 1997; Westman vd., 2004). Merakın tetiklediği sürekli bilgi arayışı, bireyin dinlenme ve toparlanma kaynaklarını tüketerek bir kaynak kaybı sarmalını başlatabilmektedir (Halbesleben vd., 2014; Schaufeli ve Taris, 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda KKK, merakın neden bazı bireylerde tükenmişliğe zemin hazırladığını açıklamada güçlü bir kuramsal açıklama sunmaktadır.

Merakın KKK çerçevesinde ele alınmasının önemli bir sonucu, bağlamsal ve koşullu bir psikolojik süreç olarak yeniden tanımlanmasıdır. Merakın psikolojik etkileri, bireyin yalnızca kişilik özelliklerine değil, aynı zamanda içinde bulunduğu çevresel taleplere ve sahip olduğu kaynakların sürekliliğine bağlıdır (Hobfoll, 2001;

Halbesleben vd., 2014; Murayama, 2022). Özellikle iş yaşamı ve akademik bağlamlar gibi bilişsel taleplerin yüksek olduğu ortamlar için yeterli kaynak desteği sağlanmadığında merakın sürekli teşvik edilmesi paradoksal biçimde iyi oluşu zayıflatabilmektedir (Gruber vd., 2014; Kidd ve Hayden, 2015; Hobfoll vd., 2018). Bu durum, merakın "her koşulda iyi" olduğu yönündeki yaygın varsayımlara eleştirel bir bakış sunmaktadır.

Sonuç olarak Kaynakların Korunumu Kuramı, merakı bireyin bilişsel ve psikolojik kaynaklarına yaptığı yüksek riskli ancak potansiyel olarak yüksek getirili bir yatırım olarak kavramsallaştırmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşım, merakın neden bazı bireylerde öğrenme, gelişim ve ÖİO artışıyla sonuçlanırken, bazılarında stres ve tükenmeye yol açtığını açıklamada güçlü bir teorik zemin sunmaktadır. Bu çalışma da merakı KKK kuramı temelinde ele alarak, merak–öznel iyi oluş ilişkisinin bireyin kaynak kapasitesine duyarlı, dinamik ve bağlamsal bir yapı olduğunu ileri sürmektedir.

2.4.1.4 Kaynakların korunumu kuramı ve öznel iyi oluş

Öznel iyi oluş, psikoloji literatüründe bireyin yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmeleri (yaşam doyumu) ile duygusal deneyimlerinin (olumlu–olumsuz duygu dengesi) bileşkesi olarak tanımlanmakta olup hedonik ve eudaimonik yaklaşımlar bu yapıyı farklı boyutlarıyla açıklamaktadır (Diener, 1984; Ryff, 1989; Keyes, 2002). Bununla birlikte bu yaklaşımlar, iyi oluşun hangi koşullarda sürdürülebilir olduğu ve neden benzer yaşam koşullarının bazı bireylerde yüksek, bazılarında ise düşük iyi oluşla sonuçlandığı sorularına sınırlı yanıtlar sunmaktadır (Ryan ve Deci, 2008; Huta ve Waterman, 2014; Diener vd., 2018). KKK, ÖİO'yu bireyin sahip olduğu psikolojik, bilişsel ve sosyal kaynakların dinamik dengesi üzerinden ele alarak bu boşluğu dolduran bütüncül bir çerçeve sunmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşım, iyi oluşu statik bir çıktıdan ziyade kaynak kazanım–kayıp süreçlerinin zamansal bir ürünü olarak konumlandırmaktadır.

KKK perspektifine göre ÖİO, bireyin kaynak havuzunun yeterliliği ve bu kaynakların korunabilirliği ile doğrudan ilişkilidir. Kaynak kazanımları, bireyin stresle başa çıkma kapasitesini artırarak olumlu duygulanımı ve yaşam doyumunu desteklemekte iken kaynak kayıpları ve kayıp tehdidi, ÖİO'da hızlı ve kalıcı düşüşlere yol açmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014). Bu bağlamda kuram, iyi oluşun yalnızca olumlu deneyimlerin sıklığıyla değil, bu deneyimlerin hangi maliyetlerle elde edildiğiyle de ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Böylece iyi oluş, bireyin maruz kaldığı taleplerden çok, bu taleplerle başa çıkarken kullandığı kaynakların yeterliliği üzerinden açıklanmaktadır.

ÖİO'nun KKK çerçevesinde ele alınmasının önemli bir sonucu, kaynak kaybı asimetrisi ilkesinin iyi oluş literatürüne sistematik biçimde entegre edilmesidir. Kurama göre kaynak kaybının psikolojik etkisi, eşdeğer büyüklükteki bir kaynak kazancına kıyasla daha güçlüdür. Bu nedenle iyi oluş düşüşleri, çoğu zaman kazanım artışlarından daha hızlı ve derin olma eğiliminde olacaktır (Hobfoll, 1989; Hobfoll vd., 2018; Diener vd., 2018). Bu asimetri, neden bazı olumlu yaşam olaylarının iyi oluşu sınırlı ölçüde artırırken, olumsuz olayların belirgin ve uzun süreli düşüşler yarattığını açıklamada kritik bir rol oynamaktadır. KKK bu yönüyle, hedonik adaptasyon tartışmalarına kaynak temelli bir açıklama eklemektedir.

KKK ayrıca ÖİO'yu döngüsel bir süreç olarak ele almaktadır. Kaynak kazanımları, bireyin yeni kazanımlar elde etme kapasitesini güçlendirerek kazanç sarmalları oluştururken kaynak kayıpları, bireyin mevcut kaynaklarını koruma kapasitesini zayıflatarak kayıp sarmallarını tetiklemektedir (Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004; Halbesleben ve Wheeler, 2015). Bu döngüler, iyi oluşun zaman içinde neden belirli bir yönde ivmelendiğini açıklamaktadır. Özellikle uzun süreli stres bağlamlarında, küçük ölçekli kayıpların dahi iyi oluş üzerinde büyük etkiler yaratabilmesi bu sarmal mantığıyla anlaşılabilmektedir.

Bilişsel olarak talepkâr süreçler bağlamında KKK, ÖİO'nun açıklanmasında ayrı bir önem taşımaktadır. Öğrenme, problem çözme ve merak gibi süreçler, uygun koşullarda bireyin yetkinlik ve anlam duygusunu artırarak iyi oluşu destekleyebilirken kaynak kapasitesi yetersiz olduğunda aynı süreçler zihinsel yorgunluk ve duygusal

tükenme ile sonuçlanabilmektedir (Hockey, 1997; Halbesleben vd., 2014; Murayama, 2022). Bu durum, iyi oluşun yalnızca "ne yapıldığı" ile değil, nasıl ve hangi kaynaklarla yapıldığı ile belirlendiğini göstermektedir. KKK bu ayrımı kuramsal olarak görünür kılabilmektedir.

Örgütsel bağlamda yapılan çalışmalar, KKK temelli kaynak süreçlerinin ÖİO üzerindeki etkilerini güçlü biçimde desteklemektedir. İş yükü, rol belirsizliği ve zaman baskısı gibi talepler, kaynak kaybını hızlandırarak iyi oluşu zayıflatırken sosyal destek, özerklik ve geri bildirim gibi kaynaklar, iyi oluşu tamponlayıcı bir rol üstlenmektedir (Halbesleben vd., 2014; Bakker ve Demerouti, 2017; Hobfoll vd., 2018). Bu bulgular, iyi oluşun örgütsel tasarım ve kaynak sağlama politikalarıyla yakından ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. KKK, iyi oluşu artırmanın yolunun talepleri sınırsızca yükseltmek değil, kaynak ekosistemini güçlendirmek olduğunu savunmaktadır.

Sonuç olarak KKK, ÖİO'yu bireyin kaynaklarına ilişkin kazanım–kayıp dengesinin dinamik bir çıktısı olarak kavramsallaştırmaktadır. Bu yaklaşım, iyi oluşu ne yalnızca duygusal bir durum ne de salt bilişsel bir değerlendirme olarak ele almaktadır. Aksine bireyin kaynak yönetimi kapasitesinin bir göstergesi olarak yorumlamaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu çalışma da ÖİO'yu KKK çerçevesinde ele alarak, merak ve nörobilişsel performans gibi bilişsel süreçlerin iyi oluş üzerindeki etkilerinin kaynak koşullarına duyarlı olduğunu ileri sürmektedir.

2.4.1.5 Kaynakların korunumu kuramı ve nörobilişsel performans

Nörobilişsel performans, dikkat, çalışma belleği, yürütücü işlevler ve bilişsel esneklik gibi temel bilişsel süreçlerin bütünleşik işleyişini ifade etmekte ve bireyin çevresel taleplerle başa çıkma kapasitesini belirleyen temel bir psikolojik altyapı olarak değerlendirilmektedir (Miyake vd., 2000; Miller ve Cohen, 2001, Diamond, 2013). KKK çerçevesinde bu süreçler, bireyin sahip olduğu en kritik kişisel kaynaklardan biri olarak ele alınmaktadır. Nörobilişsel performans, diğer psikolojik ve sosyal kaynakların korunması ve etkin kullanımı için bir tür "meta-kaynak" işlevi görmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşım, bilişsel

performansı yalnızca bir çıktı değişkeni olarak değil, stres ve iyi oluş süreçlerini şekillendiren yapısal bir belirleyici olarak konumlandırmaktadır.

KKK perspektifine göre nörobilişsel performans, bireyin çevresel talepleri hangi maliyetle karşılayabildiğini belirleyen temel bir faktördür. Yüksek nörobilişsel performansa sahip bireyler, aynı bilişsel talebi daha az zihinsel çaba harcayarak karşılayabilme yetisinde olabilmektedirler. Dolayısıyla bu durum bilişsel kaynakların daha verimli kullanılmasını sağlamaktadır (Hockey, 1997; Miller ve Cohen, 2001; Diamond, 2013). Buna karşılık düşük nörobilişsel performans, aynı taleplerin daha yüksek kaynak tüketimiyle karşılanmasına yol açmakta ve bireyin kaynak havuzunda hızlı bir aşınma yaratmaktadır (Hobfoll, 1989; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle KKK, bilişsel performansı bireyin stres karşısındaki kırılganlığını belirleyen merkezi bir unsur olarak ele almaktadır.

Nörobilişsel performansın KKK çerçevesinde ele alınmasının önemli sonuçlarından biri, aynı çevresel talebin neden farklı bireylerde farklı psikolojik sonuçlar doğurduğunun açıklanabilmesidir. Yürütücü işlevleri güçlü bireyler, dikkat dağıtıcı uyaranları daha etkili biçimde filtreleyebilmekte ve bilişsel yük altında dahi işlevselliğini sürdürebilmektedir (Miyake vd., 2000; Diamond, 2013; Murayama, 2022). Bu durum, kaynak kaybını yavaşlatarak kazanç sarmallarının sürdürülmesine olanak tanımaktadır (Hobfoll, 2001; Xanthopoulou vd., 2009; Halbesleben vd., 2014). Buna karşılık yürütücü işlevleri zayıf bireylerde aynı talepler, hızla zihinsel yorgunluk ve dikkat tükenmesine yol açabilmektedir.

KKK açısından nörobilişsel performans, yalnızca mevcut taleplerle başa çıkmayı değil, bireyin yeni kaynak yatırımlarına girme kapasitesini de belirlemektedir. Yüksek bilişsel kapasiteye sahip bireyler merak, öğrenme ve problem çözme gibi bilişsel olarak talepkâr süreçlere daha düşük maliyetle katılabilmektedirler. Böylece yeni bilgi ve yetkinlik kazanımları daha mümkün kılınabilmektedir (Gruber vd., 2014; Kidd ve Hayden, 2015; Murayama, 2019). Bu bağlamda nörobilişsel performans, KKK da tanımlanan kazanç sarmallarının başlaması için gerekli olan bilişsel eşiği temsil etmektedir. Düşük performans düzeylerinde ise aynı yatırımlar, kazançtan çok kayıp üretme potansiyeli taşımaktadır.

Nörobilişsel performans ile stres arasındaki ilişki, KKK çerçevesinde çift yönlü bir süreç olarak ele alınmaktadır. Bir yandan düşük bilişsel performans, stres karşısında kaynak kaybını hızlandırırken diğer yandan kronik stres, nörobilişsel işlevlerde bozulmaya yol açarak bu süreci daha da derinleştirmektedir (Hobfoll, 1989; McEwen, 2007; Lupien vd., 2009). Bu karşılıklı etkileşim, KKK'de tanımlanan kayıp sarmallarının nörobilişsel düzeyde nasıl yerleşik hâle geldiğini açıklamaktadır. Özellikle uzun süreli iş stresi ve yüksek bilişsel yük yürütücü işlevlerde kalıcı zayıflamalara yol açabilmektedir. Örgütsel ve akademik bağlamlarda yapılan araştırmalar, nörobilişsel performansın KKK temelli kaynak süreçlerinde oynadığı düzenleyici rolü açık biçimde desteklemektedir. Zaman baskısı, çoklu görev ve sürekli dikkat gerektiren çalışma koşulları, bilişsel kaynakları aşındırarak performans ve iyi oluşta düşüşlere yol açmaktadır (Hockey, 1997; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Buna karşılık bilişsel molalar, görev çeşitliliği ve özerklik gibi uygulamalar, nörobilişsel kaynakların yeniden yapılandırılmasına katkı sağlayarak kaynak kaybını yavaşlatacaktır (Diamond, 2013; Bakker ve Demerouti, 2017; Murayama, 2022). KKK, bu bulguları tek bir kaynak temelli çerçeve içinde bütünleştirmektedir.

Nörobilişsel performans, merak ve ÖİO arasındaki ilişkide kritik bir düzenleyici (moderatör) değişken olarak konumlandırılmaktadır. Yüksek nörobilişsel performans düzeylerinde merak, öğrenme ve gelişim yoluyla ÖİO'yu artırırken, düşük performans düzeylerinde aynı merak düzeyi, bilişsel aşırı yüklenme ve stres aracılığıyla iyi oluşu zayıflatabilmektedir (Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018; Murayama, 2022). Dolayısıyla bu durum merak–iyi oluş ilişkisinin neden bireyler arasında tutarsız sonuçlar verdiğini açıklamada güçlü bir kuramsal temel sunmaktadır.

Sonuç olarak KKK, nörobilişsel performansı bireyin kaynak ekosisteminin merkezinde yer alan, diğer kaynakların korunması ve yeniden üretilmesini mümkün kılan üst düzey bir bilişsel meta-kaynak olarak kavramsallaştırmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşımın, bilişsel kapasite farklarının merak ve ÖİO üzerindeki etkilerini açıklamada son derece güçlü olacağı değerlendirilmektedir. Bu çalışma nörobilişsel performansı KKK temelli modelin merkezine yerleştirerek, merak yatırımlarının psikolojik sonuçlarının neden bireyden bireye farklılaştığını ortaya koymayı amaçlamaktadır.

2.4.1.6 Kuramların eleştirel değerlendirilmesi ve bu çalışmanın konumu

Merakı açıklamaya yönelik kuramsal yaklaşımlar incelendiğinde, literatürde baskın olan perspektiflerin merakı büyük ölçüde bilişsel güdülenme, öğrenme isteği ve çevresel uyarılmaya verilen doğal bir tepki olarak ele aldığı görülmektedir. *Bilgi açlığı (information-gap) kuramı,* merakı bireyin mevcut bilgi düzeyi ile ulaşmak istediği bilgi düzeyi arasındaki farktan doğan bilişsel bir gerilim olarak tanımlamakta ve bu gerilimin giderilmesini hedefleyen motivasyonel bir süreç olarak açıklamaktadır (Loewenstein, 1994; Litman, 2005; Murayama vd., 2019). Bu yaklaşım, merakın neden güçlü bir öğrenme itkisi yarattığını açıklamada önemli bir katkı sunsa da, merakın bu bilgi açığını kapatma sürecinde bireyin hangi bilişsel ve psikolojik kaynakları tükettiği sorusunu ikincil planda bırakmaktadır. Oysa bilgi arama davranışı dikkat, çalışma belleği ve yürütücü işlevler üzerinde ciddi bir yük oluşturmaktadır (Hockey, 1997; Miller ve Cohen, 2001; Diamond, 2013).

Optimal uyarılma kuramı, merakı bireyin uyarılma düzeyini optimal noktada tutma çabasıyla ilişkilendirerek çevresel yenilik, karmaşıklık ve belirsizliğin merak üzerindeki rolünü vurgulamaktadır (Berlyne, 1960; Berlyne, 1966; Silvia, 2008b). Bu yaklaşım, merakın neden monoton ortamlarda azaldığını ve aşırı karmaşık ortamlarda rahatsızlık yarattığını açıklamada güçlü olarak kabul edilmektedir. Ancak optimal uyarılma varsayımı, bireyler arasındaki bilişsel kapasite farklarını çoğu zaman göz ardı etmektedir. Aynı uyarılma düzeyi, bilişsel kaynakları yüksek bireylerde optimal iken, kaynak kapasitesi sınırlı bireylerde aşırı yüklenme ve stres kaynağı olabilmektedir (Hockey, 1997; Arnsten, 2009; Murayama, 2022). Bu durum, optimal uyarılmanın sürdürülebilirlik boyutunda kuramsal bir boşluk barındırdığını göstermektedir.

İkili merak (dual-curiosity) kuramı, merakı ilgi temelli (interest-type) ve yoksunluk temelli (deprivation-type) olmak üzere iki farklı motivasyonel biçim olarak ele alarak literatürde önemli bir ayrım sunmaktadır (Litman ve Jimerson, 2004; Litman, 2008; Kashdan ve Silvia, 2009). İlgi temelli merak, olumlu duygulanım ve keşif hazzı ile ilişkilendirilirken, yoksunluk temelli merak, bilişsel gerilim ve rahatsızlık hissiyle karakterize edilmektedir. Bu ayrım, merakın neden farklı duygusal deneyimlerle birlikte ortaya çıktığını açıklamada değerli olsa da, bu iki merak türünün hangi

koşullarda ÖİO'yu artırdığı ya da azalttığı sorusuna net bir yanıt sunamamaktadır. Özellikle yoksunluk temelli merakın uzun süreli bilişsel yük altında ne zaman öğrenmeden tükenmeye evrildiği bu kuramda açık biçimde modellenememektedir.

Öz-yönelimli öğrenme yaklaşımları, merakı bireyin öğrenme sürecinde özerk, aktif ve kendi hedeflerini belirleyen bir aktör olmasının doğal bir sonucu olarak ele almaktadır (Deci ve Ryan, 2000; Vansteenkiste vd., 2020; Ryan ve Deci, 2022). Bu çerçevede merak, öğrenme sürecinin öznesi olmayı güçlendiren olumlu bir psikolojik kaynak olarak konumlandırılmaktadır. Ancak bu yaklaşım, bireyin bu özerkliği sürdürebilmesi için gerekli olan bilişsel kontrol, dikkat sürekliliği ve öz-düzenleme kapasitesini çoğu zaman varsayımsal olarak yeterli kabul etmektedir (Muraven ve Baumeister, 2000; Baumeister vd., 2007; Inzlicht vd., 2014). Bu varsayım, özellikle yüksek bilişsel taleplerin olduğu akademik ve örgütsel bağlamlarda eleştiriye açıktır.

Nörobilişsel merak kuramları, merakı dopaminerjik ödül sistemleri, hipokampal bellek süreçleri ve prefrontal korteksin kontrol mekanizmaları üzerinden açıklayarak güçlü biyolojik temeller sunmaktadır (Gruber vd., 2014; Kidd ve Hayden, 2015; Murayama, 2022). Bu yaklaşımlar, merakın öğrenmeyi neden güçlendirdiğini ve bilgiyi neden daha kalıcı hâle getirdiğini açıklamada katkı sağlamaktadır. Nörobilişsel literatür, merakın sürekli tetiklenmesinin bilişsel sistemlerde yaratabileceği yorgunluk ve regülasyon maliyetlerini çoğu zaman ikincil düzeyde ele almaktadır (Arnsten, 2009; Lupien vd., 2009). Bu durum, merakın biyolojik ödül değerinin, kaynak tüketimi bağlamında yeniden değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

KKK merakı salt içsel motivasyonun bir çıktısı olarak değil, "yüksek getirili fakat maliyetli" bir kaynak yatırımı olarak ele alarak literatürdeki boşluğun kapatılacağı değerlendirilmektedir. KKK'na göre bireyler kaynaklarını koruma ve artırma eğilimindedir. Merak ise dikkat ve bilişsel enerji tüketerek kısa vadeli maliyet yaratacak ancak uzun vadede yetkinlik ve bilgi birikimi gibi kaynak kazançlarına dönüşebilecektir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014). Kayıp asimetrisi ilkesi, merakın neden düşük kaynak koşullarında daha "riskli" hale geldiğini açıklamaktadır. Çünkü kaynak kaybının etkisi, potansiyel kazanımdan daha güçlü olduğunda, merak yatırımı ters tepebilecektir (Westman vd., 2004; Halbesleben ve

Wheeler, 2015; Hobfoll vd., 2018). Bu çerçevede merak, bireyin kaynak ekosistemine bağlı olarak kazanç sarmalı da başlatabilir, kayıp sarmalını da hızlandırabilir hale gelebilecektir. Literatürdeki tutarsız merak–iyi oluş bulgularını açıklamak açısından bu ikili olasılığın kuramsal olarak kritik bir öneme haiz olduğu değerlendirilmektedir.

ÖİO'yu açıklayan kuramlara bakıldığında da tıpkı merakta olduğu gibi benzer bir örüntü olduğu görülmektedir. *Uyum (adaptation) kuramı,* bireylerin olumlu ve olumsuz yaşam olaylarına zamanla alışarak iyi oluş düzeylerinin başlangıç seviyelerine geri döndüğünü ileri sürmektedir (Brickman, 1975; Frederick ve Loewenstein, 1999; Diener vd., 2006). Bu yaklaşım, iyi oluşun dinamik doğasını vurgulamakla birlikte, uyum sürecinin bilişsel ve duygusal maliyetlerini yeterince ayrıntılandıramamaktadır. Özellikle sürekli uyum gerektiren bağlamlarda, bu sürecin kaynak tüketimi yoluyla iyi oluşu zayıflatabileceği ihtimali göz ardı edilmektedir (Hobfoll, 2001; McEwen, 2007; Halbesleben vd., 2014).

Akış (flow) kuramı, ÖİO'yu bireyin beceri düzeyi ile görev zorluğunun dengelendiği yoğun katılım hâlleri üzerinden açıklamaktadır (Csikszentmihalyi, 1990; Csikszentmihalyi vd., 2014; Nakamura ve Csikszentmihalyi, 2014; Moneta, 2021). Akış deneyimleri yüksek haz ve anlam duygusu ile ilişkilendirilse de, bu durumların sürdürülebilirliği büyük ölçüde bireyin dikkat kapasitesi ve yürütücü işlevlerine bağlı olma eğilimindedir (Hockey, 1997; Keller ve Blomann, 2008; Diamond, 2013). Bu nedenle akış kuramı, neden bazı bireylerin akış deneyimlerini kolayca yaşayabildiğini, bazılarının ise hızla zihinsel yorgunluk yaşadığını açıklamada sınırlı kalmaktadır.

Etkinlik (activity) kuramı ve erek (goal) kuramları, iyi oluşu bireyin anlamlı etkinliklere katılımı ve hedeflerine doğru ilerlemesi üzerinden açıklamaktadır (Lawton, 1994; Sheldon ve Elliot, 1999; Locke ve Latham, 2002). Bu yaklaşımlar, davranışsal ve motivasyonel süreçleri görünür kılmakla birlikte, etkinliklerin ve hedeflerin sürdürülmesinde gerekli olan bilişsel ve duygusal kaynakların sınırlılığını yeterince problematize etmemektedir. Özellikle çoklu hedeflerin ve sürekli etkinlik taleplerinin olduğu modern yaşam koşullarında, bu süreçlerin iyi oluşu artırmak yerine kaynak kaybını hızlandırabileceği göz ardı edilmektedir (Muraven ve Baumeister, 2000; Baumeister vd., 2007; Halbesleben vd., 2014).

Çok yönlü uyuşmazlık kuramı, iyi oluşu bireyin beklentileri, arzuları ve mevcut koşulları arasındaki farklar üzerinden açıklarken (Michalos, 1985; Diener ve Fujita, 1995; Sirgy, 2012), aşağıdan-yukarı ve yukarıdan-aşağı yaklaşımlar iyi oluşun ya günlük yaşantıların toplamından ya da kişilik ve bilişsel eğilimlerden kaynaklandığını savunmaktadır (Diener, 1984; Headey ve Wearing, 1991; Schimmack vd., 2004). Ancak bu yaklaşımlar da iyi oluşun neden bazı bireylerde daha kırılgan, bazılarında ise daha dayanıklı olduğunu açıklarken kaynak kapasitesi ve tüketimi boyutunu ikincil düzeyde ele almaktadır.

KKK, hem merakı hem de ÖİO'yu açıklayan kuramların ortak sınırlılığını aşan bütünleştirici bir çerçeve sunmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). KKK, merakı bireyin bilişsel ve psikolojik kaynaklarına yaptığı bir yatırım olarak, ÖİO'yu ise bu yatırımın uzun vadeli kazanım–kayıp dengesi olarak ele almaktadır. Bilgi açlığı, optimal uyarılma ve nörobilişsel merak kuramlarının öngördüğü öğrenme kazançları, KKK çerçevesinde ancak kaynak kapasitesi yeterli olduğunda sürdürülebilir hâle gelebilecektir (Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014; Murayama, 2022).

KKK, bireyin stres, motivasyon ve psikolojik uyum süreçlerini açıklamada kaynak-temelli bir paradigma sunan en kapsamlı kuramsal yaklaşımlardan biridir. Kuram ilk olarak Hobfoll (1989), tarafından geliştirilmiş olup, stresin temel kaynağının çevresel taleplerin mutlak düzeyi değil, bireyin bu taleplerle başa çıkarken sahip olduğu psikolojik, bilişsel ve sosyal kaynakların yeterliliği olduğunu ileri sürmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşım, stresin yalnızca dışsal olaylara verilen bir tepki olmadığını, bireyin içsel kapasitesiyle doğrudan ilişkili dinamik bir süreç olduğunu vurgulamaktadır. Böylece KKK, klasik stres modellerinin çoğunda ihmal edilen kaynak boyutunu teorik tartışmanın merkezine taşımaktadır.

KKK için "kaynak" kavramı, maddi unsurların ötesinde benlik saygısı, öz yeterlik, bilişsel kapasite, zaman, sosyal destek ve duygusal enerji gibi bireyin işlevselliğini sürdürmesini sağlayan tüm unsurları kapsamaktadır (Hobfoll, 2001; Hobfoll ve Schumm, 2002; Halbesleben vd., 2014). Bu geniş tanım, bireyin psikolojik uyumunun tekil değişkenler üzerinden değil, birbirine bağlı kaynak sistemlerinin bütünlüğü

üzerinden anlaşılması gerektiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla KKK, psikolojik süreçleri indirgemeci değil, ekosistem temelli bir perspektiften ele almaktadır. Bu yönüyle kuram, bireysel farklılıkların iyi oluş üzerindeki etkilerini açıklamada yüksek açıklayıcılığa sahiptir.

Kuramın en ayırt edici varsayımlarından biri, kaynak kaybının psikolojik etkisinin kaynak kazancından daha güçlü olduğu yönündeki asimetrik etki ilkesidir. Hobfoll (1989), bireylerin kaynak kaybına karşı kazanıma kıyasla çok daha duyarlı olduğunu ileri sürmekte ve bu durumun stresin çoğu zaman neden kayıp temelli yaşandığını açıkladığını belirtmektedir (Hobfoll, 1989; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu ilke, neden küçük kayıpların dahi büyük psikolojik sonuçlar doğurabildiğini ve neden bireylerin çoğu zaman riskten kaçınan davranışlar sergilediğini açıklamada kritik bir rol oynamaktadır.

KKK ayrıca psikolojik süreçleri zamansal ve döngüsel bir yapı içinde ele almaktadır. Kaynak kazanımları bireyin stresle başa çıkma kapasitesini artırarak yeni kazanımları mümkün kılarken, kaynak kayıpları bireyin mevcut kaynaklarını koruma kapasitesini zayıflatarak yeni kayıpları tetikleyabilmektedir (Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004; Halbesleben ve Wheeler, 2015). Bu döngüler literatürde kazanç sarmalları ve kayıp sarmalları olarak kavramsallaştırılmakta olup psikolojik uyumun zaman içinde neden belirli bir yönde ivmelendiğini açıklamaktadır. Bu dinamik yaklaşım, KKK'nı statik iyi oluş modellerinden ayıran temel özelliklerden biri olarak görülmektedir.

Bu çalışmada KKK'nin tercih edilmesinin temel nedeni, merak ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin literatürde çoğunlukla tek yönlü ve koşulsuz biçimde ele alınmasıdır. Merakı açıklayan kuramlar, merakı genellikle öğrenme ve gelişimle ilişkili olumlu bir süreç olarak tanımlarken; ÖİO kuramları, iyi oluşu ya duygusal denge ya da anlam ve amaç üzerinden açıklamaktadır (Loewenstein, 1994; Kashdan ve Silvia, 2009; Diener, vd., 2018). Ancak bu yaklaşımlar, merakın hangi koşullarda ÖİO'yu artırdığı, hangi koşullarda ise azalttığı sorusuna sınırlı yanıtlar sunmaktadır. KKK kuramı, bu ilişkiyi bireyin kaynak kapasitesi üzerinden ele alarak literatürdeki bu boşluğu doldurabilecektir.

KKK, merakı bu çalışmada yalnızca bir kişilik özelliği ya da içsel motivasyon biçimi olarak değil, bilişsel ve psikolojik kaynak gerektiren bir yatırım davranışı olarak ele almaya imkân tanımaktadır. Merak dikkat, çalışma belleği ve yürütücü işlevler üzerinde maliyet yaratan bir süreç olup bu maliyet, bireyin kaynak kapasitesi yeterli olmadığında tükenmeye yol açabilmektedir (Hockey, 1997; Arnsten, 2009; Murayama, 2022). KKK, bu maliyet boyutunu kuramsal olarak görünür kıldığı için, merak–iyi oluş ilişkisinin çift yönlü doğasını açıklamada diğer kuramlara kıyasla daha elverişli bir çerçeve sunacaktır. Merakın, öz-yönelimli öğrenme, akış ya da anlam üretimi gibi süreçler yoluyla öznel iyi oluşu artırabilmesi, ancak bireyin bu süreçleri taşıyabilecek bilişsel kapasiteye ve psikolojik dayanıklılığa sahip olması durumunda mümkün görünmektedir. Aksi durumda, aynı merak düzeyi, bilişsel aşırı yüklenme, dikkat tükenmesi ve stres artışı yoluyla öznel iyi oluşta azalmaya yol açabilecektir. Bu durum, merak–iyi oluş ilişkisinin neden bazı çalışmalarda olumlu, bazılarında ise zayıf ya da olumsuz çıktılar verdiğini açıklamada önemli bir kuramsal anahtar sunmaktadır (Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018).

KKK, ÖİO'yu statik bir sonuç değişkeni olarak değil, bireyin kaynak kazanım ve kayıp süreçlerinin dinamik bir çıktısı olarak ele almaktadır. Bu yaklaşım, iyi oluşun neden bazı bireylerde sürdürülebilirken bazılarında hızla bozulduğunu açıklamada kritik öneme haizdir (Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018; Halbesleben vd., 2014). Bu çalışmada ÖİO, merak yoluyla yapılan bilişsel yatırımların, bireyin kaynak kapasitesine bağlı olarak ya kazanç ya da kayıp üretmesi üzerinden kavramsallaştırılmaktadır. Bu bakış açısı, klasik iyi oluş kuramlarının çoğunda eksik kalan sürdürülebilirlik boyutunu doğrudan merkeze almaktadır. Bu yaklaşım aynı zamanda ÖİO'nun, yalnızca olumlu duyguların ya da yaşam doyumunun bir toplamı olarak değil; bireyin kaynak yönetimi kapasitesinin bir göstergesi olarak ele alınmasını mümkün kılmaktadır. ÖİO bu çalışmada, bireyin merak gibi bilişsel olarak talepkâr süreçlere yaptığı yatırımların, zaman içinde kazanç sarmallarına mı yoksa kayıp sarmallarına mı dönüştüğünün bir sonucu olarak kavramsallaştırılmaktadır (Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004; Halbesleben ve Wheeler, 2015). Böylece iyi oluş, statik bir psikolojik durumdan ziyade, bireyin bilişsel kapasitesi, çevresel talepler ve yatırım kararları arasındaki etkileşimin dinamik bir çıktısı olarak yeniden tanımlanmaktadır.

KKK, merkezi bir değişken olarak ele alınan nörobilişsel performansın kuramsal konumlandırılmasına güçlü bir zemin sunmaktadır. Nörobilişsel performans, bireyin bilişsel talepleri hangi maliyetle karşılayabildiğini belirleyen temel bir kişisel kaynak vazifesi görmektedir (Miyake vd., 2000; Miller ve Cohen, 2001; Diamond, 2013).

KKK çerçevesinde nörobilişsel performans, merak yatırımlarının kazanca mı yoksa kayba mı dönüşeceğini belirleyen bir düzenleyici olarak anlam kazanmaktadır. Bu durum, merak–iyi oluş ilişkisindeki bireysel farklılıkları açıklamada kuramsal bir tutarlılık sağlamaktadır. Nörobilişsel performansın, bireyin bilişsel talepleri hangi maliyetle karşılayabildiğini belirleyerek, merak yatırımlarının kazanca mı yoksa kayba mı dönüşeceğini tayin edebileceği değerlendirilmektedir (Miller ve Cohen, 2001; Diamond, 2013; Murayama, 2022). Bu bağlamda çalışma merak ve ÖİO arasındaki ilişkinin neden bireyler arasında farklılaştığını, bireysel bilişsel kapasite farkları üzerinden açıklamaktadır (Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu yaklaşım, literatürde sıklıkla ihmal edilen bilişsel kapasite boyutunu teorik tartışmaların merkezine taşımaktadır.

KKK, bu çalışmada ele alınan değişkenler arasındaki ilişkileri bağlamsal ve kapasiteye duyarlı bir model içinde bütünleştirmeye olanak tanımaktadır. Akış, erek ya da öz-yönelimli öğrenme gibi kuramlar belirli koşullarda yüksek iyi oluş öngörse de, bu koşulların sürdürülebilirliğinin çoğu zaman varsayımsal kaldığı kabul edilmektedir (Csikszentmihalyi, 1990; Sheldon ve Elliot, 1999; Deci vd., 2017). KKK ise, bu süreçlerin ancak yeterli kaynak desteğiyle sürdürülebileceğini vurgulayarak, psikolojik süreçleri gerçekçi bir maliyet–kazanç mantığı içinde ele almaktadır. Bu yönüyle KKK, bu çalışmada kuramsal omurgayı taşıyabilecek en kapsayıcı çerçeve olarak öne çıkmaktadır. Merakı açıklayan kuramların güçlü motivasyonel içgörüleri ile ÖİO kuramlarının sonuç odaklı perspektifleri, KKK çerçevesi altında tek bir mekanizma üzerinden bütünleştirilmekle birlikte bireysel farklılıklar ve bağlamsal koşullar literatürün merkezine taşınmaktadır (Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018).

Sonuç olarak işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki, doğrusal ve evrensel bir etki varsayımıyla açıklanamayacak kadar karmaşık bir yapı sergilemektedir. Kaynakların Korunumu Kuramı temelinde ele alınan nörobilişsel performans, işyerinde merakın psikolojik sonuçlarının neden çalışanlar arasında farklılaştığını açıklamada güçlü bir kuramsal çerçeve sunmaktadır (Hobfoll, 2001; Kashdan vd., 2020). Bu yaklaşım, işyerinde merakı yalnızca örgütsel faydalar üzerinden değil, bireysel sürdürülebilirlik ve bilişsel kapasite bağlamında ele alarak literatüre bütüncül ve eleştirel bir katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

2.4.2 Değişkenler Arasındaki İlişkiye Yönelik Araştırmalar

Bu bölümde ÖİO ve merak arasındaki ilişkiye yönelik araştırmaların değerlendirilmesi temel amaç olarak kabul edilmiş olup, en genel neticeler için Web of Science (WoS) veri tabanınca ve en kapsamlı sonuçlar için abone olunan tüm kaynaklarda (1637-halen) ortak bir arama alanı kümesi kullanarak arama yapılmıştır. Anahtar kavram olarak "subjective well-being" ve "curiosity" kelimeleri kullanılarak yapılan tarama konu kısımında gerçekleştirilmiştir. 28.06.2026 tarihli yapılan tarama neticesinde tespit edilen araştırmalar derinlemesine incelenerek alıntı sayısı en fazla olan ilk 10 araştırma aşağıdaki tablo ve görsel aracılığıyla aktarılmıştır.

Tablo 2.7 Değişkenler arasındaki ilişki ile ilgili araştırmalar

Sıra	Yazar(lar)	Yayın Yılı	Toplam Atıf Sayısı
1	Disabato, D. J., Goodman, F. R., Kashdan, T. B., Short, J. L. ve Jarden, A.	2016	541
2	Hausler, M., Strecker, C., Huber, A., Brenner, M., Höge, T. ve Höfer, S.	2017	109
3	Ho, H. C. Y., Yeung, D. Y. ve Kwok, S. Y. C. L.	2014	99
4	Goodman, F. R., Disabato, D. J., Kashdan, T. B. ve Machell, K. A.	2017	93
5	Sheldon, K. M., Jose, P. E., Kashdan, T. B. ve Jarden, A.	2015	89
6	Zhang, Y. ve Chen, M.	2018	78
7	Jovanovic, V. ve Brdaric, D.	2012	69
8	Macaskill, A. ve Denovan, A.	2014	37
9	Moradi, S., Nima, A. A., Ricciardi, M. R., Archer, T. ve Garcia, D.	2014	35
10	Jovanovic, V. ve Gavrilov-Jerkovic, V.	2014	35

Disabato vd. (2016), yaptıkları araştırmada 2009-1013 yılları arası 15 yaş ve üzeri 7.617 katılımcıdan veri toplamışlardır. Uluslararası iyi oluş çalışmasından alınan toplam değerlendirme bataryası 20 ölçeği (235 madde) içermekte ve katılımcıların ortalama 29 dakikasını almaktadır. Yenilik ve meydan okuma arayışıyla ilişkili motivasyonel sistemi ölçen 10 maddelik bir araç olan Merak ve Keşif Envanteri–II ayrıca kullanılan diğer bir ölçektir. Ölçek yeni bilgi ve deneyimler, yeniliği ve belirsizliği kucaklama olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırma neticesinde $p<0,05$ olmak üzere $r=0,42$ olarak bulunmuş olup İO ile merak arasında ilişki olduğu istatistiki olarak tespit edilmiştir. Okyanusya, Anglo-Sakson ve Kuzey Avrupa, SSCB ve Doğu Avrupa, Güney Avrupa, Latin Amerika, Güneydoğu Asya ülkelerinden alınan örneklemlerde de iki kavram arasında anlamlı ilişki olduğu bulgulanmıştır. Merak genel oarak iyi oluş halinin bir göstergesi olarak kabul edilmiştir. Kişisel gelişim ve kendini zorlamayı içermesinden dolayı merak mutluluk (ÖİO) ile ilişkili hale gelmektedir.

Hausler vd. (2017), çalışmalarında kişisel güçlü yönlerin ilişkisel yönlerini ÖİO açısından ayırt etmeye ve belirli karakterlerin güçlü yönleri ile geniş bir yelpazedeki ÖİO'un boyutları arasındaki ilişkiye dair ayrıntılı bir analiz sunmaya çalışmışlardır. Veriler Avusturya'daki bir tıp üniversitesindeki toplam 117 tıp öğrencisine iki farklı zamanda (t1 ve t2) çevrimiçi uygulanan ÖİO ve Karakter Güçlü Yönleri (KGYÖ) ölçekleri aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmada kullanılan merak boyutu KGYÖ'nün 24 bireysel karakter gücünün bir alt boyutu olarak kullanılmıştır. t1'deki umut, coşku, şükran, merak ve sevginin t1 veya t2'deki ÖİO ile en güçlü şekilde ilişkili olacağı kavramsal olarak değerlendirilmişti. t1 ve t2 zamanları için sonuçlar: umut ($r=0,67/0,41$), coşku ($r=0,51/0,42$), şükran ($r=0,45/0,27$), merak ($r=0,39/0,34$) ve sevgi ($r=0,41/0,21$). t1'deki mizah ($r=0,30$) ve t2'deki maneviyat ($r=0,31$) karakter güçleri de ÖİO ile orta derecede ilişkili olarak tespit edilmiştir. Merakın ÖİO için merkezi bir öneme haiz olduğu bulgulanmıştır.

Jesus ve Valente (2016), çalışmalarında, yaşlı yetişkinler için özel olarak tasarlanmış bir pozitif psikoloji müdahale programı geliştirmeyi ve değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Bu alanda yazarları çalışmaya iten temel güdü pozitif psikoloji müdahalesinin ÖİO'yu artırabileceği ve depresyonu azaltabileceği çoğu araştırmada

öne sürülse de, yaşlı yetişkinler üzerindeki etkinliği büyük ölçüde bilinmemesidir. Program, Hong Kong'daki bölge toplum merkezlerinden ve huzurevlerinden alınan 74 yaşlı kişiye dokuz haftalık grup seansları sunularak gerçekleştirilmiştir. Müdahale programı, iyimserlik, şükran, keyif alma, mutluluk, merak, cesaret, özgecilik ve yaşamın anlamı dahil olmak üzere sekiz temayı kapsamaktadır. Katılımcılar çoğunlukla 63 ile 105 yaşları arasındaki kadınlardan oluşmaktadır. Müdahalenin depresyon, yaşam memnuniyeti, şükran ve mutluluk üzerindeki etkinliğini değerlendirmek için tek gruplu ön test/son test tasarımı benimsenmiştir. Sonuçlar, müdahalenin depresif semptom sayısını azalttığını ve yaşam memnuniyeti, şükran ve mutluluk düzeylerini artırdığını ortaya koymuştur. Müdahalenin etkinliği, öz farkındalık, eğitim, öz pekiştirme, yaş ve kültüre duyarlılıkla ilişkili olarak tartışılmıştır. Merak olumlu bireysel özellik, ÖİO ise olumlu öznel deneyim olarak kabul edilmiştir. Merakın, yaşlı yetişkinler arasında hayata karşı olumlu bir tutumu destekleyebileceği varsayılmıştır. Arştırmada toplam dokuz oturum gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın beşinci oturumunda, karakter güçlü yönleri ile mutluluk arasındaki ilişkiyi anlamak ve hayata karşı olumlu bir tutumu geliştirmek için merak duygusunu uyandırmak amaçlanmıştır. Merak ÖİO'nun arttırılması amacıyla katılımcılar için egzersizlerde işlevselleştirilmiştir. Yapılan ön test ve son test sonuçları ise ÖİO (4,72/5,05), yaşam doyumu (5,37/5,70) olarak bulgulanmıştır. Dolayısıyla merakın ÖİO'yu arttırmadaki etkisi beşinci oturum aracılığıyla anlamlı ve pozitif yönlü olarak istatistiki olarak tespit edilmiştir.

Goodman vd. (2017), kişilik güçlerinin olumsuz yaşam olaylarına verilen tepkileri nasıl öngördüğünü incelemişlerdir. Katılımcılar 42 ülkeden 797 yetişkin bireyden oluşmaktadır. Bir yıl boyunca beş farklı noktada, katılımcıların yedi kişilik gücünü (umut, azim, yaşamda anlam, merak, şükran, kontrol inançları ve güçlerin kullanımı), ÖİO ve olumsuz yaşam olaylarının sıklığını ve şiddetini ölçen bir dizi ankete katılımları sağlanmıştır. Elde edilen verilerin analizi neticesinde olumsuz yaşam olaylarının ÖİO üzerindeki etkiyi düzenlediğini ve daha güçlü kişiliklerin daha sağlıklı sonuçlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Merak yeni bilgi ve deneyimler arama arzusu olarak tanımlanmıştır. 10 maddelik Merak ve Keşif Envanteri-II ölçeği kullanılmıştır. Ölçek iki alt boyuttan oluşmaktadır: Esneklik (yeni bilgi ve deneyim arama) ve Kucaklama (yeniliği ve belirsizliği kucaklama isteği). Yaşam Doyumu

Ölçeği, Öznel Mutluluk Ölçeği ve Epidemiyolojik Çalışmalar Merkezi–Depresyon Ölçeği kullanılarak ÖİOn'un bileşik bir puanı oluşturulmuştur. ÖİO'nun geleneksel modelleri pozitif duygu, negatif duygu ve yaşam memnuniyetini içermektedir. Araştırmacılar pozitif duygu yerine mutluluğu ve negatif duygu yerine depresif semptomlar ölçeklerini kullanmışlardır. Merak ile ÖİO arasındaki ilişkiye yönelik yapılan analizler neticesinde merak ile negatif yaşam olayları arasında r = -0,03 ilişki yok, yaşam doyumu ile arasında r = 0,23 zayıf ilişki, öznel mutlulkla arasında r = 0,37 zayıf ilişki, depresif semptomlarla r = -0,24 negatif yönlü zayıf ilişki düzeylerinde korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Sheldon vd. (2015), bir yıl süren üç dalgalı arştırmalarında 755 örneklem büyüklüğü ile, 10 aday "kişilik gücü" (Azim, Şükran, Merak, Tad Alma, Kontrol İnançları, Yaşamda Anlam – Mevcut Olma, Güçlerin Kullanımı ve Mutluluğa Yönelik Katılım, Haz ve Anlam Temelli Yönelimler), 6 aylık hedef başarısındaki artışın öngörücüleri ve hedef başarısının öznel iyi oluş (Öİİ) üzerindeki etkilerinin düzenleyici rolleri araştırılarak karşılaştırılmıştır. Merak çevreyi keşfetme ve anlama arzusu olarak tanımlanmış olup, başarı düzeyinin ÖİO üzerindeki etkilerini düzenleyici bir faktör olarak tespit edilmiştir. Çünkü merak, içsel motivasyona en yakın kavramlardan biri olup ve bu da öz-uyum yapısının ve mevcut araştırmanın dayandığı araştırmanın önemli bir bileşeni haline gelmesine neden olmaktadır. Dolayısıyla, ÖİO düzeylerini yükseltmek isteyen kişiler, merak ve keşif düzeylerini artırmaya çalışmalıdırlar. İçsel motivasyon kavramına benzer şekilde, merak "yeniliğin ve zorluğun tanınması, peşinden koşulması ve öz düzenlemesiyle ilişkili pozitif bir duygusal-motivasyonel sistem" olarak tanımlanmaktadır. İnsanlar onları meraklandıran şeylere yaklaştıklarında, ilgi çekici yeni bilgiler keşfetme ve bu süreçte kendi bilişsel yapılarını geliştirme olasılıkları yüksek olabilmektedir. Ayrıca, zaman içinde onlara deneyimsel faydalar sağlamaya devam eden, otokatalitik (içsel olarak başlatılan ve yönlendirilen) bir keşif faaliyeti programı başlatma olasılıkları da daha yüksek olabilecektir. Başka bir deyişle, yenilik ve keşif arayışıyla ilişkili hedeflere ulaşmak, ÖİO üzerinde daha kalıcı etkilere sahip olabilecek ve kombinasyonun sağladığı fayda daha fazla öğrenme ve gelişim ile sonuçlanabilecektir.

Zhang ve Chen (2018), çalışmalarında karakter güçlü yönleri, güçlü yönlerin kullanımı, gelecekteki benlik sürekliliği ve ÖİO arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Toplam 225 lisans öğrencisi, karakter güçlü yönlerini, güçlü yönlerin kullanımını, gelecekteki benlik sürekliliğini ve ÖİO'yu değerlendiren kağıt ve kalem anketlerini tamamlamışlardır. Sonuçlar, çeşitli karakter güçlü yönlerinin ÖİO ile ilişkili olduğunu ve en güçlü ilişkilerin umut, merak, coşku, azim ve sevgi için bulunduğunu göstermiştir. Güçlü yönlerin kullanımı ve gelecekteki benlik sürekliliği, ÖİO ile güçlü bir şekilde ilişkili olarak bulgulanmıştır. Arabuluculuk analizi, güçlü yönlerin kullanımının karakter güçlü yönleri ve ÖİO arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini ve özellikle güçlü yönlerin kullanımının dolaylı etkilerinin farklı karakter güçlü yönlerine göre değiştiğini göstermektedir. Merakın yaşam doyumu ve olumlu duygu ile pozitif yönlü güçlü bir ilişkiye sahip olduğu kişinin merak seviyesi ne kadar yüksekse yaşam doyumunun ve olumlu duygusunun da o derece yüksek olacağı tespit edilmiştir. Dolayısıyla ÖİO ile merak arasında pozitif yönlü güçlü bir ilişki olduğu istatistiki olarak tespit edilmiştir. Son olarak çalışma, karakter güçlü yönleri ile ÖİO arasındaki ilişkiye dair mevcut bilgiyi, güçlü yön kullanımını aracı bir unsur olarak ekleyerek genişletmiştir. Bulgular, güçlü yön kullanımının karakter güçlü yönleri ile ÖİO arasında bir köprü görevi gördüğünü ve güçlü yön kullanımının aracılık ettiği dolaylı etkinin farklı karakter güçlü yönlerine göre değiştiğini göstermektedir. Dahası, çalışma, karakter güçlü yönleri, güçlü yön kullanımı ve ÖİO arasındaki ilişkide gelecekteki benlik sürekliliğinin düzenleyici etkisini de incelemiş ve sonuçlar, gelecekteki benlik sürekliliğinin güçlü yön kullanımı ve ÖİO arasındaki bağlantıyı düzenlediğini doğrulamıştır. Mevcut benlikten gelecekteki benliğe sürekli bakış açısı, öğrencilerin mevcut eylemlerinin olumlu sonuçları hakkında daha fazla düşünmelerini sağlayabilir; örneğin, uzun vadede derslerine daha fazla çaba harcamaları ve bunun sonucunda daha büyük bir mutluluk yaşamaları gibi. Bu, yalnızca geleneksel becerilerin olumlu sonuçlarına yol açmakla kalmayacak, aynı zamanda olumlu eğitimin özüne uygun olarak mutluluğa da yol açabilecektir.

Jovanovic ve Brdaric (2012), kişilik özelliği olarak merak ile ergenlerin ÖİO düzeyleri arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Yüksek, orta ve düşük kişilik özelliği olarak meraka sahip ergenler arasındaki ÖİO düzeyi farklılıkları incelenmiştir. Örneklem, ortalama yaşı 16,6 olan 408 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Sonuçlar, kişilik özellik

seviyesi yüksek olan ergenlerin, hem düşük hem de orta düzeyde meraka sahip ergenlere göre daha yüksek yaşam memnuniyeti ve olumlu duygu durumuna, daha büyük bir yaşam amacı ve umut duygusuna sahip olduğunu göstermektedir. Bu araştırmanın bulguları, merakın olumlu iyilik halinin özel bir öngörücüsü olduğunu ve olumlu ve olumsuz iyilik halini nispeten bağımsız yapılar olarak gören zihinsel sağlığın iki süreklilik modelini desteklediğini göstermektedir. Ergenlerde merak ile ÖİO göstergeleri arasında pozitif bir korelasyon olduğunu gösteren sonuçlar, pratikte kolayca uygulanabilir gibi görünmektedir. Nitekim, ebeveynler, öğretmenler ve okul danışmanları için hazırlanan benzer bulgulara sahip araştırmalarda, gençlerin doğal merakını teşvik etmenin, bağımsızlık gelişimine ve yeni davranış kalıpları öğrenmeye yol açmasının önemi vurgulanmaktadır. Bununla birlikte, merak ile çeşitli riskli davranış türleri arasında pozitif ilişkiler olduğunu gösteren araştırma sonuçları, ÖİO ile riskli davranışlar arasındaki negatif ilişkilerle birlikte, ergenlerde merakı seçici olmayan bir şekilde destekleme ve geliştirme önerisinin dikkatsizce verilip verilmediği sorusunu gündeme getirmektedir.

Macaskill ve Denovan (2014), araştırmalarında dengeli bir ruh sağlığı değerlendirmesi için, psikopatolojinin yanı sıra ÖİO ve güçlü yönleri de değerlendirmenin gerekliliğini vurgulamışlardır. Merak, şükran, umut, iyimserlik ve bağışlama gibi karakter güçlü yönleri, 214 yeni lisans öğrencisinde değerlendirilmiş ve ruh sağlığı, ÖİO ve öz saygı ile ilişkileri incelenmiştir. Öğrenciler için ruh sağlığı ölçeğinin puanlanması, karakter güçlü yönleri, olumlu duygu durumu veya yaşam memnuniyeti açısından farklılık göstermemiş ve çift faktörlü bir modeli desteklemiştir. Umut yolları ve şükran, ruh sağlığını öngörmüştür. Umut gücü, umut yolları, keşifsel merak ve şükran, öz saygıyı öngörmüş, ancak yoğunlaşma merakı olumsuz bir öngörücü olarak tespit edilmiştir. Güçlü yönlerin değerlendirilmesinin faydaları tartışılmış ve bunları geliştirmek için müdahaleler tasarlanmıştır. Merak, yeni, karmaşık veya zorlu etkileşimleri ve deneyimleri tanıma ve takip etme eğilimi olarak tanımlanmıştır. Öğrenmeyi, yeterliliği ve öz belirlemeyi kolaylaştıran faaliyetlere dikkat ve davranışın odaklanmasını sağlayan içsel motivasyonun temel bir unsuru olarak kabul edilmiştir. Merakın ölçümü için merak ve keşif envanteri, ÖİO ölçümü için olumlu/olumsuz duygu ve yaşam doyumu ölçekleri kullanılmıştır. Merak seviyesi yüksek olan katılımcıların ÖİO düzeylerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Moradi vd. (2014), ÖİO'yu bireyin hem psikolojik hem de fiziksel durumunu kapsayan mutlu ve sağlıklı olması olarak tanımlanmaktadır. Bireyin yaşam memnuniyetine ilişkin değerlendirmelerine, olumlu duyguların sıklığına ve olumsuz duyguların seyrekliğine odaklanmaktadır. Çalışma ortamının, bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlık algısıyla açıkça ilişkili olduğu, rahat ve destekleyici bir ortamda çalışmanın bireyler arasında refahı artırdığı vurgulanmaktadır. Araştırma ÖİO'nun fiziksel sağlık boyutuna ağırlık vermektedir. Düzenli fiziksel aktivitelerin, bireyin ÖİO düzeyinin artması, başa çıkma becerilerinin gelişmesi, depresyon, öfke ve stresin azalması, daha iyi fiziksel uygunluk, daha yüksek düzeyde uyum duygusu, daha güçlü sosyal entegrasyon hissi, fiziksel öz benlik kavramının gelişmesi, psikosomatik şikayetlerin ve kas-iskelet sistemi rahatsızlıklarının azalması ve zihinsel yorgunluk düzeyinin düşmesi ile olumlu bir şekilde ilişkilendirilmektedir. Araştırmada merak karakter güçleri ölçeği içerisindeki bilgelik ve bilgi alt boyutu içerisinde değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda merak (Bilgelik ve bilgi) ile olumlu duygu ve yaşam doyumu arasında anlamlı pozitif ilişki, olumsuz duygu ile arasında ilişki olmadığı istatistiki olarak tespit edilmiştir.

Jovanović ve Gavrilov-Jerković (2014), ergenlerde riskli davranışa katılımın ve ÖİO'nun tahmininde merak özelliğinin rolünü incelemişlerdir. Toplam ortalama yaşı 15,5 olan 371 Sırp ergen 5 aylık takip çalışmasına katılmıştır. Sonuçlar, merakın kucaklayıcı bileşeninin (ancak genişletici bileşeninin değil) riskli davranışa katılımı tahmin ettiğini, merakın genişletici bileşeninin ise (ancak kucaklayıcı bileşeninin değil) olumlu duyguyu tahmin ettiğini göstermektedir. Ek olarak, ne kucaklayıcı ne de genişletici bileşen, olumsuz duygu ve yaşam memnuniyetinin önemli bir belirleyicisi olarak tespit edilmemiştir. Çalışmanın sonuçları, merakın tamamen olumlu bir duygusal-motivasyonel sistem olarak kavramsallaştırılmasını sorgulamakta ve merakın ergenlik döneminde olumsuz sonuçlara katkıda bulunabileceğini öne sürmektedir. Merak, bireylerin gelişmesini ve öznel ve psikolojik bir iyilik hali geliştirmesini sağlayan olumlu bir duygusal-motivasyonel sistem olarak tanımlanmaktadır. Merak kucaklayıcı ve genişletici iki alt boyutu ihtiva etmektedir. Genişleme boyutu, olumlu, büyüme odaklı anlam taşıyan maddeleri kapsamaktadır. Kucaklama boyutu maddelerinin içeriği daha belirsiz olup yeni ve öngörülemeyen deneyimleri kucaklamaya hazır olmayı yansıtmaktadır. ÖİO ise kişinin yaşamına

ilişkin bilişsel ve duygusal bir değerlendirme olarak tanımlanmıştır. Araştırmacılar merakın genişletme boyutunun ÖİO ile daha güçlü bir şekilde ilişkili olacağını, kucaklama boyutunun ise riskli davranış katılımını tahmin edeceğini varsaymışlardır. Son olarak araştırma merakın iki yönünün ayrıştırılıp ayrıştırılamayacağını ve ergenler arasında iki önemli zihinsel sağlık sonucunun (riskli davranışlar ve ÖİO) farklı şekilde tahmin edilip edilemeyeceğini test etmek amacıyla tasarlanmıştır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, örneklemi, verilerin toplanması ve yararlanılan ölçekler ile araştırma modelini test etmek üzere yararlanılan analizler açıklanmaktadır.

3.1 Araştırmanın Modeli

Araştırmanın amacı, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolünün tespit edilmesidir. Kaynakların Korunumu Kuramı (KKK) temelinde kuramsal bir model önerilmiştir. Modelde, işyerinde merak (X) bilişsel bir kaynak yatırımı olarak ele alınmakta ve nörobilişsel performans (M), bu yatırımın öznel iyi oluş (Y) üzerindeki etkisini düzenleyen kişisel bir kaynak kapasitesi olarak konumlandırılmaktadır. Değişkenlerin Kaynakların Korunumu Kuramı'na göre anlamlılıkları aşağıda yer alan tabloda açıklanmaktadır.

Tablo 3.1 Değişkenlerin kaynakların korunumu kuramına göre anlamları

Model Öğesi	Değişken	Kaynakların Korunumu Kuramı'na Göre Anlamı
X	İşyerinde merak-İM	Kaynak yatırımı (bilişsel talep, keşif, öğrenme çabası)
M	Nörobilişsel performans	Kişisel kaynak kapasitesi (yatırımın verimliliği)
Y	Öznel iyi oluş-ÖİO	Kaynak dengesinin sonucu (kazanç, kayıp)

Yukarıda yer alan tabloda Kaynakların Korunumu Kuramı (KKK)'na göre değişkenlerin anlamları aktarılmıştır. Merak potansiyel bir kazanç yatırımıdır. Ancak bu yatırım her zaman olumlu sonuç üretmez. Kaynak yatırımı bireyin mevcut kaynak kapasitesi yeterli olduğu sürece kazanç üretebilecektir. Nörobilişsel performans bireyin bilişsel talepleri yönetme, zihinsel yorgunluğu dengeleme ve kaynak kaybını önleme kapasitesini belirleyen temel kişisel bir kaynaktır. Aynı merak düzeyi, farklı sonuçlar üretebilmektedir. Bu farkı açıklayan mekanizma = KKK + düzenleyici M

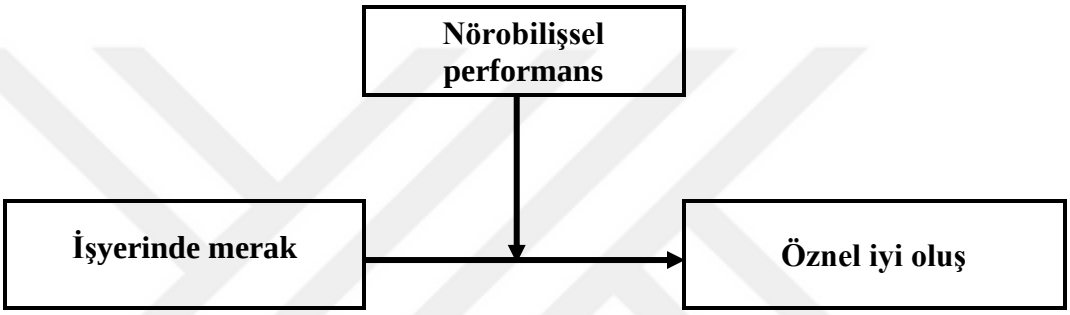
Yüksek M durumunda beklenen akış:

$$X \rightarrow \text{öğrenme} \rightarrow \text{gelişim} \rightarrow \text{kaynak kazanç sarmalı} \rightarrow Y \uparrow$$

Düşük M durumunda beklenen akış:

X → bilişsel yük → enerji tüketimi → kaynak kayıp sarmalı → Y ↓

Araştırmanın amacı doğrultusunda KKK temelli oluşturulan X–M–Y araştırma modeli aşağıdaki şekilde aktarılmaktadır. Modelde üç değişken yer almaktadır; işyerinde merak, öznel iyi oluş ve nörobilişsel performans. Araştırma kapsamında işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyici rolü araştırılacak olup araştırma modeli aşağıdaki şekilde gösterilmektedir.



Şekil **Hata! Belgede belirtilen stilde metne rastlanmadı.**1 Araştırma modeli

Araştırma modelinde işyerinde merak bağımsız değişken, öznel iyi oluş bağımlı değişken ve nörobilişsel performans düzenleyici değişken olarak yer almıştır. Modelde yer alan değişkenleri oluşturan boyutlar araştırmanın kavramsal çerçevesi doğrultusunda belirlenmiştir.

3.2 Araştırmanın Örneklemi

Örneklem büyüklüğü, amacın orijinal popülasyonu gerektiği kadar kesin bir şekilde yansıtan sonuçlar elde etmek olduğu ampirik bir çalışmanın önemli bir bileşenidir. Örneklem tasarımındaki en önemli sorunlardan biri, tahminlerin bir çalışmanın amaçlarını karşılayacak kadar güvenilir olabilmesi için ne kadar büyük bir örneklemin gerekli olduğunu belirlemektir (Siuly vd., 2016: 101). Bu tez çalışmasında farklı örneklem grupları belirlenerek iki araştırma yürütülmüştür. Birinci araştırma ölçek uyarlama araştırmasıdır. Bu araştırma ile İşyerinde Merak Ölçeği'nin Türkçe yazına kazandırılması hedeflenmiştir. İkinci araştırma ise uyarlaması yapılan ölçeği kullanarak araştırma modelinin test edilmesi amacıyla gerçekleştirilmiştir.

Birinci araştırma kapsamında İşyerinde Merak Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması çalışmasında elde edilen veriler faktör analizine taabi tutulacağı için örneklem sayısının buna göre belirlenmesi gerekmektedir. Faktör analizinde örneklem büyüklüğüne ilişkin geniş bir yelpazede öneriler sunulmuştur. Araştırmalar göstermektedir ki uygulanacak ölçekteki toplam madde sayısının 5-10 katı büyüklükte bir örneklem uygun örneklem büyüklüğü için yeterli olarak kabul görmektedir (Everitt, 1975; Arrindell ve van der Ende, 1985; MacCallum vd., 1999; O'Rourke ve Hatcher, 2013). Faktör analizinin yapılabilmesi için örneklem sayısı en az 50 olmalıdır (Yaşlıoğlu, 2017: 75). Ayrıca belirli sayıda gerçek faktörün belirlenmesi amacıyla, örneklem büyüklüğünün tahmin edilen faktör sayısıyla ilişkili olması gerektiği önerilmekte ve örneklem büyüklüğünün faktör sayısının yaklaşık 20 katı olduğu durumlarda istikrarlı faktör çözümlerinin elde edilebileceği öne sürülmektedir (Arrindell ve van der Ende, 1985: 175). Miles ve Shevlin (1998) faktör analizi için örneklem sayısının en az 100 olması gerektiğini savunmaktadır. İşyerinde merak ölçeğinin Türkçe uyarlaması yukarıda sayılan nedenler değerlendirilerek 160 kişinin katılımıyla yürütülen araştırma ile gerçekleştirilmiştir.

İkinci araştırma kapsamında araştırmanın evrenini bir ilimizdeki özel teşebbüs çalışanları örneklemini ise bu ilin merkez ilçesinde bulunan ve araştırmaya katılıma olumlu cevap veren dört özel teşebbüsün çalışanları oluşturmakta olup gönüllü toplam 257 kişi aracılığıyla araştırmanın verileri toplanmıştır. EEG aracılığıyla veri toplamak amacıyla örneklem sayısının belirlenmesi için en az 30 katılımcı gerekmektedir. Bu örneklem büyüklüğünün %1'den az hata olasılığıyla temsili olduğu kabul edilmektedir (Cohen, 1988; Faul vd., 2007; Hensel vd., 2017; Kılcı, 2023). Bu örneklem boyutu, araştırmanın amacına yönelik uyaran hakkında bilgi sağlanması açısından yeterlidir (Rúa-Hidalgo vd., 2021: 114). Belirli bir testin güvenirliğindeki sınırlar aynı zamanda bu test ile diğer psikometrik ölçümler arasındaki potansiyel korelasyonları da sınırladığından, makul örneklem büyüklüğüne sahip diğer psikometrik ölçümlerle korelasyonların tespit edilmesine izin vermek için güvenirliğin $r > 0,80$ olması gerekmektedir (Spearman, 1961; Nunnally, 1978). PsychoPy ve EEG deneyi için bu kriterler esas alınarak örneklem sayısı belirlenmiştir.

3.3 Verilerin Toplanması ve Ölçekler

Araştırma sürecinde öncelikle verilerin toplanmasında kullanılacak ölçekler belirlenip veri toplama aracı (araştırma anketi) oluşturulmuş, verilerin toplanacağı evren ve örneklem tespit edilerek etik kurul başvurusu yapılmıştır. Kastamonu Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu 03/12/2025 tarih ve 13/26 sayılı kararı ile onay alınarak araştırma süreci başlamış ve veriler toplanmıştır.

Tez çalışmasına ilişkin verilerin toplanmasında anket, EEG ve nöropsikolojik test ölçüm tekniklerinden yararlanılmış olup, araştırma konusunda yer alan kavramlara ilişkin ölçekler ve katılımcıların demografik özelliklerinin yer alacağı bölümler ile araştırma anketi yapılandırılmıştır. Anketler araştırılacak konu hakkında analiz edilecek veriyi elde etmek için özel olarak hazırlanmış ve evrenden örneklem aracılığıyla verinin elde edilmesinde faydalı bir araçtır. Araştırma kapsamında kullanılan anketler araştırma amacı, önemi ve kapsamı esas alınarak alan yazın kapsamında belirlenmektedir. Anket çalışmaları, veri elde edilecek nüfusu gözlemlemek, tanımlamak ve sübjekrif olmayan verileri elde etmek isteyen araştırmacılar açısından en iyi metodlardan biri olarak görülmektedir (Babbie, 2020). Öznel iyi oluş düzeylerinin ölçülmesi için Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener vd., 1985) ve Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeğinden (Watson vd., 1988) faydalanılmıştır. İşyerinde merak ölçümü için İşyerinde Merak Ölçeği'nden faydalanılmıştır (Kashdan vd., 2020). Ölçeğin Türkçeye uyarlama süreçleri araştırmacı tarafından yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak kullanılacak olan anket ile katılımcıların araştırma konuları ile ilgili düşünce, tutum, görüşleri belirlenmeye çalışılmış ve çeşitli çıkarımlarda bulunulmuştur. EEG ölçümleri ve nöropsikolojik test ölçümlerinden elde edilen veriler anket verileri ile birlikte değerlendirilmiştir. Özellikle yapılacak deneylerde denek bilgilendirme formu doldurtulmuş olup bu formu kabul etmeyenler araştırmaya tabii tutulmamışlardır. Araştırmada kullanılan ölçüm araçları aşağıda yer alan başlıklarda ayrıntılarıyla sunulmuştur.

3.3.1 İşyerinde Merak Ölçümü

İşyerinde merak ölçümü için İşyerinde Merak Ölçeği (İMÖ)'nden faydalanılmıştır. İMÖ Kashdan vd. (2020) tarafından geliştirilen 5'li likert tipi cevaplı ve 16 ifadeden oluşan bir ölçektir. Kashdan vd. (2020) İşyerinde Merak Ölçeği istatistiki verilerini test/tekrar test güvenirlik katsayısı için 0,75 ve iç tutarlık katsayısı için 0,82 olarak tespit etmişlerdir.

3.3.2 Öznel İyi Oluş Ölçümü

Öznel iyi oluş (ÖİO) olumsuz duygulanımı az yaşama, olumlu duygulanımı sık yaşama ve yaşamaktan doyum alma olarak görülmektedir (Diener, 1984). Öznel iyi oluş düzeylerinin ölçülmesi için bu kuramsal tanımlamadan faydalanılarak Yaşam Doyumu Ölçeği – YDÖ (Diener vd., 1985) ve Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği – OODÖ'nden (Watson vd., 1988) faydalanılmıştır. Öznel iyi oluş düzeyi yaşam doyumu ile olumlu duygu düzeylerinin toplamından olumsuz duygu düzeyinin çıkarılmasıyla elde edilmektedir. ÖİO bu kapsamda aşağıda yer alan formüle göre ölçülmeye çalışılmıştır (Doğan ve Eryılmaz, 2013: 111; Xu vd., 2018):

Öznel İyi Oluş (ÖİO) = (Olumlu Duygu + Yaşam Doyumu) – Olumsuz Duygu

3.3.2.1 Yaşam doyumu ölçeği

Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ), Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen, 7'li likert tipi cevaplı ve 5 ifadeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Diener vd. (1985) Yaşam Doyum Ölçeği istatistiki verilerini test/tekrar test güvenirlik katsayısı için 0,82 ve iç tutarlık katsayısı için 0,87 olarak tespit etmişlerdir. Ölçek sonuçları puanlama usulüne göre hesaplanmakta ve yüksek puan yüksek yaşam doyumuna işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması Yetim (1991) tarafından yapılmış olup ölçeğin istatistiki verileri test/tekrar test güvenirlik katsayısı için 0,85 ve iç tutarlık katsayısı için 0,76 olarak tespit edilmiştir.

3.3.2.2 Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği

Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği, Watson, Clark ve Tellegen (1988) tarafından geliştirilen 5'li likert tipi cevaplı ve 10 ifade olumlu duygu, 10 ifade olumsuz duygu olmak üzere toplam 20 ifadeden oluşan bir ölçektir. Watson, Clark ve Tellegen (1988) Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği istatistiki verilerini her iki test için test/tekrar test güvenirlik katsayısında 0,82 ve negatif/pozitif duygular için sırayla iç tutarlık katsayısında 0,85 ve 0,88 olarak tespit etmişlerdir. Ölçek Türkçeye uyarlaması Gençöz (2000) tarafından yapılmış olup ölçeğin istatistiki verileri negatif/pozitif duygular için sırayla test/tekrar test güvenirlik katsayısında 0,40 ile 0,54 ve iç tutarlık katsayısında 0,86 ve 0,83 olarak tespit edilmiştir.

3.3.3 Nörobilişsel Performans Ölçümü ve PsychoPy Aracılığıyla Deney

Görsel sinirbilim için ideal yazılım paketi ücretsiz kütüphanelere dayanmalı, açık kaynak olmalı (böylece bilim insanı sahne arkasında neler olduğunu tam olarak belirleyebilmeli), kullanımı basit olarak anında uyaran üretebilme yeteneğine sahip olmalı (bir yerden bir yere gitmek yerine) ve platformlardan bağımsız olmalıdır (en azından Windows®, Macintosh ve Linux ortamları için). Program aynı zamanda yeni teknolojiler ve donanımlar mevcut olduğu anda ele alınabilecek şekilde kolaylıkla genişletilebilir olmalıdır (Brainard, 1997; Strasburger, 2020). Tüm bu sebeplerden dolayı nörobilişsel performansın ölçülebilmesi için gerekli olan ölçme araçları PsychoPy programı aracılığıyla tasarlanmıştır. PsychoPy programı psikolojik deneysel prosedürleri tasarlamak için kullanılan bir yazılımdır. Python dilinde yazılmış, platformdan bağımsız deneysel bir kontrol sistemidir (Garaizar vd., 2014; Garaizar ve Vadillo, 2014; Chen ve Zou, 2021). PsychoPy; çevrimdışı ücretsiz olması, kullanıcı dostu ara yüze sahip olması ve direkt proglama imkanı sunabilmesi açısından en çok tercih edilen programlardandır (Peirce, 2009; Sauter vd., 2020). Komut dosyası yazımının kullanıldığı tüm bölümlerin (örneğin, Python eklemeleri) araştırmacı tarafından Javascript'e yeniden yazılması gerekmektedir. Python (özellikle 'nesne tabanlı' alt kümesi) ve Javascript genellikle programlama mantığı açısından değil sözdizimi açısından da farklılık göstermektedir (Peirce, 2007).

Bellek testlerinde genelde iki strateji izlenmektedir. Bunlardan ilki belleği bütün boyutlarıyla ele alan batarya çalışmaları diğeri ise sözel hafıza, görsel hafıza, dikkat ve bilgi işleme hızına ilişkin özel bireysel testlerdir (Larrabee ve Curtiss, 1995). Araştırma kapsamında nörobilişsel performansı ölçmek amacıyla kullanılan parmak tıklatma testi, sözel hafıza testi, görsel hafıza testi ve stroop testi araştırmacı tarafından PsychoPy programı kullanılarak tasarlanmıştır. Bu süreçte nörobilişsel performansın PsychoPy programıyla ölçülebildiğini gösteren araştırmalardan (Khairudin vd., 2012; Ward vd., 2013; Brunyé vd., 2018; Peirce vd., 2019; Meyerhoff ve Papenmeier, 2020; Harvey ve Mertens, 2020; Makai-Bölöni vd., 2021; Craig vd., 2022; Razavi vd., 2022; Basu, 2022) faydalanılmıştır.

Görsel hafıza testinde kullanılan resimler EEG deneyinde de faydalanılan Cenevre Duygusal Resim Veri Tabanı [The Geneva Affective Picture Database (GAPED)] sisteminde bulunan 730 resim arasından seçilmiştir. Bu, deneysel duygu araştırmalarında kullanılmak üzere geliştirilmiş, standartlaştırılmış bir görsel uyaran veritabanıdır. Özellikle görsellerin valans ile normatif önem boyutlarında sistematik olarak derecelendirilmesine dayanmaktadır. Bu yönüyle GAPED'in en önemli güçlü tarafı, araştırmacılara duygusal içerikleri kontrollü biçimde seçme ve karşılaştırma olanağı sunmasıdır. Özellikle EEG ve diğer deneysel tasarımlarda, aynı türden çok sayıda uyaran gerektiren çalışmalarda GAPED'in geniş içerik yapısı önemli bir avantaj sağlamaktadır. GAPED, valans ve normatif önem boyutlarında standardize edilmiş duygusal görseller içeren, geçerliği alanyazında desteklenmiş ve deneysel araştırmalarda güvenilir biçimde kullanılabilen bir görsel veritabanı olarak değerlendirilmektedir. Böylece ölçme metodları arasında bütünlük sağlanmaya çalışılmıştır. GAPED altı kategoriden oluşan resimleri içermektedir. Bunlardan dördü spesifik olumsuz içeriklerden oluşan; örümcekler, yılanlar, ahlaki ve yasal normların ihlaliyle (insan hakları ihlali veya hayvanlara kötü muamele) ilgili duyguları uyandıran sahnelerdir. Diğer iki kategori ise olumlu/olumsuz duygu uyandıran ve nötr resimlerden oluşan; insan ve hayvan bebeklerinin yanı sıra doğa manzaraları ve cansız nesnelerdir (Dan-Glauser ve Scherer, 2011).

3.3.3.1 Parmak tıklatma testi

Hızlı tek parmakla tıklatma, parmağın motor fonksiyonunun dinamik yönlerini değerlendirmek için beyin fonksiyonunu güçlü bir şekilde yansıtan yararlı bir araç olarak görülmektedir (Aoki ve Fukuoka, 2010). Parmak tıklatma testi beyinde nöronal aktiviteyi uygulama aşamasında artırmaktadır (Kuboyama vd., 2004). Parmak tıklatma sonuçları hem bilişsel hem de fiziksel işlevin göstergesi olup aynı zamanda bilişsel becerilerin tespitinde de önemli bulgular vermektedir (Austin vd., 2015). Vurma hızı, aynı taraftaki pre/postsantral girustaki beyin aktivitesi ile ilişkili ve vuruş sayısı (karmaşıklık) birincil motor korteks, tamamlayıcı motor alanı, bazal ganglionlar, talamus ve beyincikteki aktivasyonlarla ilişkilidir. Aynı zamanda beyincik ve talamusta aktivite artışı olmaktadır (Dhamala vd., 2003).

Parmak tıklatma testi için Knyazeva vd. (1994) tarafından yürütülen çalışma esas alınmıştır. Katılımcı, deneyin prosedürlerini yürüten bilgisayarın bulunduğu odaya davet edilmektedir. Gürültünün ve diğer kesintilerin etkisini önlemek için odanın sessiz olması sağlanmaktadır. Öncelikle katılımcılara işlemler ve kurallar anlatılarak, deneyin tanıtımı yapılmaktadır. İlk olarak program açıldığında kaçıncı katılımcı olduklarını soran bir ekran gelmekte ve katılımcıların burayı doldurmaları istenmektedir. Katılımcı numarası deneyi gerçekleştiren araştırmacı tarafından katılımcılara belirtilmektedir. Bu ekrana giriş yapıldıktan sonra katılımcıya parmak testinin nasıl yapılacağıyla ilgili bilgilendirme ekranı gelmektedir. Katılımcının öncelikle sağ elin işaret parmağı ile ardından sol elin işaret parmağı ile boşluk tuşuna onar saniye boyunca maksimum tıklamayı yapması istenmektedir. İlk olarak sağ el ile deneyin başlayacağı ekranda belirtilmektedir. “A” tuşuna sol el ile basarak katılımcı deneyi başlatabilmektedir. Deney başladığında katılımcı sağ el işaret parmağı ile boşluk tuşuna tıklamalar yaparken bilgisayar ekranının orta kısmında her saniye başına o saniyeyi gösteren rakam belirmektedir. Saniyeler gösterilirken ilk rakam “1” değeri olarak tanımlanmıştır. On saniyelik sürenin bitmesinin ardından deneye sol elle devam edileceğine dair bilgilendirme ekranı gelmekte ve sağ eldeki süreç sol elde de aynen uygulamaktadır. ‘Enter’ tuşuna basılarak sol ile gerçekleştirilecek deneye geçilmektedir. Deneyin bitmesinin ardından parmak tıklatma testi son bulmakta ve veriler program tarafından araştırmacının belirlediği klasöre gönderilmektedir.

3.3.3.2 Sözel hafıza testi

Sözel hafıza; kelimelerin, hikayelerin ve diğer sözlü materyallerin hafızasını ifade etmektedir (Maki, 2015). Genel olarak, sol yarıküre yapıları (sol hipokampus dahil) sözel hafıza işlemede, medial temporal lobda ve hipokampalda aktivasyonda rol oynamaktadır (Kelley vd., 1998; Banks vd., 2012). Sol hipokampal sözel hafızanın en güçlü belirleyicisi olarak görülmektedir (Köhler vd., 1998; de Toledo-Morrell vd., 2000). Sözlü hafıza çoğunlukla sözlü liste öğrenme testleri kullanılarak değerlendirilmektedir (Lezak vd., 2004). Sözel hafıza testi sözel hafıza fonksiyonunun değerlendirilmesinde kullanılan bir araç olarak kabul edilmektedir (Macartney-Filgate ve Vriezen, 1988). Hatırlanan toplam kelime sayısı, bireyin sözel bilgiyi öğrenme yeteneğini yansıtacak şekilde çıkarılmaktadır ve edinim oranı, bireyin ne kadar hızlı öğrenebildiğini, yeni bilgiyi hafızasında ne kadar pekiştirebildiğini yansıtmaktadır (Mitrushina vd., 2005). Sözlü hafıza testlerindeki performansın analizi, listedeki kelimelerin seri konumunun etkilerini ve liste okunduktan sonra kelimelerin hatırlanma hızını içerecek şekilde oluşturulmuştur. Gösterilen kelimelerin hatırlanma oranları hafıza gücünü, daha iyi hafızayı, daha hızlı hatırlama oranlarını yansıtmaktadır (Postman vd., 1948; Murdock ve Okada, 1970; Maruff vd., 2009)

Testin uygulanması sürecinde katılımcı, deneyin prosedürlerini yürüten bilgisayarın bulunduğu odaya davet edilmekte ve gürültünün ve diğer kesintilerin etkisini önlemek için odanın sessiz olması sağlanmaktadır. Katılımcıların özellikle dış uyaranlardan etkilenmesinin önüne geçilmek amacıyla ortam koşulları olabildiğince kontrol altında tutulmaya çalışılmaktadır. Öncelikle katılımcılara akış aşamalarıyla birlikte işlemler ve dikkat edilmesi gereken kurallar anlatılarak, deneyin tanıtımı ayrıntılı olarak yapılmaktadır. İlk olarak program açıldığında kaçıncı katılımcı olduklarını soran bir ekran gelmekte ve katılımcıların burayı doldurmaları istenmektedir. Katılımcı numarası deneyi gerçekleştiren araştırmacı tarafından katılımcılara belirtilmektedir. Bu ekrandan sonra katılımcıya deney aşamasında dikkat etmesi gereken hususlar bildirilmektedir. Yirmi kelime (birinci aşama kelimeler) katılımcıya gösterilmekte ve daha sonraki aşamada bu kelimelerin katılımcı tarafından hatırlanması istenmektedir. İlk aşamadaki kelimeler her katılımcı için rastgele gösterilmektedir. Her kelime gösterimi bir saniyelik bir zaman diliminde gösterilmektedir.

Tablo 3.2 Sözlü hafıza testi kelimeleri

1. Aşama Kelimeler	2. Aşama Kelimeler
Bahçivan	Bahçe
Şoför	Araba
Arsa	Ev
Balık	Balıkçı
Silgi	Silecek
Kale	Kalem
Salon	Mutfak
Ağaç	Orman
Hastane	İlaç
Kitap	Kütüphane
Asker	Polis
Mehmet	Ali
Masa	Sandalye
Kahve	Çay
Güneş	Ay
Diş	Ağız
Elma	Armut
Altın	Gümüş
Kılıç	Bıçak
Kadın	Erkek

Testin ikinci aşaması katılımcının bilgilendirildiği ekranla başlamaktadır. Bu ekranda katılımcıya verilen doğru cevapların ve cevaplama süresinin önemli olduğu cevaplamaları yaparken buna göre yapması bildirilmektedir. Ayrıca cevaplama yapması için yön ok tuşlarını kullanması gerektiği, sağ yön ok tuşunun hatırlanan kelimeler için, sol yön ok tuşunun hatırlanmayan kelimeler için kullanılması gerektiği belirtilmektedir. Katılımcının 'enter' tuşuna basması ile teste başlanılmaktadır. Bu aşamada kırk adet (birinci ve ikinci aşama kelimeler) kelime rastgele katılımcılara teker teker gösterilmektedir. Her kelimeden önce ekranın ortasında artı işareti olan sunum bir saniye boyunca gösterilmektedir. Bir sonraki kelimeye geçişteki tek kıstas iki saniyelik gösterim süresidir. Kırk kelimenin yirmi tanesi daha önceden gösterilen kelime olup diğer yirmi tanesi de daha önceki bölümde görmedikleri kelimelerden oluşmaktadır. Katılımcı en son kelimeye cevap verdikten sonra test bitmekte ve elde edilen veriler program tarafından araştırmacının belirlediği dosyaya gönderilmektedir.

3.3.3.3 Görsel hafıza testi

Sağ yarıküre yapıları (sağ hipokampus dahil) sözel olmayan hafızayı desteklemekte ve kelimelerin kodlanması sol lateralize dorsal frontalda ve medial temporal lobda, hipokampalda aktivasyona yol açmaktadır (Trahan vd., 1990; Kelley vd., 1998; Banks

vd., 2012). Görsel hafıza testleri görsel hafıza ayrımlarının edinilmesini ölçmek için bir görsel tanıma prosedürünü ve gecikmeli tanımalı hafıza prosedürünü ve dikkatlilik oranını kullanmaktadır (Larrabee ve Curtiss, 1995). Optimal bir görsel hafıza testinin en az beş temel özelliği içermesi gerektiği görülmektedir: (1) tanıma hafızası formatı, (2) sözlü etiketlemeye kolaylıkla duyarlı olmayan karmaşık, belirsiz tasarımların kullanımı, (3) algısal olarak benzer uyaran sınıfları da dahil olmak üzere çok sayıda uyaran, (4) her bir öğeye sınırlı maruz kalma süresi (3 saniyeden az) ve (5) gecikmeli bir tanıma görevi (Trahan vd., 1990). Görsel hafıza testi için kullanılan resimler GAPED resim veri setinden alınmış olup aşağıdaki tabloda alınan resimler kodlarıyla birlikte aktarılmaktadır.

Tablo 3.3 Görsel hafıza testi kullanılan resim kodları

Resim No	GAPED Kodu	Resim No	GAPED Kodu
1	N064	N1	N085
2	P047	N2	P049
3	P109	N3	P053
4	P056	N4	P057
5	P067	N5	P063
6	P073	N6	P079
7	P087	N7	P081
8	P119	N8	P130
9	Sn126	N9	Sn127
10	Sp150	N10	Sp151
11	N001	N11	N013
12	N006	N12	N020
13	N009	N13	N023
14	N024	N14	N025
15	N036	N15	N102
16	N100	N16	N003
17	N106	N17	N017
18	N111	N18	N098
19	N105	N19	N027
20	N097	N20	N002

Testin yürütülmesi sürecinde katılımcı, deneyin prosedürlerini yürüten bilgisayarın bulunduğu odaya davet edilmekte ve gürültünün ve diğer kesintilerin etkisini önlemek için odanın sessiz olması sağlanmaktadır. Öncelikle katılımcılara işlemler ve kurallar anlatılarak, deneyin tanıtımı yapılmaktadır. İlk olarak program açıldığında kaçıncı katılımcı olduklarını soran bir ekran gelmekte ve katılımcıların burayı doldurmaları

istenmektedir. Katılımcı numarası deneyi gerçekleştiren araştırmacı tarafından katılımcılara belirtilmiştir. Katılımcılara ilk olarak bir metin ekranı gelmekte ve görecekleri resimleri akıllarında tutmaları istenmektedir. Ardından katılımcının boşluk tuşuna basması ile birlikte resimler görülmektedir. Toplam yirmi adet resim gösterilmekte (Resim no sadece sayılardan oluşan veri seti) ve gösterim süresi bir saniye olmaktadır. Resimler her deneyde rastgele program tarafından katılımcılara gösterilmektedir. Resimler bittikten sonra katılımcıya yine bir metin ekranı gelmekte ve mümkün olan en kısa sürede en fazla doğru yanıtı vermesi gerektiği bildirilmektedir. Katılımcının hatırladığı resimler için sağ yön ok tuşu, hatırlamadığı resimler için ise sol yön ok tuşu tanımlanmıştır. Bu safhada katılımcıya rastgele kırk adet resim gösterilmektedir. Her resimden önce bir saniye süre ile ortasında artı işareti olan ekran gösterilmektedir. Resimlerin gösterim süresi ise iki saniye olarak ayarlanmıştır. Bunlardan yirmi tanesi daha önce gördüğü resimlerden 20 tanesi de çeldiricili (Resim no "N" ile başlayan veri seti) daha önce görmediği resimlerden oluşmaktadır. Resimleri cevaplamak için zaman kısıtı bulunmakta olup resim gösterim süresi olan iki saniye ile sınırlıdır. Resimlerin gösterilmesiyle birlikte görsel hafıza testi sona ermektedir.

3.3.3.4 Stroop testi

Stroop etkisi psikolojide en çok bilinen olgulardan biridir. Stroop (1935) tarafından ortaya atılmıştır. Stroop'un temel görevi, kelimenin kendisini göz ardı ederek, bir kelimenin rengine göre cevap üretmektir. Kelimenin kendisiyle eşleşmeyen renkli bir kelime olduğunda, katılımcılar zorlanmakta, cevaplama süreleri uzamaktadır (MacLeod, 1991). Stropp testler denenmiş ve nörobilim araştırmalarında gerçek bir ölçüt olarak kabul edilen gerçek bir ölçümdür (Bal, 2021: 226). Aslında bilgiyi işleme şeklimiz hakkında çok şey ortaya koymakta ve içgüdüsel hızımızın ötesinde düşünme yeteneğimizi değerlendirmemize yardımcı olmaktadır. Stroop görevinde gözlemlenen etkiler, insanın seçici dikkat kapasitesini ve belirli uyaranların dikkat kontrolünden kaçma yeteneğini açıkça göstermektedir (Cohen vd., 1990). İlgili ve alakasız bilgileri ayırt etmek, seçici dikkat olarak bilinen bilişsel bir beceridir ve algısal çatışmanın başarıyla işlenmesi için kaçınılmazdır (Ging Jehli, 2022).

Testin yürütülmesi sürecinde katılımcı, deneyin prosedürlerini yürüten bilgisayarın bulunduğu odaya davet edilmekte ve gürültünün ve diğer kesintilerin etkisini önlemek için odanın sessiz olması sağlanmaktadır. Öncelikle katılımcılara işlemler ve kurallar anlatılarak, deneyin tanıtımı yapılmaktadır. İlk olarak program açıldığında kaçıncı katılımcı olduklarını soran bir ekran gelmekte ve katılımcıların burayı doldurmaları istenmektedir. Katılımcı numarası deneyi gerçekleştiren araştırmacı tarafından katılımcılara belirtilmektedir. Bu ekranın doldurulmasından sonra deneyde kullanmaları gereken tuşlar ve deneyin genel olarak anlaşılır, kısa bir anlatım ekranı gelmektedir. Elde edilecek verilerin daha güvenilir ve katılımcıların deneyi daha iyi anlamaları için örnek bir deney tasarımı oluşturulmuştur. Katılımcılar bu örnek deneyi tamamladıktan sonra asıl deneye geçebilmektedirler. Ayrıca katılımcılardan mümkün olan en kısa sürede ekrandan gelen uyarılara cevap vermeleri istenmiştir.

Katılımcıların cevaplayabilmeleri için yön tuşları seçilmiştir. Sol yön oku kırmızı renge, sağ yön oku mavi renge, yukarı yön oku sarı renge ve aşağı yön oku yeşil renge tekabül etmektedir. Bu tekabülüyet hem deney aşaması hem de asıl deney aşaması için geçerli kılınmıştır. Deney tanıtım aşamasında katılımcılara toplam 8 adet kelime gösterilmektedir. Bunlardan 4 adedi kendi renklerinde diğerleri ise farklı renklerdedir. Bu aşamada katılımcılar düzenli sıra ile rekleri görmektedirler. Bundaki temel amaç katılımcıların deneyi anlayabilmeleri ve yön ok tuşlarını tanıyabilmeleridir. İlk iki kelime kırmızı renkte, sonraki iki kelime mavi renkte, sonraki iki kelime sarı renkte ve en son çıkan iki kelime yeşil renktedirler. Deney tanıtım aşamasındaki kelimeler ve renkler aşağıda yer alan tabloda gösterilmiştir.

Tablo 3.4 Stroop test tanıtım aşaması kelime ve renkler – I

Kelime	**Kelime Rengi**
Sarı	Kırmızı
Kırmızı	Kırmızı
Yeşil	Mavi
Mavi	Mavi
Kırmızı	Sarı
Sarı	Sarı
Yeşil	Yeşil
Sarı	Yeşil

Katılımcılara deney aşamasında doğru oku tıklayana kadar diğer ekrana geçiş verilmemekte ve her doğru yaptıklarında doğru yaptıklarına yönelik ekran görülmekte ve ardından bir sonraki kelimeye geçilmektedir. Deney tanıtım aşaması bittikten sonra tekrardan yön ok tuşlarının hangi renklere tekabül ettiklerine yönelik bilgilendirici ekren gelmekte ve katılımcının enter tuşuna basmasıyla birlikte asıl deney başlamaktadır. Stroop test deney aşamasında rast gele 12 kelime gelmekte ve katılımcıların cevaplamaları istenmektedir. Bu 12 kelimenin 4 tanesi kendi renginde olup 8 tanesi farklı renktedir. Katılımcılar için deney aşamasında her nekadar zaman problemi olmasada katılımcılara mümkün olan en kısa sürede yön ok tuşlarına basmaları istenmektedir.

Tablo 3.5 Stroop test tanıtım aşaması kelime ve renkler – II

Kelime	**Kelime Rengi**
Yeşil	Sarı
Mavi	Kırmızı
Yeşil	Yeşil
Mavi	Mavi
Kırmızı	Sarı
Sarı	Sarı
Sarı	Kırmızı
Kırmızı	Kırmızı
Kırmızı	Yeşil
Mavi	Sarı
Yeşil	Mavi
Sarı	Mavi

Katılımcıları yön ok tuşlarına bastıkları zaman herhangi bir doğru ya da yanlış basıp basmadıklarına yönelik ekran gelmemekte ve yön ok tuşlarından herhangi birine basıldığında bir sonraki kelime ekranın ortasında görülmektedir. Toplamda 12 kelimeye cevap verildikten sonra stroop test bitmektedir. Böylece stroop test tüm aşamalarıyla tamamlanmakta ve veriler ayrı bir klasöre program tarafından gönderilmektedir.

3.3.4 EEG Deneyi

EEG, kafa derisinden gelen elektriği kaydetmek için kullanılan beyin izleme tekniğidir. EEG sinyalinin kaydedilmesiyle, çeşitli uyaranlara yanıt veren beyin elektriksel aktiviteleri tipik olarak insan duygu tanıma tekniğiyle değerlendirilir. Elektroensefalografi (EEG) olarak bilinen bir beyin görüntüleme tekniği, kafadaki sensörlerden beyin aktivitesinin kaydedilmesini içermektedir (Wan Ismail vd., 2016). Bireyler beyin fonksiyonlarını değerlendirdiği bilinen görevleri yerine getirirken bu kaydın gerçekleştirilmesi, katılımcının kendi deneyimlerine ilişkin subjektif raporuna güvenmek yerine objektif değerlendirme fırsatı sunmaktadır (Ewers, 2020: 3). Çoğu durumda, uluslararası 10/20 sistemine göre insan kafa derisinin farklı bölgelerine yerleştirilen 8, 16 veya 32 çift metal elektrot kullanılarak EEG sinyali kaydedilir.

EEG sensörleri, beynin altında yatan bölgenin adını taşıyan harflerle etiketlenmiştir. Örneğin, prefrontal (Fp), frontal (F), merkezi (C), temporal (T), parietal (P) ve oksipital (O). Ayrıca bu harfin içinde yer alan sayılar beynin yanal yerleşimini, tek sayılar sol yarıküreyi, çift sayılar ise sağ yarıküreyi göstermektedir. Bunun tersine, orta hat (sıfır çizgi) üzerindeki elektrotlar "z" harfiyle etiketlenir. Farklı duygusal uyaranlara verilen beyin tepkileri tipik olarak EEG frekans bandının (delta, teta, alfa, beta ve gama) çıkarılmasıyla değerlendirilir. Bu nedenle EEG frekans bantları farklı duygusal durumlarla ilişkilidir, dolayısıyla frekans alanı indeksleri duygu tespit ve sınıflandırma yöntemleri için yaygın olarak kullanılır (Chowdhury, 2020).

İlgi alanına odaklanarak EEG sinyallerini yorumlamak ve analiz etmek için bir takım farklı yaklaşımlar tanıtılmaktadır. İstatistiksel analiz (Sheikholeslami vd., 2007), makine öğrenmesi (Pane vd., 2019), derin öğrenme yöntemleri (Zheng vd., 2014), çeşitli EEG özelliklerini kullanarak belirli duygusal durumları tanımlamak için uygulanabilir. Kayıt yöntemi nedeniyle EEG, MEG veya fMRI gibi diğer beyin görüntüleme yöntemleriyle karşılaştırıldığında zayıf uzamsal çözünürlüğe sahiptir. Bununla birlikte, zamansal çözünürlüğü mükemmeldir ve milisaniyeye kadar çözünürlük sağlamaktadır (Duncan vd., 2009). Zamansal çözünürlüğün yüksek olması ve maliyetinin diğer yöntem cihazlarına göre daha az olmasından kaynaklı olarak EEG cihazları tercih edilmektedir.

Deney için kullanılan EEG kulaklığı AF3, F7, F3, FC5, T7, P7, O1, O2, P8, T8, FC6, F4, F8 ve AF4 olmak üzere 14 elektrotla donatılmıştır. Bu cihaz, tek bir analogdan dijitale dönüştürücü ve 256 veya 128 Hz'ye alt örneklenebilen 2048 Hz dahili örnekleme hızıyla sıralı örnekleme kullanarak çalışmaktadır (Wutzl vd., 2024). Hangi beyin dalgasının hangi dalgaya işaret ettiği ise aşağıda yer alan beyin dalgalarının sınıflandırılması tablosunda görülmektedir (Munk vd., 1996; John vd., 2001; Wan Ismail vd., 2016).

Tablo 3.6 Beyin dalgalarının sınıflandırılması

Dalga Türleri	Frekans	Tanım
Delta (δ)	0.5 – 3 Hz	**Derin Uyku** ➢ En yavaş beyin dalgalarıdır ve genellikle uykuyla ilişkilendirilir. ➢ Delta aralığındaki çoklu frekanslara, iyileşmede yararlı olan insan büyüme hormonunun salınması eşlik eder. ➢ Delta, uyanık durumda üretilirse, bilinçaltı aktiviteye erişim fırsatı sağlayacak, bilinçli düşünceye akışı teşvik edecektir. ➢ Delta durumu aynı zamanda güçlü bir empati ve sezgi duygusuna sahip kişilerle de ilişkilendirilir.
Theta (θ)	3 – 8 Hz	**Derin rahatlama, Meditasyon, Geliştirilmiş Hafıza** ➢ Hafif uykuda rüya gördüğümüzde veya sıklıkla bilinçli olarak rüya gördüğümüz söylendiğinde ortaya çıkar. ➢ Teta frekansı stresten kurtulma ve hafızanın uzun süre hatırlanmasıyla ilişkilidir. ➢ Alacakaranlık koşulları (alacakaranlık) daha derin meditasyona ulaşmak için kullanılabilir, bu da genel sağlığın iyileşmesine, yaratıcılığın ve öğrenmenin artmasına neden olur.
Alpha (α)	8 – 12 Hz	**Yaratıcılık, Rahatlama, Görselleştirme** ➢ Enerji ve yaratıcılığın akışını ve sağlıklı hissetmeyi teşvik eden bir rahatlama durumuyla karşılaştırıldığında çok eksileri var. ➢ Alfa beyin dalgaları, yaratıcılığımıza açılan bir kapı görevi görecek şekilde düşünme, problem çözme ve görselleştirme için ideal koşullardır.
Beta (β)	12 – 27 Hz	**Dikkat, Konsantrasyon** ➢ Zihnimizi her zaman keskin ve odaklanmış tutmak. ➢ Beta durumunda beynimiz bilginin analizini ve hazırlanmasını kolaylıkla yapacak, çözüm ve yeni fikirler üretecektir. ➢ Beta, iş verimliliği, sınavlara çalışma veya yüksek konsantrasyon ve uyanıklık gerektiren diğer faaliyetler için çok faydalıdır.
Gamma (γ)	> 27 Hz	**Bölgesel Öğrenme, Bellek ve Dil İşleme, Düşünme** ➢ Anestezinin derin uykuya neden olduğu için gama dalgaları beyin sinyallerinden uzakta gösterilir

EEG Parmak Tıklatma Testi tasarlanırken daha önceden yapılan araştırmalar (Roth ve Bättig, 1991; Knyazeva vd., 1997; Astolfi vd., 2005; Murta vd., 2017; Wairagkar, 2017; Go vd., 2024) incelenerek deney tasarlanmıştır. EEG Sözel Hafıza Testi tasarlanırken bu alanda yapılmış olan çalşmalardan (Lee vd., 1990; Volf ve Razumnikova, 1999; Weiss ve Mueller, 2003; Hwang vd., 2005; Berka vd., 2007; Garn vd., 2014; Xia vd., 2020) faydalanılmıştır. EEG Görsel Hafıza Testi tasarlanırken bu alanda yapılmış olan araştırmalardan (Axmacher vd., 2008; Wolff vd., 2015; Wiegand vd., 2016; Huo, 2016; Wiegand vd., 2017; de Vries vd., 2017; Rui ve Gu, 2021; Darfler vd., 2022) faydalanarak deney tasarlanmıştır. EEG Stropp Testi tasarlanırken bu alanda yapılmış olan araştırmalardan (West ve Bell, 1997; Schack vd., 1999; West ve Alain, 2000; Bruchmann vd., 2010; Unde ve Shriram, 2014; Cuevas vd., 2016; Ambrosini ve Vallesi, 2017; Haciahmet vd., 2023) faydalanılmıştır.

Tüm EEG deneylerinden veri elde edilebilmesi için PsychoPy programına EEG cihazı entegre edilmiştir. Böylece nörobilişsel performansın ölçümünde zamansal farklılıkların önüne geçilmeye çalışılmıştır. Araştırmaya gönüllü katılımın istenilen düzeyde olması amacıyla çalışanlara yönelik toplu bilgilendirmeler yapılmıştır. Bu bilgilendirmede özellikle EEG cihazının katılanlara herhangi bir zararının olmadığı (fiziki ya da psikolojik), bir veri toplama aracı olduğu ve elde edilen bulguların kişiden bağımsız olarak (herhangi bir katılımcının bilgilerinin paylaşılmayacağı) analize tabi tutulacağı belirtilmiştir. Katılımcıların ikna olması için her oturumda EEG cihazı ve PsychoPy programı ile araştırmacı tarafından prosedür teker teker uygulanmıştır. Gönüllü katılımcıların soruları hassasiyetle cevaplandırılarak katılım üst düzeyde tutulmaya çalışılmıştır.

3.4 Verilerin Analizi

Öznel iyi oluş (ÖİO) bireylerin yaşamlarını bilişsel ve duygusal boyutlarda değerlendirmeleri sonucunda ortaya çıkan genel bir iyi olma hali olarak tanımlanmaktadır. Bu kavram, olumlu duyguların sık yaşanması, olumsuz duyguların görece daha az deneyimlenmesi ve bireyin yaşamından duyduğu genel doyum düzeyi olmak üzere üç temel bileşenden oluşmaktadır (Diener, 1984). Bu çalışmada öznel iyi oluşun ölçülmesinde söz konusu kuramsal çerçeve esas alınmıştır. Buna göre öznel iyi

oluş düzeyinin belirlenmesinde olumlu duygulanım ve olumsuz duygulanım boyutlarını değerlendiren ölçeklerden yararlanılmıştır. Araştırmada olumlu ve olumsuz duygulanım düzeylerini ölçmek amacıyla ilgili ölçme araçları kullanılmış ve öznel iyi oluş düzeyi bu iki boyutun birlikte değerlendirilmesi yoluyla hesaplanmıştır. Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) ve Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği (OODÖ) araştırmada kullanılmıştır. Bu doğrultuda öznel iyi oluş, bireyin olumlu duygulanım düzeyinin olumsuz duygulanım düzeyinden arındırılmasıyla elde edilen bileşik bir gösterge olarak ele alınmıştır. ÖİO bu kapsamda aşağıda yer alan formüle göre ölçülmeye çalışılmıştır (Doğan ve Eryılmaz, 2013; Xu vd., 2018):

Öznel İyi Oluş (ÖİO) = (Olumlu Duygu + Yaşam Doyumu) – Olumsuz Duygu

Bu yaklaşım, öznel iyi oluşun hem duygusal deneyimlerin sıklığını yansıtmasını sağlamakta hem de bireyin genel duygusal dengesini dikkate alan bütüncül bir değerlendirme sunmaktadır (Diener, 1984; Diener vd., 1999).

Araştırmanın kapsamı doğrultusunda iki çalışma yürütülmüştür. Birinci araştırma İşyerinde Merak Ölçeği'nin Türk dili ve kültürüne uyarlaması olarak gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda uyarlama çalışması yapılan ölçek farklı zamanlarda aynı katılımcı grubuna test/tekrar test metodolojisi esas alınarak uygulanmıştır. Farklı zamanlarda elde edilen verilerin yorumlanabilmesi amacıyla geçerlik ve güvenirlik analizleri ile keşfedici faktör analizi uygulanmıştır.

İkinci araştırma çalışmanın ana değişkenleri arasındaki ilişki, etki ve nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolünün tespitine yönelik olarak gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda elde edilen veiler ilk olarak betimleyici istatistik analizlerine tabi tutulmuştur. Ölçeklerin alt boyutlarının tespiti amacıyla keşfedici farktör analizi yapılmıştır. Alt boyutların demografik özelliklere göre farklılaşıp farklılaşmadığının tespit amacıyla bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Ölçekler arası ilişki ve etkinin yönü ile boyutunun tespiti amacıyla korelasyon ve resresyon analizleri yapılmıştır. Düzenleyici değişkenin anlamlılığı ve etkisinin boyutunun tespiti amacıyla Hayes Process Macro uzantısıyla düzenleyici değişken analizi uygulanmıştır.

Araştırmanın amacı doğrultusunda geliştirilen hipotezlerin test edilmesi için öncelikle veriler betimleyici istatistikler aracılığıyla incelenmiştir. Bu kapsamda, katılımcılara ilişkin demografik değişkenlerin dağılımlarını belirlemek ve örneklemin genel özelliklerini ortaya koymak amacıyla frekans ve yüzde analizleri yapılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçeklerin ölçme açısından yeterli olup olmadığını değerlendirmek amacıyla geçerlik ve güvenirlik analizleri gerçekleştirilmiştir. Ayrıca ölçeklerin faktör analizine uygunluk düzeyleri incelenerek veri setinin faktör yapısını ortaya koymaya elverişli olup olmadığı test edilmiştir. Ölçeklerin alt boyutlarını belirlemek amacıyla keşfedici faktör analizi uygulanmış ve elde edilen bulgular doğrultusunda ölçeklerin boyutsal yapısı değerlendirilmiştir. Faktör analizi sonucunda belirlenen alt boyutlara ilişkin puanların dağılım özellikleri normallik testleri ile incelenmiş, bu inceleme sonucunda kullanılacak istatistiksel tekniklerin parametrik ya da parametrik olmayan analizlerden hangisi olacağına karar verilmiştir. Sonuç olarak, araştırma verileri hem betimleyici hem de çıkarımsal istatistikler açısından uygunluk bakımından değerlendirilmiş ve hipotezlerin test edilmesinde bilimsel ölçütlere uygun bir analiz süreci izlenmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde birinci ve ikinci araştırma süreciyle elde edilen bulgular açıklanmakta, araştırma kapsamında oluşturulan hipotezler test edilerek sonuçları aktarılmaktadır.

4.1 Birinci Araştırma ve İşyerinde Merak Ölçeği Türkçe Uyarlaması

Ölçek uyarlama çalışması için aynı katılımcı grubuna uygulama yapılmıştır. Her iki uygulama için demografik özellikler aynıdır. Katılımcıların demografik özelliklere yönelik ifadelere vermiş oldukları yanıtlardan yola çıkılarak araştırmaya katılanların demografik özellikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerinin betimleyici analiz bulguları aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.1 Birinci araştırma için demografik bulgular

Değişken	f	%	Değişken	f	%
Cinsiyet			**Medeni Durum**		
Kadın	110	68,8	Evli	45	28,1
Erkek	50	31,3	Bekar	115	71,9
Yaş			**Eğitim Durumu**		
22 ve altı	34	21,3	Lise altı	69	43,1
23-27	35	21,9	Lise ve dengi	68	42,5
28-32	26	16,3	Lise üstü	23	14,4
33-37	42	26,3	**Yerleşim yeri**		
38-42	11	6,9	Köy	12	7,5
43 ve üstü	12	7,5	İlçe	148	92,5
Toplam	**160**	**100**	**Toplam**	**160**	**100**

Demografik bulgular incelendiğinde, araştırmaya katılanların büyük çoğunluğunu kadınların (%68,8) oluşturduğu, erkek katılımcı oranının ise %31,3 olduğu görülmektedir. Medeni durum bakımından katılımcıların çoğunluğunun bekar (%71,9), daha düşük bir kısmının ise evli (%28,1) olduğu anlaşılmaktadır. Yaş dağılımı değerlendirildiğinde, en yüksek katılımın 33-37 yaş grubunda (%26,3) olduğu, bunu 23-27 yaş (%21,9) ve 22 ve altı yaş grubunun (%21,3) izlediği görülmektedir. Eğitim durumuna göre katılımcıların ağırlıklı olarak lise altı (%43,1) ve lise ve dengi (%42,5) eğitim düzeyinde toplandığı, lise üstü eğitim düzeyine sahip

katılımcı oranının daha düşük (%14,4) olduğu belirlenmiştir. Yerleşim yeri açısından ise katılımcıların çok büyük bir kısmının ilçede (%92,5), sınırlı bir kısmının köyde (%7,5) yaşadığı tespit edilmiştir. Genel olarak araştırma örnekleminin daha çok kadın, bekar, 33-37 yaş grubunda, lise altı ve lise ve dengi eğitim düzeyine sahip ve ilçe merkezinde yaşayan bireylerden oluştuğu görülmektedir.

4.1.1 Ölçek

İşyerinde Merak Ölçeği Kashdan vd. (2020), tarafından geliştirilen 5'li likert tipi cevaplı ve 16 ifadeden oluşan bir ölçektir. Kashdan vd. (2020) İMÖ istatistiki verilerini test/tekrar test güvenirlik katsayısı için 0,75 ve iç tutarlık katsayısı için 0,82 olarak tespit etmişlerdir. Ölçekteki ifadelere verilecek cevaplar ise: 1=Very slightly or not at all, 2=A little, 3=Moderately, 4=Quite a bit, 5=Extremely olarak kodlanmıştır. Araştırmacının bu kodlama sistematiği Türkçeye uyarlanmış olup: 1 – Çok az ya da hiç; 2 – Az; 3 – Ne fazla ne az; 4 – Fazla; 5 – Çok fazla olarak kodlanmıştır.

4.1.2 Ölçek Uyarlama Süreci

Farklı dillerdeki ölçeklerin Türkçeye uyarlanmasıyla ilgili örnek olarak çeşitli araştırmacıların eserleri incelenmiştir: Brislin (1970), Chang vd. (1999), Beaton ve Guillemin, (2000), Hall vd. (2003), Sperber (2004), Çetin ve Basım (2012), Karakoç ve Dönmez (2014), Ljungberg vd. (2015), Acar Güvendir ve Özer Özkan, (2015), Bayık ve Gürbüz (2016), Çapık vd. (2018), Büyükgöze Kavas ve Ünal (2019), Aktaş (2020). Ölçeğin Türkçeye uyarlaması, Aktaş (2020) tarafından yapılan çalışmadaki metadoloji örnek alınarak araştırmacı tarafından yapılmış olup uyarlama aşamaları aşağıda yer alan şekilde gösterilmiştir.



Şekil 4.1 İMÖ uyarlama süreci

Birinci aşama olarak çeviri/geri çeviri yapılması İMÖ'nün Türkçeye uyarlanması aşamasının ilk safhası çeviri/geri çeviri yapılmasıdır. Çeviri yapılırken ölçeğin aslındaki dilin deyimsel, kültürel ve dil bilimsel yapısı, alansal anlamlılığı değiştirilmemeli, çevirinin tamamlanmasıyla da ölçek kabul edilebilir ve doğal olmalıdır (Arafat vd., 2016). Çeviri aşamalarında doğrudan kelimeler birebir çevrilmemeli anlamsal olarak ölçülmek istenen kavrama uygun olan çeviri yapılmalıdır (Hall vd., 2003). Bu safhada sırasıyla; çeviri yapma, odak grup görüşmesi ve uzman görüşü alma süreçleri uygulanmıştır.

İlk olarak İngilizceyi iyi seviyede bilen alan uzmanlarından 3 kişi, İngilizce Mütercim ve Tercümanlık bölümünden mezun 2 kişiden oluşan toplamda 5 kişilik bir grup araştırmaya katılmıştır. Ölçeğin orijinal hali katılımcılara gönderilmiştir. İlk çevirinin birbirinden haberdar olmayan en az iki katılımcıyla gerçekleştirilmesi ve çevireceklerden birisinin konuyla ilgili bilgilendirilip diğerinin bilgilendirilmemesi önerilmektedir (Beaton vd., 2007; Coster ve Mancini, 2015). Grup üyelerinin hepsi birbirinden bağımsız olarak 16 maddelik İMÖ'yü Türkçeye çevirmiş ve çeviriler toplanarak gruba dahil olanlarla tartışılmıştır. Ölçeğe son hali verildikten sonra Türkçe çeviri profesyonel çevirmenlerce tekrardan İngilizceye çevrilmiştir. Tekrar çevirinin orijinal ölçekle birebir olması beklenmemektedir (Beaton vd., 2007). Araştırmaya katılan uzmanlarca İMÖ'nün orijinal maddeleriyle tekrardan İngilizceye çevrilen maddelerin birbirleriyle uyuşup uyuşmadıkları, yapılan çevirilerin düzgün/doğru

çevrilip çevrilmediği karşılaştırılıp çeviri süreci nihayete erdirilmiştir. Böylece İMÖ'nün ilk hali ortaya çıkmıştır.

İkinci aşama olarak ise odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Odak grup görüşmesinin temel amacı çevirisi yapılan ölçeğin Türk kültür ve diline uygunluğunun ortaya konması ve çeviriyle birlikte meydana gelebilecek anlam kayıplarının azaltılabilmesidir (Özeren, 2021). Bu amaç doğrultusunda işletme alanında doktorasını tamamlamış 4 kişi ve halen doktorasını yapan 4 kişi olmak üzere toplam 8 kişi ile grup oluşturulmuş olup odak grup görüşmesi gerçekleştirilmiştir. Her bir madde ayrı ayrı değerlendirilerek her bir katılımcıya "Öneriniz var mı?", "Anlaşılır mı?" ve "Kültürümüze uygun mu?" ifadeleri yönlendirilmiştir. En son olarak ise Uzman Görüş Formu tanzim edilmiştir. Odak grup görüşmesi neticesinde İMÖ'nün ilk hali görüşmeye katılanların fikir birliği ile uygun görülmüştür.

En son aşama olarak ise araştırmanın alanında çalışan profesör ünvanlı iki uzmana ölçeğin son hali verilmiştir ve uzman görüşü değerlendirme formunu doldurması istenmiştir. Uzman görüşünün alınmasının temel nedeni çevirinin çeviri yapılan dilin kültürüne uygun olup olmadığı, asıl dil ile çeviri yapılan dil arasında tutarsızlık olup olmadığının tespiti ve çeviri sonrası ifadelerin ölçeğin incelemek istediği kavramları karşılayıp karşılamadığının tespitinin yapılmasıdır (Jesus ve Valente, 2016). Uzman görüşünden elde edilen veriler aynı zamanda ölçeğin yapı ve kapsam geçerliği hakkında bir öngörü niteliğindedir (Yurdugül, 2005). Ölçek maddeleri işyerinde merak kavramına yönelik olarak hazırlandığından dolayı alansal bir ölçek olduğu uzmanlar tarafından belirtilerek ölçeğin uyarlamasınının uygun olduğu uzmanlarca tasdik edilmiştir. Böylece çeviri/tekrar çeviri, odak grup görüşmesi ve uzman görüşü sonucunda İMÖ'ye son hali verilmiştir.

İkinci aşama olarak pilot uygulama aşamasında ölçeğin amacına uygun olarak çalışanlar tercih edilmiştir. Bu aşamada özel bir işletmede yer alan çalışanlar belirlenerek onlarla görüşülmüştür. Karaköse (2014) ve Türkçapar vd. (2008) araştırmalarında yaptıkları gibi katılımcılar seçilirken herhangibir psikolojik rahatsızlıklarının olup olmadığı sorularak psikolojik rahatsızlığı olmayanlar araştırmaya dahil edilmiştir. Katılımcılardan test maddelerini okuyup açıklayarak

cevaplamaları istenmiştir. Örneklem sayısı araştırmanın evreni ve örneklemi bölümünde belirtildiği üzere 160 olarak belirlenmiştir. Her bir madde için anlaşılmayan bir husus olup olmadığı, ek bilgilendirmeye ihtiyaç duyulup duyulmadığı, anlatım dilinde problem olup olmadığı tespit edilmeye çalışılmıştır. Pilot uygulamaya 160 kişi dahil edilmiştir.

Pilot uygulama yapılırken farklı bir alandan doktorasını tamamlamış bir arştırmacı gözlemci olarak araştırmaya katılmıştır. Bu yöntemdeki amaç gözlemcinin yaptığı değerlendirmenin objektifliğinden dolayı daha çok tercih edilebilir olmasından ileri gelmektedir. Gözlemci tarafından derecelendirilen yöntemler aynı zamanda avantajlar da sağlamaktadır (McLeod ve Weisz, 2005; McLeod vd., 2016). Araştırma öncesi gözlemciye gerekli açıklamalar yapılarak araştırmanın amacı, önemi, uygulanışı hususlarında kısa bilgilendirme yapılmıştır. Ayrıca gözlemcinin gözlemlerini belirtebilmesi için araştırmacı tarafından hazırlanan gözlemci formunu doldurması istenmiştir. Gözlemcinin kayıtlarından elde edilen bulguların çizelgeyi tam karşıladığı tespit edilmiştir.

Üçüncü aşama olarak verilerin toplanması sürecinde asıl ölçeğin kullanımı ve Türkçeye uyarlaması için ölçeği oluşturan araştırmacılardan izin alınmıştır. Ayrıca ölçeğin Türkçeye çevirisi tamamlanmış hali için Kastamonu Üniversitesi'nden Etik Kurul raporu alınmıştır. Ardından araştırmanın yürütülebilmesi için katılımcı özel işletmelerin sahiplerinden anketin uygulanmasına ve çalışanlarının araştırmaya katılabileceklerine dair onay alınmıştır. Tüm bu süreçlerin tamamlanmasıyla birlikte Türkçeye çevirisi tamamlanmış olan ölçeğin test uygulaması sürecine geçilmiştir.

Türkçeye çevrilmiş ölçek uygulamasında ilk testte katılımcılara teste başlamadan önce ölçek hakkında bilgi verilmiştir. Araştırmanın amacı ve kapsamından bahsedilmiş ve ölçeği içtenlikle cevaplamaları istenmiştir. İlk pilot teste katılan 160 katılımcı ile yüz yüze birebir anket uygulaması yapılmıştır. Anketlere isim ya da kimlik bilgilerini belirli edecek herhangi bir şey yazmamaları istenmiştir. Ardından test/tekrar test aşamasına geçilmiştir. Test-tekrar test güvenirliği, katılımcıların performanslarının farklı oturumlarda tutarlı olması ve oturumlar arasındaki sürenin uygulamanın performans üzerindeki etkilerini azaltmak için yeterli olması da dahil olmak üzere

çeşitli varsayımlara sahiptir (Izgi vd., 2022). Aynı ölçeğin seri kullanımının, özellikle kısa aralıklarla ilk tekrarda yakın sonuçlar göstermesi beklenmektedir (Collie vd., 2003). Aynı katılımcı grubuna 20 gün sonra tekrardan aynı test uygulanmıştır. Böylece test-tekrar test uygulaması tamamlanmıştır. Katılımcılardan elde edilen görüşmeler ve anket sonuçları doğrultusunda veriler elde edilmiş ve sonuçlar değerlendirilmiştir. Bilgilendirmeler ve yüz yüze görüşülen süreler çıkarıldığında katılımcıların ölçeği cevaplama süreleri ortalama olarak 2 dakika 3 saniye olarak tespit edilmiştir. Veriler 25 Aralık 2025-25 Ocak 2026 tarihleri arasında toplanmıştır.

Dördüncü aşama olarak verilerin analizi aşamasında elde edilen veriler SPSS programından faydalanılarak güvenirlik ve geçerlik analizlerine tabi tutulmuştur. Güvenirlik ölçeğin farklı zamanlarda ve farklı gruplarda uygulanması durumunda sonuçların kararlılığıdır (Gay, 1985). Ölçek maddelerinin birbirleriyle tutarlı olup olmadığı ve ölçeğin tutarlı ölçüm yapıp yapmadığının tespiti için iç tutarlılık ve güvenirlik analizleri yapılmalıdır (Bayık ve Gürbüz, 2016). İç tutarlılık güvenirliği ölçek maddelerinin kendi arasında tutarlı olup olmadığını ortaya koymaktadır. Bu amaç doğrultusunda Cronbach Alpha değeri tespit edilir. Cronbach Alpha güvenirlik katsayısının özellikle iki seçenekli yani nominal veriler dışında uygulanmasının daha sağlıklı olacağı değerlendirilmektedir. Elde edilecek katsayının genel olarak 0,70'den büyük olması beklenmektedir (Ercan ve Kan, 2004).

Ölçeğe test/tekrar test uygulanarak ölçeğin farklı zamanlarda yakın sonuçlar verip vermediği test edilmiştir. Tekrarlanan ölçek yöntemi, bir ölçüm aracının aynı koşullar altında, önemli görülen hatırlamayı bertaraf edecek kadar uzun, ancak ölçülecek özelliklerde önemli değişikliklere izin vermeyecek kadar kısa bir süre boyunca aynı denek grubuna iki kez uygulanmasını içermektedir (Beaton ve Guillemin, 2000). Her iki ölçümden edinilen korelasyon katsayıları ölçek için güvenirlik katsayısı olarak kabul edilir (Shrout ve Fleiss, 1979; O'Connor, 1993).

Puanlayıcının farklı zamalardaki yanıtlarının güvenirliği değerlendirildiğinde güvenirlik, gözlenen değişkene ilişkin elde edilen puanların tutarlılığına göre tahmin edilmektedir. Bir araca verilen yanıtların, tekrarlanan uygulamalarla, alternatif formlarla uygulamalarla vb. tutarlı puanlar elde edilmesi durumunda güvenilir olduğu

söylenir (O'Rourke ve Hatcher, 2013: 99). Ölçeğin farklı zamanlarda aynı katılımcıya uygulanması ile katılımcının vermiş olduğu cevaplar arasında tutarlılık ile ölçme aracının ölçümdeki güvenirliğinin ortaya konması açısından Kappa istatistik analizi yapılmaktadır (Sıddık, 2004).

Kappa testi aynı zamanda farklı iki katılımcının ölçeğe vermiş olduğu yanıtlar arasındaki uyum derecesini ölçmek için de kullanılmaktadır (Cohen, 1960; Kılıç, 2015; Bıkmaz Bilgen ve Doğan, 2017). Kappa testi her ne kadar kategorik değişkenlerin analizinde yaygın olarak kullanılsa da (Tanrısever, 2018: 117) likert tipi ölçeklerin analizinde kullanılabilmektedir (Özdemir, 2018). Özellikle likert tipi olan ve katılımcıdan katılımcıya farklı anlamlar ifade eden ölçekler için aynı katılımcının farklı zaman dilimlerinde vermiş olduğu yanıtların değerlendirilmesi daha doğru olacaktır (Brennan ve Prediger, 1981). Çünkü her katılımcının geçmiş yaşamı birbirinden farklı olacağı için sosyal bilimlerde geliştirilen ya da uyarlanan ölçekler için farklı katılımcıların verdiği cevaplar birbirleriyle tutarsız olabilecektir. Kappa değeri anlamlılıkları aşağıdaki tabloda yer almaktadır (Landis ve Koch, 1977: 165).

Tablo 4.2 Kappa değeri anlamlılıkları

Değer (K)	Sonuç
<0,00	Kötü uyum
0,00-0,20	Zayıf düzeyde uyum
0,21-,040	Ortanın altı düzeyde uyum
0,41-0,60	Orta düzeyde uyum
0,61-0,80	Önemli düzeyde uyum
0,81-1,00	Nerdeyse mükemmel uyum

Bu araştırmada katılımcı rastgele seçilmiş olup katılımcıya İMÖ uygulanmıştır. İlk uygulamadan yaklaşık bir ay sonra aynı ölçek tekrar uygulanmış olup katılımcıdan elde edilen her iki veri de Kappa istatistiğine tabi tutulmuştur. Cohen Kappa testi uyumun şans eseri gerçekleşebileceğini de hesaba katmasından dolayı elde edilecek istatistiki sonuçların daha güçlü olmasını sağlamaktadır. Elde edilen kappa

değerlerinin anlamlılıklarının yer aldığı tabloda da gösterildiği üzere analiz sonucu elde edilecek istatistiki sonuç +1 ve -1 değerleri arasında olup pozitif yönlü olması uyumun ne derecede, negatif yönlü olması uyum tersliğinin ne derecede olduğunu ve sonucun sıfır çıkması durumunda uyumun şansa bağlı gerçekleşeceğini göstermektedir (Landis ve Koch, 1977; Kılıç, 2015). Bu çalışmada katılımcının farklı zamanlarda ölçeğe vermiş olduğu yanıtların birbirleriyle uyum halinde olduğu tespit edilmiş olup elde edilen veriler aşağıda gösterilmiştir.

Tablo 4.3 Farklı zamanda verilen yanıtlar

İfadeler		**2**				**Toplam**
		Çok Az ya da Hiç	**Orta Derece**	**Oldukça**	**Tamamen**	
1	Çok Az ya da Hiç	1	0	0	0	1
	Orta Derece	0	4	0	0	4
	Oldukça	0	1	9	0	10
	Tamamen	0	0	0	1	1
	Toplam	1	5	9	1	16

Tablo 4.4 Kappa Analiz Sonuçları

		Değer	**Asymptotic Standart Hata**	**Yaklaşık t Değeri**	**Anlamlılık Katsayısı**
Uyum İyiliği	Kappa	0,889	0,108	4,901	0,000*
Geçerli Madde Sayısı		16			

*p<0,01

Yukarıda yer alan tablolarda katılımcının farklı zamanlarda vermiş olduğu yanıtların uyum sonuçları görülmektedir. Sonuçlar incelendiğinde K değeri p<0,01 anlamlılık düzeyinde 0,889 olarak bulunmuş olup K=0,889'dur. İstatistiki analiz neticesinde elde edilen kappa değeri incelendiğinde Landis ve Koch'e (1977) göre neredeyse mükemmel bir uyumun olduğu görülmektedir.

4.1.3 Bulgular

İMÖ'nün yapı geçerliğini, güvenirliğini ve faktör yapısını tespit etmek amacıyla güvenirlik analizi ve Keşfedici Faktör Analizi (KFA) yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda Büyüköztürk vd. (2018), uygulannmasını tavsiye ettiği orthogonal (dik) döndürme yöntemlerinden Equamax ve temel bileşenler (principle components) metodları uygulanmıştır.

Analiz sonuçlarına göre, KMO katsayısı %86,4 olup bu sayının KMO≥%60 durumunda, Bartlett test sonucunun 0,00<0,05 çıkması, ölçekteki maddeler arası korelasyon≥%30 tespit edilmesi sonucunda yapının faktör analizine uygunluğu istatistiki olarak geçerlidir (Zwick ve Velicer, 1982; Schinka ve Velicer, 2003; Henson ve Roberts, 2006). İMÖ için KMO (%86,2) ve Bartlett test bulguları yapının KFA için uygun olduğunu göstermektedir.

Ölçeklerin güvenirlik ve geçerliğinde Cronbach Alfa değeri ve KFA sonuçlarına bakılabilmektedir (Çakmur, 2012). Faktör başına en az üç değişkenin olması tanımlanabilirlik açısından kritiktir (Anderson ve Rubin, 1956). O'Rourke ve Hatcher (2013: 67), faktör analizinde maddenin faktöre 0,40'a eşit olduğu veya daha büyük yüklemelerin anlamlı yüklemeler olarak değerlendirilmesini ve 0,40'ın altındaki yüklemelerin genellikle göz ardı edilmesini önermektedir. Ölçek güvenirliğini Cronbach veya alfa katsayısı (veya başka bir güvenirlik indeksi) ile değerlendirmek, anket araştırması yaparken üstlenilmesi gereken ilk görevlerden biridir (O'Rourke ve Hatcher, 2013: 105). İç tutarlılık, bir ölçeği oluşturan maddelerin aynı yapıyı ölçüp ölçmediğini gösteren bir güvenirlik göstergesidir. Maddelerin birbirleriyle ve toplam puanla yüksek ilişki göstermesi, ölçeğin daha tutarlı çalıştığına işaret eder. Bu özellik genellikle Cronbach alfa katsayısı ile değerlendirilir. Sosyal bilimlerde en yaygın kullanılan iç tutarlılık indeksi, Cronbach alfa olarak da bilinen ve Yunanca α harfiyle sembolize edilen alfa katsayısıdır (Cronbach, 1951). İç tutarlılığın ideal tahmini 0,80 ile 0,90 arasındadır (Clark ve Watson, 1993). Alfa katsayı değerleri yorumlanırken ölçeklerdeki madde sayısı da dikkate alınır. Bunun nedeni, Cronbach alfanın sekizden az maddeyle iç tutarlılığı olduğundan az tahmin etmesi, 30'dan fazla maddeyle ise iç tutarlılığı fazla tahmin etmesidir (Henson, 2001).

Tablo 4.5 İMÖ açımlayıcı faktör analizi (İlk uygulama)

Madde	Ort.	Std. Sapma	Faktörler			
			1	2	3	4
m15	4,91	0,980	0,889			
m14	4,05	0,963	0,884			
m16	4,79	1,129	0,861			
m13	4,03	0,938	0,858			
m8	4,56	1,050		0,824		
m5	4,63	1,103		0,796		
m6	4,88	1,057		0794		
m7	4,68	1,152		0,793		
m10	4,26	1,296			0,822	
m11	4,39	1,293			0,813	
m12	4,45	1,186			0,772	
m9	4,59	1,162			0,624	
m2	4,45	1,217				0,783
m1	4,64	1,179				0,761
m4	4,59	1,146				0,648
m3	4,73	1,110				0,638
Açıklanan Varyans			47,298	11,978	9,724	8,732
Toplam Açıklanan Varyans				77,732		
Cronbach Alfa				0,919		
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)				0,862		
Bartlett testi ki kare değeri				2037,239		
Serbestlik derecesi				120		
Anlamlılık düzeyi				0,000		

Kashdan vd. (2020), İşyerinde Merak Ölçeği'ni hem ana dili Almanca hem de İngilizce olan iki farklı gruptan elde ettikleri verilerle oluşturmuşlardır. Toplamda 16 maddeden oluşan ölçek 4 faktör altında toplanmış olup bunlar; *1-Fikirlere Açıklık, 2-Yoksunluk Hassasiyeti, 3-Strese Dayanım, 4-Keşif Hazzı* olarak adlandırılmıştır. Maddelerin faktör yükleri değerlendirildiğinde, tüm maddelerin ait oldukları faktörlerde yeterli ve güçlü yük değerlerine sahip olduğu anlaşılmaktadır. Birinci faktörde yer alan m15,

m14, m16 ve m13 maddelerinin faktör yüklerinin 0,858 ile 0,889 arasında değiştiği; ikinci faktörde yer alan m8, m5, m6 ve m7 maddelerinin faktör yüklerinin 0,793 ile 0,824 arasında olduğu; üçüncü faktörde yer alan m10, m11, m12 ve m9 maddelerinin faktör yüklerinin 0,624 ile 0,822 arasında değiştiği; dördüncü faktörde yer alan m2, m1, m4 ve m3 maddelerinin ise 0,638 ile 0,783 arasında yüklendiği görülmektedir. Bu sonuç, maddelerin ilgili oldukları faktörleri temsil etme gücünün yeterli olduğunu göstermektedir.

Açıklanan varyans oranları incelendiğinde, birinci faktörün toplam varyansın %47,298'ini, ikinci faktörün %11,978'ini, üçüncü faktörün %9,724'ünü ve dördüncü faktörün %8,732'sini açıkladığı belirlenmiştir. Dört faktörün birlikte açıkladığı toplam varyans oranının %77,732 olması, ölçeğin yapısal açıdan güçlü bir açıklayıcılığa sahip olduğunu ve maddelerin ölçülmek istenen yapıyı yüksek düzeyde temsil ettiğini göstermektedir.

Örneklemin faktör analizine uygunluğunu değerlendirmek amacıyla hesaplanan Kaiser-Meyer-Olkin değerinin 0,862 olması, örneklem yeterliliğinin oldukça iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Bartlett küresellik testi sonucunun anlamlı bulunması (χ^2=2037,239; sd=120; p=0,000) ise maddeler arasında faktör analizi yapılmasını gerektirecek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca ölçeğin Cronbach Alfa katsayısının 0,919 olması, iç tutarlılığın yüksek olduğunu ve ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı niteliği taşıdığını göstermektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, elde edilen bulgular ölçeğin dört faktörlü yapısının geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen istatistiki veriler ile ölçeği oluşturan araştırmacıların elde ettiği bulgular karşılaştırıldığında İMÖ Türkçe diline uyarlamasının istatistiki olarak uygun olduğu görülmektedir. İlk uygulama neticesinde elde edilen verilerin uygunluğunun ardından uygulamanın ikinci aşamasına geçilmiştir.

Aynı katılımcı grubuna 20 gün sonra tekrar test yöntemiyle uygulanan anket sonucunda elde edilen verilere yönelik yapılan keşfedici faktör analizi neticeleri ikinci uygulama tablosunda aktarılmıştır. Daha sonra birinci ve ikinci uygulamanın sonuçları istatistiki olarak karşılaştırılmıştır.

Tablo 4.6 İMÖ açımlayıcı faktör analizi (İkinci uygulama)

Madde	Ort.	Std. Sapma	Faktörler			
			1	2	3	4
m1	4,40	0,711	0,933			
m4	4,40	0,702	0,914			
m2	4,29	0,764	0,902			
m3	4,45	0,662	0,890			
m10	4,08	0,836		0,928		
m9	4,33	0,758		0,906		
m12	4,29	0,730		0,875		
m11	4,22	0,774		0,845		
m8	4,42	0,812			0,920	
m6	4,54	0,699			0,893	
m7	4,41	0,796			0,892	
m5	4,38	0,767			0,825	
m15	4,61	0,539				0,968
m16	4,51	0,663				0,901
m13	3,99	0,797				0,870
m14	4,05	0,791				0,783
Açıklanan Varyans			45,232	13,496	12,615	9,335
Toplam Açıklanan Varyans			80,677			
Cronbach Alfa			0,917			
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)			0,890			
Bartlett testi ki kare değeri			1998,210			
Serbestlik derecesi			120			
Anlamlılık düzeyi			0,000			

Yukarıda yer alan tablo incelendiğinde, işyerinde merak ölçeği ikinci uyglamasına ilişkin açımlayıcı faktör analizi sonuçlarının ölçeğin dört faktörlü bir yapıya sahip olduğunu gösterdiği görülmektedir. Maddelerin faktör yükleri değerlendirildiğinde, tüm maddelerin ilgili faktörlerde yüksek ve kabul edilebilir düzeyin oldukça üzerinde yüklendiği anlaşılmaktadır. Birinci faktörde yer alan m1, m4, m2 ve m3 maddelerinin faktör yüklerinin 0,890 ile 0,933 arasında değiştiği; ikinci faktörde yer alan m10, m9, m12 ve m11 maddelerinin faktör yüklerinin 0,845 ile 0,928 arasında olduğu; üçüncü faktörde yer alan m8, m6, m7 ve m5 maddelerinin faktör yüklerinin 0,825 ile 0,920

arasında değiştiği; dördüncü faktörde yer alan m15, m16, m13 ve m14 maddelerinin ise 0,783 ile 0,968 arasında yüklendiği belirlenmiştir. Bu bulgu, maddelerin ilgili oldukları faktörleri güçlü biçimde temsil ettiğini göstermektedir.

Açıklanan varyans oranları incelendiğinde, birinci faktörün toplam varyansın %45,232'sini, ikinci faktörün %13,496'sını, üçüncü faktörün %12,615'ini ve dördüncü faktörün %9,335'ini açıkladığı görülmektedir. Dört faktörün birlikte açıkladığı toplam varyans oranının %80,677 olması, ölçeğin yapısal açıdan yüksek açıklayıcılığa sahip olduğunu ve maddelerin ölçülmek istenen yapıyı güçlü biçimde temsil ettiğini göstermektedir.

Ölçeğin faktör analizine uygunluğunu değerlendirmek amacıyla hesaplanan Kaiser-Meyer-Olkin değerinin 0,890 olması, örneklem yeterliliğinin oldukça iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Bartlett küresellik testi sonucunun anlamlı bulunması (χ^2=1998,210; sd=120; p=0,000) ise değişkenler arasında faktör analizini gerektirecek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca Cronbach Alfa katsayısının 0,917 olması, ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğunu ve maddelerin iç tutarlılığının güçlü olduğunu göstermektedir. Genel olarak değerlendirildiğinde, elde edilen bulgular işyerinde merak ölçeğinin dört faktörlü yapısının geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koymaktadır.

Likert tipi ölçekler için araştırmacılar eşleştirilmiş t testi ve korelasyon katsayılarına bakarak ölçüm uyumunun çok iyi olduğu kanaatinde olmakla birlikte genel olarak sadece bu iki farklı ölçüm değerlerinin yeterli olmadığı görülmektedir. Özellikle ölçümlerin uyumu için grup (sınıf) içi korelasyon katsayılarının da değerlendirilmesi gerekmektedir (Erdoğan, 2004). Grup içi korelasyon katsayısı, ölçümlerin yalnızca birlikte değişimini değil, aynı zamanda birbirine ne ölçüde benzediğini değerlendirdiği için, özellikle güvenirlik araştırmalarında uygun bir gösterge olarak kabul edilmektedir (Koo ve Li, 2016). Katılımcıların verdikleri yanıtların zamana karşı duyarlı olup olmadığının tespiti amacıyla ilişkili grup t-testi grup (sınıf) içi korelasyon analizleri uygulanmış olup elde edilen bulgular test ve tekrar test için boyutlara yönelik ilişkili iki grup arası t-testi tablosunda aktarılmıştır.

Tablo 4.7 Test ve tekrar test için ilişkili iki grup arası t-testi

Ölçek/ Boyut	Ölçüm Zamanı	Ort.	Std. Sapma	t	p	ICC
Keşif Hazzı	Zaman 1	4,60	0,815	5,503	0,000	0,991
	Zaman 2	4,39	0,642			
Yoksunluk Hassasiyeti	Zaman 1	4,69	0,926	5,380	0,000	0,991
	Zaman 2	4,44	0,679			
Strese Dayanım	Zaman 1	4,42	0,981	4,056	0,000	0,997
	Zaman 2	4,23	0,693			
Fikirlere Açıklık	Zaman 1	4,45	0,912	4,357	0,000	0,987
	Zaman 2	4,29	0,625			
İMÖ	Zaman 1	4,35	0,717	4,243	0,000	0,997
	Zaman 2	4,33	0,495			

Yukarıda yer alan tabloda sunulan bulgular, ölçme aracının birinci ve ikinci ölçüm zamanlarında elde edilen puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ortalama farklar bulunduğunu göstermektedir. Tüm alt boyutlarda ve toplam ölçek puanında yapılan paired samples t-test sonuçları, ölçüm zamanları arasında anlamlı düzeyde farklılaşma olduğunu ortaya koymuştur ($p < 0,001$). Bu durum, ölçümün zamana duyarlı olduğunu ve katılımcıların ikinci ölçümde ilk ölçüme kıyasla sistematik olarak farklı yanıtlar verdiğini göstermektedir. Literatürde bu tür bulgular, ölçülen yapının bağlamsal ya da durumsal etkilerden etkilenebilen dinamik bir özellik taşıdığına işaret etmektedir (Diener, 1984; Hobfoll, 2001; Kashdan vd., 2009).

Bununla birlikte, ortalama düzeyde gözlenen bu değişimlerin, ölçüm aracının güvenirliğini zayıflattığı şeklinde yorumlanması metodolojik olarak doğru olmayacaktır. Ölçümlerin zamansal güvenirliği, ortalama farklardan ziyade bireylerin göreli sıralamasının korunup korunmadığı ile ilişkilidir (Shrout ve Fleiss, 1979; Koo ve Li, 2016). Bu nedenle çalışmada zamansal güvenirlik, iki yönlü karma etkiler modeli ve mutlak uyum tanımı esas alınarak hesaplanan sınıf içi korelasyon katsayısı (ICC) ile değerlendirilmiştir. Elde edilen ICC değerlerinin tüm alt boyutlar ve toplam ölçek için 0,99 (ICC>0,74) ve üzerinde olması, ölçüm aracının zamana karşı çok iyi düzeyde kararlılık sergilediğini göstermektedir (Erdoğan, 2004).

Özellikle alt boyutlar düzeyinde elde edilen yüksek ICC değerleri (0,987–0,997 aralığında), bireylerin ölçüm zamanları arasındaki göreli konumlarının büyük ölçüde korunduğunu ve ölçüm hatasının son derece düşük olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgu, ölçümün farklı zaman noktalarında tutarlı biçimde aynı bireysel farkları yansıttığını ve ölçme aracının zamansal güvenirliğinin güçlü olduğunu göstermektedir (McGraw ve Wong, 1996; Koo ve Li, 2016). Dolayısıyla, paired t-test ile saptanan ortalama değişimlerin, bireylerin yanıt örüntülerinde rastlantısal bir tutarsızlıktan değil, ölçülen yapının zaman içinde gösterdiği sistematik değişimden kaynaklandığı söylenebilir.

Toplam ölçek puanı açısından bakıldığında da benzer bir örüntü dikkat çekmektedir. Birinci ölçüm zamanında elde edilen ortalama puanlar, ikinci ölçüm zamanına kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Ancak toplam ölçek için hesaplanan ICC değerinin 0,997 olması, bu değişime rağmen bireylerin göreli sıralamasının neredeyse tamamen korunduğunu göstermektedir. Literatürde, bu tür bir bulgu örüntüsü, ölçülen yapının duyarlı ancak kararlı bir psikolojik özellik olduğunu ve ölçüm aracının hem değişimi yakalayabildiğini hem de bireysel farkları tutarlı biçimde ölçebildiğini göstermektedir (Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014; Koo ve Li, 2016).

Bu sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, ölçme aracının bir yandan zamansal değişimleri algılayabilen duyarlı bir yapıya sahip olduğu, diğer yandan ise zamana karşı yüksek düzeyde güvenirlik sergilediği görülmektedir. Özellikle Kaynakların Korunumu Kuramı çerçevesinde ele alındığında, ölçülen değişkenlerin zaman içinde ortalama düzeyde değişim göstermesi, bireylerin maruz kaldıkları talepler ve kaynak yatırımlarındaki farklılaşmalarla ilişkili olarak yorumlanabilir (Hobfoll, 1989; Hobfoll vd., 2018). Buna karşın yüksek ICC değerleri, bireylerin göreli kaynak konumlarının büyük ölçüde korunduğunu ve ölçüm aracının bu farkları güvenilir biçimde yakalayabildiğini göstermektedir.

Test-tekrar test yöntemi, ölçme aracının aynı örneklem üzerinde aynı uygulama koşulları korunarak iki farklı zamanda uygulanmasını ifade etmektedir. Bu iki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon katsayısı, ölçeğin zaman içindeki kararlılığına ve güvenirliğine ilişkin bilgi vermektedir (Ercan

ve Kan, 2004; Koo ve Li, 2006). Her iki uygulama verileri arasındaki korelasyon, ölçeğin zaman içindeki göreli kararlılığına ve puanların tekrarlı ölçümlerde benzer biçimde sıralanıp sıralanmadığına ilişkin ek kanıt sağlamak amacıyla raporlanmıştır.

Tablo 4.8 Test ve tekrar test boyutlar arası korelasyon analizi

t	Ölçek/ Boyut	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
t1	Keşif Hazzı	1									
	Yoksunluk Hassasiyeti	0,389	1								
	Strese Dayanım	0,361	0,379	1							
	Fikirlere Açıklık	0,433	0,493	0,504	1						
t2	Keşif Hazzı	0,985	0,379	0,361	0,429	1					
	Yoksunluk Hassasiyeti	0,379	0,987	0,374	0,494	0,369	1				
	Strese Dayanım	0,351	0,368	0,995	0,497	0,352	0,367	1			
	Fikirlere Açıklık	0,429	0,509	0,499	0,982	0,424	0,505	0,492	1		
t1	İMÖ	0,719	0,740	0,747	0,812	0,710	0,733	0,737	0,808	1	
t2	İMÖ	0,708	0,751	0,751	0,792	0,708	0,750	0,745	0,799	0,995	1

t=Ölçüm Zamanı, t1= ilk ölçüm, t2=ikinci ölçüm

Yukarıda yer alan tabloda sunulan korelasyon matrisi, ölçeğin dört alt boyutunun (Keşif Hazzı, Yoksunluk Hassasiyeti, Strese Dayanım, Fikirlere Açıklık) hem aynı ölçüm zamanı içinde hem de farklı ölçüm zamanları arasında sergilediği ilişki örüntülerini ayrıntılı biçimde ortaya koymaktadır. t1 ölçümlerinde alt boyutlar arasındaki korelasyonların 0,36 ile 0,50 arasında değiştiği görülmektedir. Bu değerler, alt boyutların birbirleriyle anlamlı ancak orta düzeyde ilişkili olduğunu ve ölçeğin çok boyutlu yapısının korunduğunu göstermektedir. Literatürde bu tür bir korelasyon örüntüsü, alt boyutların aynı üst yapıya hizmet etmekle birlikte kavramsal olarak ayrıştığını göstermesi bakımından olumlu kabul edilmektedir (Campbell ve Fiske, 1959; Prudon, 2015; Kline, 2018).

t2 ölçümlerinde de benzer bir yapı gözlenmekte; alt boyutlar arasındaki korelasyonların 0,35 ile 0,51 aralığında seyrettiği görülmektedir. t1 ve t2 için elde edilen bu benzer korelasyon desenleri, ölçüm aracının yapısal tutarlılığının zaman içinde korunduğunu ve ölçülen boyutlar arasındaki ilişkilerin rastlantısal olmadığını

göstermektedir. Ölçme literatüründe, bu tür zamansal yapı benzerliği, ölçeğin ölçtüğü kavramsal yapının kararlı olduğunu gösteren önemli bir kanıt olarak değerlendirilmektedir (Meredith, 1993; Gunzler ve Morris, 2015; Kline, 2018).

Tablonun en dikkat çekici bulgularından biri, aynı alt boyutların iki ölçüm zamanı arasındaki korelasyonlarının son derece yüksek olmasıdır. Keşif Hazzı (r=0,985), Yoksunluk Hassasiyeti (r=0,987), Strese Dayanım (r=0,995) ve Fikirlere Açıklık (r=0,982) boyutlarının zamanlar arası korelasyonları, ölçeğin alt boyut düzeyinde zamansal kararlılık sergilediğini göstermektedir. Bu değerler, psikometrik literatürde test–tekrar test güvenirliği açısından "mükemmel" olarak nitelendirilmektedir (Shrout ve Fleiss, 1979; Koo ve Li, 2016). Bu bulgu, bireylerin ölçüm zamanları arasında göreli sıralamalarının neredeyse tamamen korunduğunu ve ölçüm hatasının ihmal edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir.

Aynı zamanda, çapraz zaman–boyut korelasyonları (örneğin t1 Keşif Hazzı ile t2 Yoksunluk Hassasiyeti arasındaki ilişkiler) orta düzeyde kalmakta olup aynı boyutun zamanlar arası korelasyonlarının, farklı boyutlar arası korelasyonlardan sistematik biçimde daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır. Bu desen, çok özellik–çok yöntem yaklaşımı çerçevesinde değerlendirildiğinde, ölçeğin hem yakınsak geçerliğini hem de ayrışan geçerliğini destekleyen güçlü bir kanıt sunmaktadır (Campbell ve Fiske, 1959; Dempster, 1971).

Toplam ölçek puanı (İMÖ) düzeyinde elde edilen bulgular da bu yapıyı destekler niteliktedir. t1 İMÖ puanının alt boyutlarla olan korelasyonlarının 0,71–0,81 aralığında, t2 İMÖ puanının ise 0,71–0,80 aralığında olduğu görülmektedir. Bu bulgular, alt boyutların toplam ölçekle yüksek düzeyde ilişkili olduğunu, ancak birbirinin yerine geçecek düzeyde örtüşmediğini göstermektedir. Ayrıca t1 ve t2 İMÖ puanları arasındaki korelasyonun 0,995 olması, toplam ölçek düzeyinde neredeyse kusursuz bir test–tekrar test güvenirliğine işaret etmektedir. Bu durum, ölçeğin hem alt boyut hem de toplam puan düzeyinde son derece kararlı bir ölçüm sunduğunu göstermektedir (Gunzler ve Morris, 2015; Kline, 2018).

Korelasyon matrisi, daha önce raporlanan yüksek ICC değerleri ile birlikte değerlendirildiğinde, ölçüm aracının zamansal güvenirliğinin yalnızca istatistiksel olarak yüksek değil, aynı zamanda yapısal olarak tutarlı olduğunu da ortaya koymaktadır. Ortalama puanlar düzeyinde gözlenen anlamlı değişimlere rağmen, korelasyon desenlerinin ve bireylerin göreli sıralamalarının korunmuş olması, ölçülen yapının zamana duyarlı ancak ölçümün kendisinin zamana karşı kararlı olduğunu göstermektedir. Ölçme literatüründe bu tür bir bulgu örüntüsü, ölçeğin boylamsal araştırmalar ve moderasyon modelleri için güvenle kullanılabileceğini göstermektedir (Meredith, 1993; Koo ve Li, 2016; Hobfoll vd., 2018).

Sonuç olarak, sunulan korelasyon matrisi; (a) alt boyutlar arasında beklenen düzeyde ilişkilerin varlığını, (b) ölçeğin çok boyutlu yapısının zaman içinde korunduğunu, (c) alt boyut ve toplam ölçek düzeyinde test–tekrar test güvenirliğinin olağanüstü yüksek olduğunu ve (d) ölçüm aracının hem yakınsak hem de ayrışan geçerlik açısından güçlü kanıtlar sunduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgular, çalışmanın ileri analizlerinde kullanılan ölçümlerin psikometrik açıdan sağlam bir zemine dayandığını göstermektedir.

4.2 İkinci Araştırma ve Araştırma Modelinin Test Edilmesi

İkinci araştırmada araştırmanın kuramsal modelinin test edilmesi amacıyla veriler toplanmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerinin araştırma kapsamındaki değişkenlerden hangisine göre farklılaştıklarının tespiti amacıyla t testi ve tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki araştırılmış olup ilişkinin tespiti için korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmada bağımsız değişken(ler)in bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı gücünü incelemek amacıyla doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmada, bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin üçüncü bir değişkenin düzeyine bağlı olarak değişip değişmediğini incelemek ve ÖİO ile İM arasındaki ilişkide, bireylerin sahip olduğu nörobilişsel performans düzeyinin bu ilişkiyi hangi koşullarda güçlendirdiğini ya da zayıflattığını ortaya koymak amacıyla Hayes'in (2022) geliştirdiği PROCESS makrosu kullanılarak düzenleyici değişken analizi uygulanmıştır. Analiz bulguları aracılığıyla çalışmanın hipotezleri test edilmiş olup elde edilen bulgular aktarılmıştır.

4.2.1 Örnekleme İlişkin Tanımlayıcı Bulgular

Katılımcıların demografik özelliklere yönelik ifadelere vermiş oldukları yanıtlardan yola çıkılarak araştırmaya katılanların demografik özellikleri tespit edilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerinin betimleyici analiz bulguları aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.9 İkinci araştırma için demografik bulgular

Değişken	f	%	Değişken	f	%
Cinsiyet			**Medeni Durum**		
Kadın	163	63,4	Evli	65	25,3
Erkek	94	36,6	Bekar	192	74,7
Yaş			**Eğitim Durumu**		
22 ve altı	55	21,4	Lise altı	101	39,3
23-27	46	17,9	Lise ve dengi	121	47,1
28-32	66	25,7	Lise üstü	35	13,6
33-37	55	21,4	**Yerleşim yeri**		
38-42	18	7	Köy	21	8,2
43 ve üstü	17	6,6	İlçe	236	91,8
Toplam	**257**	**100**	**Toplam**	**257**	**100**

Demografik bulgular incelendiğinde, araştırmaya katılan toplam 257 kişinin 163'ünün kadın (%63,4), 94'ünün erkek (%36,6) olduğu görülmektedir. Medeni durum açısından katılımcıların 65'inin evli (%25,3), 192'sinin ise bekar (%74,7) olduğu anlaşılmaktadır. Yaş dağılımı değerlendirildiğinde, katılımcıların 55'inin 22 ve altı yaş grubunda (%21,4), 46'sının 23-27 yaş grubunda (%17,9), 66'sının 28-32 yaş grubunda (%25,7), 55'inin 33-37 yaş grubunda (%21,4), 18'inin 38-42 yaş grubunda (%7,0) ve 17'sinin 43 ve üstü yaş grubunda (%6,6) yer aldığı belirlenmiştir. Bulgular, en yüksek katılımın 28-32 yaş grubunda gerçekleştiğini göstermektedir. Eğitim durumu incelendiğinde, katılımcıların 101'inin lise altı (%39,3), 121'inin lise ve dengi (%47,1) ve 35'inin lise üstü (%13,6) eğitim düzeyine sahip olduğu görülmektedir. Yerleşim yeri açısından ise katılımcıların 21'inin köyde (%8,2), 236'sının ilçede (%91,8) yaşadığı tespit edilmiştir. Genel olarak değerlendirildiğinde bulgular, araştırma örnekleminin ağırlıklı olarak kadın, bekar, 28-32 yaş grubunda, lise ve dengi eğitim düzeyine sahip ve ilçe merkezinde yaşayan bireylerden oluştuğunu göstermektedir.

4.2.2 Araştırma Değişkenlerine İlişkin Tanımlayıcı Bulgular

Katılımcıların araştırma kapsamında belirlenen değişkenlere yönelik katılım düzeylerinin tespit edilebilmesi amacıyla İşyerinde Merak ve Öznel İyi Oluş ölçekleri kullanılmıştır. Öznel İyi Oluş Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır. Olumlu/Olumsuz duygu ölçeğine yönelik ifadelerin ortalamaları aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.10 Olumlu ve olumsuz duygulanım ifade ortalamaları

İfade	Ort.	Std. Sapma	İfade	Ort.	Std. Sapma
P1	3,98	1,11	N1	1,59	0,64
P2	4,09	1,02	N2	1,70	0,70
P3	4,14	1,06	N3	1,70	0,73
P4	4,08	0,99	N4	1,59	0,63
P5	4,21	0,99	N5	1,47	0,65
P6	4,18	1,01	N6	1,65	0,69
P7	4,11	1,05	N7	1,52	0,63
P8	4,12	1,01	N8	1,67	0,77
P9	4,05	1,07	N9	1,60	0,66
P10	4,02	1,07	N10	1,64	0,73

(1: Çok az veya hiç, 2: Biraz, 3: Ortalama, 4: Oldukça, 5: Çok fazla)

Katılımcıların olumlu (P) ve olumsuz (N) duygu durumlarına yönelik ifadelere vermiş oldukları yanıtların ortalama ve standart sapmaları yukarıda yer alan tabloda aktarılmıştır. Ortalaması en yüksek ifade 4,21 ortalama ile P5 olup, sırasıyla 4,18 ortalamalı P6 ve 4,14 ortalamalı P3 ifadeler takip etmektedir. Ortalaması en düşük ifadenin ise 1,47 ortalama ile N5 olduğu görülmektedir. Olumlu duygulanımın ortalama değeri yüksek iken olumsuz duygulanımın ortalaması düşük olarak tespit edilmiştir. Aşağıda yer alan tabloda Yaşam Doyumu Ölçeği ifadelerine yönelik katılımcılardan elde edilen yanıtların betimsel istatistik analiz sonuçları aktarılmıştır.

Tablo 4.11 Yaşam doyumu ölçeği ifade ortalamaları

İfade	Ort.	Std. Sapma
Y1	6,37	0,70
Y2	6,17	0,76
Y3	6,30	0,75
Y4	6,23	0,73
Y5	6,27	0,69

(1: Kesinlikle katılmıyorum, 2: Biraz, 3: Kısmen katılmıyorum, 4: Kararsızım, 5: Kısmen katılıyorum, 6: Katılıyorum, 7:Kesinlikle katılıyorum)

Yaşam Doyumu Ölçeği yedili Likert tipi olarak ölçeklendirilmiştir. Katılımcıların vermiş oldukları yanıtlar istatistiki olarak incelendiğinde genel olarak yaşam doyuma yönelik algılanımın yüksek olduğu (ifade ortalamaları 6'nın üstünde) görülmektedir.

İşyerinde Merak Ölçeği ifadelerine yönelik olarak katılımcılardan elde edilen yanıtların betimsel istatistik analiz sonuçları aşağıda yer alan İMÖ ifade ortalamaları tablosunda aktarılmıştır.

Tablo 4.12 İMÖ ifade ortalamaları

İfade	Ort.	Std. Sapma	İfade	Ort.	Std. Sapma
M1	4,37	0,50	M9	4,56	0,50
M2	4,35	0,52	M10	4,50	0,50
M3	4,39	0,53	M11	4,67	0,47
M4	4,38	0,53	M12	4,67	0,47
M5	4,62	0,52	M13	4,10	0,89
M6	4,57	0,54	M14	4,19	0,85
M7	4,61	0,52	M15	4,19	0,94
M8	4,64	0,51	M16	4,23	0,83

(1: Çok az ya da hiç, 2: Biraz, 3: Orta derecede, 4: Oldukça, 5: Tamamen)

Katılımcıların İMÖ durumlarına yönelik olarak ifadelere vermiş oldukları yanıtların ortalama ve standart sapmaları yukarıda yer alan tabloda aktarılmıştır. Ortalaması en yüksek ifadelerin 4,67 ortalama ile M11, M12 ve 4,64 ortalama ile M8 olduğu görülmektedir. Ortalaması en düşük ifadelerin ise 4,10 ortalama ile M13 olduğu görülmektedir.

İstatistiksel analizlerde kullanılacak testlerin seçimi, değişkenlerin ölçme düzeyine bağlıdır (Stevens, 1946; Field, 2024). Bu bağlamda, nominal (sınıflayıcı) düzeyde ölçülen değişkenler için normallik varsayımının test edilmesi metodolojik olarak anlamlı değildir. Normallik testleri yalnızca sürekli (continuous) nicel değişkenler için tanımlı olan bir dağılım varsayımını sınamaktadır (Tabacnick ve Fidel, 2007). Nominal değişkenler, kategoriler arasında sıralama, aralık ya da nicel büyüklük içermediğinden, bu tür değişkenler için "normal dağılım" kavramı istatistiksel olarak tanımlanamaz (Agresti, 2006). Nominal değişkenlerin analizinde test seçimi, dağılım

özelliklerine göre değil, değişkenin ölçme düzeyine ve araştırma sorusuna göre yapılmalıdır (Field, 2024). Tüm bu nedenlerden dolayı EEG verilerinde kullanılan kodlamanın nominal kategoride olmasından dolayı normallik testi yapılmayarak sadece betimsel analizlerden frekans analizi yapılmıştır. Katılımcıların nörobilişsel performanlarının bireylerin beyin bölgelerindeki aktifliklerine göre elde edilen veriler aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.13 EEG bulgularının ortalamaları

Nörobilişsel Performans	**Ort.**	**Std. Sapma**
Stroop	1,46	0,49
Görsel Hafıza	1,43	0,49
Sözel Hafıza	1,53	0,50
Parmak Tıklatma	1,48	0,50
(1: Sol Beyin Bölgesi, 2: Sağ Beyin Bölgesi)		

Yukarıda yer alan tabloda EEG verilerinden Emotiv programı aracılığıyla elde edilen beyin aktiflenme bölgeleri görülmektedir. Ortalaması en yüksek testin 1,53 ortalama ile sözel hafıza testi olduğu ve onu sırasıyla 1,48 ortalama ile parmak tıklatma testi, 1,46 ortalama ile stroop testi ve 1,43 ortalama ile görsel hafıza testinin takip ettiği görülmektedir.

Nörobilişsel performansın tespit edilebilmesi amacıyla uygulanan testlerde stroop testi için cevaplama süresi ve doğru yanıt oranı, görsel hafıza testi için cevaplama süresi ve doğru yanıt oranı, sözel hafıza testi için cevaplama süresi ve doğru yanıt oranı, parmak tıklatma testi için ise sağ el toplam tıklama sayısı, sol el toplam tıklama sayısı ve ortalama tıklama süreleri tespit edilerek analize tabi tutulmuştur. Katılımcıların PsychoPy yazılımı araılığıyla tespit edilen nörobilişsel performans değerleri aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.14 PsychoPy bulgularının ortalamaları

Ölçüt	Nörobilişsel Performans	Ort.	Std. Sapma	Çarpıklık	Basıklık
Doğru Yanıt Oranı	Stroop	0,51	0,28	-0,16	-1,03
	Görsel Hafıza	0,57	0,30	-0,39	-0,77
	Sözel Hafıza	0,62	0,13	-0,18	-0,88
Ortalama Tepki Süre	Stroop	0,99	0,41	-0,13	-1,01
	Görsel Hafıza	0,60	0,12	-0,22	-0,50
	Sözel Hafıza	0,67	0,16	-0,68	0,99
	Sağ El	0,51	0,29	-0,07	-1,21
	Sol El	0,56	0,15	-0,02	-049
Toplam Tıklama Sayısı	Sol El	18,49	2,36	0,15	-0,17
	Sağ El	20,97	3,02	0,06	-0,24

Yukarıda yer alan tabloda PsychoPy programı aracılığıyla elde edilen nörobilişsel performans değerleri yer almaktadır. Doğru yanıt oranı 0-1 arasındaki değerlere göre kategorileştirilmiştir. Doğru yanıt oranının en fazla olduğu testin 0,62 ortalama ile sözel hafıza testi olduğu görülmektedir. Ortalama tepki süresi açısından irdelendiğinde ise tepki süresinin 0,99 ortalama ile stroop teste verilen tepkiler olduğu, en kısa süreli tepkilerin ise 0,51 ortalma ile sağ el ve 0,56 ortalama ile sol el tepki sürelerinin olduğu görülmektedir. Ayrıca sağ el toplam tıklama ortalamasının 20,97 ortalama ile 18,49 ortalamalı sol el toplam tıklama ortalamasından daha fazla olduğu görülmektedir. Son olarak sonuç bulgularının +2,0 ve -2,0 aralığında bulunmasından dolayı verilerin normal bir dağılım sergiledikleri görülmektedir (George ve Mallery, 2016). Sonuçların normallik kıstasını sağladığı ve uygulanacak istatistiki analiz metodlarının parametrik analiz yöntemleri olduğu ilgili değerlerden anlaşılmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2016).

Faktör analizi, çok sayıdaki değişken arasındaki ilişkileri inceleyerek bu değişkenleri daha az sayıda, anlamlı ve bağımsız boyutlar altında toplamayı amaçlayan istatistiksel bir tekniktir. Bu yöntem, özellikle psikoloji, sosyal bilimler ve eğitim araştırmaları gibi alanlarda, karmaşık veri yapılarının anlaşılabilir ve yorumlanabilir alt faktörlere dönüştürülmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Ancak faktör analizinin sağlıklı ve güvenilir sonuçlar verebilmesi için kullanılan veri setinin belirli istatistiksel koşulları karşılaması gerekmektedir.

Verilerin faktör analizine uygun olup olmadığının değerlendirilmesinde ilk adım, örneklem yeterliliği ve değişkenler arası ilişkilerin analiz için elverişli olup olmadığının test edilmesidir. Bu kapsamda en yaygın kullanılan ölçütlerden biri Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) örneklem yeterlilik testi olup, değişkenler arasındaki korelasyon örüntüsünün faktör yapısı oluşturmaya uygunluğunu ortaya koymaktadır. KMO değerinin yüksek olması, veri setinin faktör analizi için yeterli düzeyde örneklem bütünlüğüne sahip olduğunu göstermektedir. Diğer önemli bir test ise Bartlett küresellik testidir. Bu test, korelasyon matrisinin birim matrisinden anlamlı düzeyde farklı olup olmadığını değerlendirerek, değişkenler arasında faktör analizini mümkün kılacak ölçüde ilişkilerin bulunduğunu test etmektedir.

Bunlara ek olarak, faktör analizine başlamadan önce veri setindeki değişkenler arasındaki korelasyon matrisinin incelenmesi de büyük önem taşımaktadır. Korelasyon matrisinde yeterli düzeyde anlamlı ilişkilerin bulunması, faktör yapısının ortaya çıkarılabilir olduğunu desteklemektedir (Kalaycı, 2016: 321). Bu aşamalar tamamlandığında, veri setinin faktör analizine uygunluğu istatistiksel olarak doğrulanmış olur ve araştırmacı faktör çıkarma, döndürme ve yorumlama süreçlerine güvenle geçebilir.

Olumlu olumsuz duygu ölçeğinin faktör analizine yönelik bulguları aşağıda yer alan KFA, geçerlik ve güvenirlik ile alt faktörlerin normallik testi tablolarında aktarılmıştır. Olumlu duygulanım boyutuna ait maddeler “P” harfi ile olumsuz duygulanım boyutuna ait maddeler ise “N” harfi ile kodlanarak tabloda aktarılmıştır. Ölçekte toplam 20 ifade yer almaktadır.

Tablo 4.15 OODÖ için KFA, geçerlik ve güvenirlik analizi

Madde	Faktör 1	Madde	Faktör 2
P3	0,930	N3	0,691
P7	0,920	N2	0,682
P6	0,911	N8	0,674
P5	0,842	N10	0,671
P9	0,838	N6	0,648
P10	0,810	N1	0,644
P1	0,803	N5	0,636
P8	0,739	N9	0,617
P4	0,679	N7	0,577
P2	0,638	N4	0,522
Açıklanan Varyans	33,603		20,382
Öz Değer	6,721		4,076
Toplam Açıklanan Varyans		53,985	
Cronbach Alfa		0,859	
Kaiser-Mayer-Olkin (KMO)		0,883	
Barlet testi ki kare değeri		3709,133	
Serbestlik derecesi		190	
Anlamlılık düzeyi		0,000	

Analiz sonuçlarına göre, KMO katsayısı %88,3 olup bu sayının KMO≥%60 durumunda, Bartlett test sonucunun 0,00<0,05 çıkması, ölçekteki maddeler arası korelasyon≥%30 tespit edilmesi sonucunda yapının faktör analizine uygunluğu istatistiki olarak geçerlidir (Zwick ve Velicer, 1982; Schinka ve Velicer, 2003; Henson ve Roberts, 2006). OODÖ için KMO (%88,3) ve Bartlett test bulguları yapının KFA için uygun olduğunu göstermektedir.

Katılımcıların OODÖ'ne yönelik ifadeler doğrultusunda yapılan KFA neticesinde 20 maddeden oluşan ölçek için Eigen değeri birin üstünde olan iki faktörde toplanmakta olup (Lewis ve Overton, 1996; Küçük, 2016: 231) ilk faktör 6,721 öz değeriyle "Olumlu Duygu" (O1 olarak kodlanmıştır) olarak ve 4,076 öz değeriyle "Olumsuz Duygu" (O2 olarak kodlanmıştır) olarak adlandırılmışlardır. Toplam açıklanan varyans 53,985 olarak tespit edilmiştir. Ölçek için güvenirlik katsayısı Cronbach alfa 0,859 olarak tespit edilmiş olup $\alpha \geq 0,7$ olduğu için ölçekteki 20 maddenin iç tutarlılık güvenirliğinin uygun olduğu tespit edilmiştir (Nunnally, 1978). Ölçek ilgili maddenin

belirtilen faktöre yönelik korelasyonunu tanımlayan faktör yüklenmeleri açısından değerlendirilmiştir. Olumlu duygu faktörü için P4, P2 maddelerinin yüksek, diğer maddelerin ise mükemmel; olumsuz duygu faktörü için N4, N7 maddelerinin iyi, diğer maddelerin ise yüksek faktör yüklenmesine sahip oldukları görülmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2016). İlk faktör için ilgili maddenin ilgili faktörün varyansına yönelik açıklama oranları ise P1-P10= 0,6448; 0,4070; 0,8649; 0,4610; 0,7090; 0,8299; 0,8464; 0,5461; 0,7022; 0,6561 olarak tespit edilmiştir. İkinci faktör için ilgili maddenin ilgili faktörün varyansına yönelik açıklama oranları ise N1-N10= 0,4147; 0,4651; 0,4775; 0,2725; 0,4045; 0,4199; 0,3329; 0,4543; 0,3807; 0,4502 olarak tespit edilmiştir (Black ve Babin, 2019). Elde edilen sonuçlar 2 faktörde toplanan 20 maddelik ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir (Tabacnick ve Fidel, 2007).

Katılımcıların Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği'ne yönelik vermiş oldukları yanıtlar üzerinde ölçek ve alt boyutlara ilişkin yapılacak analizlere karar vermek için normallik testi yapılmış olup elde edilen bulgular aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.16 OODÖ için alt faktörlerin normallik testi

Faktörler	İstatistik	Sonuç
Olumlu Duygu - O1	Çarpıklık	-0,939
	Basıklık	0,227
Olumsuz Duygu - O2	Çarpıklık	1,480
	Basıklık	1,620

Yukarıda yer alan tabloda da aktarıldığı gibi sonuç bulgularının +2,0 ve -2,0 aralığında bulunmasından dolayı olumlu duygu ve olumsuz duygu alt boyutlarının normal bir dağılım sergiledikleri görülmektedir (George ve Mallery, 2016). Sonuçların normallik kıstasını sağladığı ve uygulanacak istatistiki analiz metodlarının parametrik analiz yöntemleri olduğu ilgili değerlerden anlaşılmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2016). Yaşam doyum ölçeğine yönelik istatistiklerin bulguları aşağıda yer alan tablolarda aktarılmıştır.

Tablo 4.17 YDÖ için KFA, geçerlik ve güvenirlik analizi

Madde	Faktör
Y2	0,753
Y3	0,741
Y5	0,727
Y4	0,683
Y1	0,637
Toplam açıklanan varyans	50,319
Öz değer	2,516
Cronbach alfa	0,752
Kaiser-Mayer-Olkin (KMO)	0,688
Barlet testi ki kare değeri	332,472
Serbestlik derecesi	10
Anlamlılık düzeyi	0,000

Katılımcıların YDÖ'ne yönelik ifadeler doğrultusunda yapılan KFA neticesinde beş maddeden oluşan ölçek için Eigen değeri birin üstünde olan tek faktörde toplanmakta olup faktör özdeğeri 2,516 ve toplam açıklanan varyans 50,319 olarak tespit edilmiştir (Lewis ve Overton, 1996; Küçük, 2016: 231). Ölçek için güvenirlik katsayısı Cronbach alfa 0,752 olarak tespit edilmiş olup $\alpha \geq 0,7$ olduğu için ölçekteki beş maddenin iç tutarlılık güvenirliğinin uygun olduğu tespit edilmiştir (Nunnally, 1978). Ölçek ilgili maddenin belirtilen faktöre yönelik korelasyonunu tanımlayan faktör yüklenmeleri açısından değerlendirilmiştir. Y1, Y2 maddelerinin yüksek, diğer maddelerin ise mükemmel faktör yüklenmesine sahip oldukları görülmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2016). Maddelerin ilgili faktörün varyansına yönelik açıklama oranları Y1-Y5= 0,4058; 0,5670; 0,5491; 0,4665; 0,5285 olarak tespit edilmiş olup toplam öz değer ise 2,516 olarak tespit edilmiştir (Black ve Babin, 2019). YDÖ, ÖİO ölçeği alt boyutu olarak ele alındığı için O3 olarak kodlanmıştır. Elde edilen sonuçlar tek faktörde toplanan 5 maddelik ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir (Tabacnick ve Fidel, 2007).

Katılımcıların YDÖ'ne yönelik vermiş oldukları yanıtlar üzerinde ölçek ve alt boyutlara ilişkin yapılacak analizlere karar vermek için normallik testi yapılmıştır. Parametrik ve nonparametrik testler arasındaki ayrım, esasen sürekli verilerde normallik ve varyans homojenliği gibi varsayımlara dayanmaktadır (Field, 2024).

Parametrik testler, bağımlı değişkenin evren dağılımının normal dağılıma yakınsadığı varsayımına dayanmakta; bu varsayımın ihlali durumunda elde edilen sonuçların güvenirliği azalabilmektedir (Stevens, 1946). Bu nedenle, sürekli nicel değişkenler için analiz sürecine başlamadan önce normallik varsayımının sınanması, istatistiksel çıkarımların geçerliği açısından önem taşımaktadır (Tabacnick ve Fidel, 2007). Analiz neticesinde elde edilen bulgular aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.18 YDÖ için normallik testi

Faktörler	İstatistik	Sonuç
Yaşam Doyumu - O3	Çarpıklık	-0,939
	Basıklık	0,227

Yukarıda yer alan tabloda da aktarıldığı gibi sonuç bulgularının +2,0 ve -2,0 aralığında bulunmasından dolayı YDÖ'nün normal bir dağılım sergilediği görülmektedir (George ve Mallery, 2016). Sonuçların normallik kıstasını sağladığı ve uygulanacak istatistiki analiz metodlarının parametrik analiz yöntemleri olduğu ilgili değerlerden anlaşılmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2016).

ÖİOÖ, YDÖ ve OODÖ uygulaması sonrası elde edilen skorlar aracılığıyla hesaplanmaktadır. ÖİO bireyin algıladığı olumlu duyguları ile algıladığı yaşam doyumunun toplamından aalgıladığı olumsuz duyguların çıkarılması ile hesaplanmaktadır. Çünkü ÖİO olumsuz duygulanımına az maruz kalma olumlu duygulanıma sıkça maruz kalma ile yaşamdan doyum almak olarak tanımlanamaktadır (Headey ve Wearing, 1991; Diener, 2009b; Diener ve Ryan, 2009). ÖİO'nun hesaplanmasında kullanılan denklem:

ÖİO=(Olumlu Duygu+Yaşam Doyumu)-Olumsuz Duygu

O=(O1+O3)-O2

Yukarıdaki formüle göre hesaplanan ÖİO skorları aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır. Ayrıca katılımcıların ÖİO'ya yönelik vermiş oldukları yanıtlar üzerinde yapılacak analizlere karar vermek için normallik testi yapılmıştır. Analiz neticesinde elde edilen bulgular aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.19 ÖİO'ya ait veriler

Faktör	Ort.	Std. Sapma	İstatistik	Sonuç
Öznel İyi Oluş - O	56,1868	9,6992	Basıklık	-0,911
			Çarpıklık	0,475

Yukarıda yer alan tabloda da aktarıldığı gibi sonuç bulgularının +2,0 ve -2,0 aralığında bulunmasından dolayı ÖİO'nun normal bir dağılım sergilediği görülmektedir (George ve Mallery, 2016). ÖİO ölçeği "O" olarak kodlanmıştır. Sonuçların normallik kıstasını sağladığı ve uygulanacak istatistiki analiz metodlarının parametrik analiz yöntemleri olduğu ilgili değerlerden anlaşılmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2016).

İşyerinde Merak Ölçeği-İMÖ'ne yönelik olarak katılımcıların vermiş oldukları yanıtlardan oluşan veri setinin faktör analizine yönelik uygulanılan istatistik bulguları aşağıda yer alan tablolarda aktarılmıştır.

Tablo 4.20 İMÖ için KFA, geçerlik ve güvenirlik analizi

Madde	Faktörler			
	1	2	3	4
M13	0,950			
M15	0,945			
M14	0,898			
M16	0,882			
M4		0,940		
M2		0,934		
M3		0,763		
M1		0,720		
M5			0,862	
M7			0,838	
M6			0,799	
M8			0,730	
M11				0,914
M12				0,861
M10				0,718
M9				0,624
Açıklanan varyans	35,200	16,968	12,994	7,850
Öz değer	5,632	2,715	2,079	1,256
Toplam açıklanan varyans			73,012	
Cronbach alfa			0,858	
Kaiser-Mayer-Olkin (KMO)			0,828	
Barlet testi yaklaşım ki kare değeri			2763,361	
Serbestlik derecesi			120	
Anlamlılık düzeyi			0,000	

Katılımcıların İMÖ'ne yönelik ifadeleri doğrultusunda yapılan KFA neticesinde 16 maddeden oluşan ölçek, Eigen değeri 1 üstünde olan 4 faktörde toplanmakta olup (Lewis ve Overton, 1996; Küçük, 2016: 231) ilk faktör 5,632 öz değeriyle "Fikirlere Açıklık" (C4 olarak kodlanmıştır); ikinci faktör 2,715 öz değeriyle "Keşif Hazzı" (C1 olarak kodlanmıştır); üçüncü faktör 2,079 öz değeriyle "Yoksunluk Hassasiyeti" (C2 olarak kodlanmıştır) ve son faktör 1,256 özdeğeriyle "Strese Dayanım" (C3 olarak kodlanmıştır) olarak adlandırılmıştır. Toplam açıklanan varyans 73,012 olarak tespit edilmiştir (Lewis ve Overton, 1996; Küçük, 2016: 231). Ölçek için güvenirlik katsayısı Cronbach alfa 0,858 olarak tespit edilmiş olup $\alpha \geq 0,7$ olduğu için ölçekteki 16 maddenin iç tutarlılık güvenirliğinin uygun olduğu tespit edilmiştir (Nunnally, 1978). Ölçek ilgili maddenin belirtilen faktöre yönelik korelasyonunu tanımlayan faktör yüklenmeleri açısından değerlendirilmiştir. M9 maddesinin yüksek, diğer maddelerin ise mükemmel faktör yüklenmesine sahip oldukları görülmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2016). Maddelerin ilgili faktörün varyansına yönelik açıklama oranları ise Keşif Hazzı alt boyutu için M1-M4= 0,5185; 0,8724; 0,5822; 0,8836, Yoksunluk Hassasiyeti alt boyutu için M5-M8= 0,7430; 0,6384; 0,7022; 0,5329, Stres Dayanımı alt boyutu için M9-M12= 0,3894; 0,5155; 0,8354; 0,7430, Fikirlere Açıklık alt boyutu için M13-M16= 0,9025; 0,8064; 0,8930; 0,7779 olarak tespit edilmiştir (Black ve Babin, 2019). Elde edilen sonuçlar tek faktörde toplanan 16 maddelik ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermektedir (Tabacnick ve Fidel, 2007).

Katılımcıların işyerinde merak ölçeğine vermiş oldukları yanıtlar üzerinde ölçek ve alt boyutlara ilişkin yapılacak analizlere karar vermek için normallik testi yapılmıştır. İşyerinde Merak, "C" olarak kodlanmıştır. Elde edilen bulgular tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.21 İMÖ için alt faktörlerin normallik testi

Faktörler	İstatistik	Sonuç
C1	Çarpıklık	-0,037
	Basıklık	1,484
C2	Çarpıklık	-1,058
	Basıklık	1,260
C3	Çarpıklık	-0,422
	Basıklık	-1,336
C4	Çarpıklık	-1,017
	Basıklık	0,512
C	Çarpıklık	-0,474
	Basıklık	0,039

Yukarıda yer alan tabloda da aktarıldığı gibi sonuç bulgularının +2,0 ve -2,0 aralığında bulunmasından dolayı keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım ve fikirlere açıklık alt boyutlarının normal bir dağılım sergiledikleri görülmektedir (George ve Mallery, 2016). Sonuçların normallik kıstasını sağladığı ve uygulanacak istatistiki analiz metodlarının parametrik analiz yöntemleri olduğu ilgili değerlerden anlaşılmaktadır.

4.2.3 Araştırma Modelinin Test Edilmesine İlişkin Bulgular

Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerinin değişkenlerden hangisine göre farklılaştıklarının tespiti amacıyla t testi ve tek yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkinin tespiti için korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmada bağımsız değişken(ler)in bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı gücünü incelemek amacıyla doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmada, bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin üçüncü bir değişkenin düzeyine bağlı olarak değişip değişmediğini incelemek amacıyla düzenleyici değişken analizi uygulanmıştır. Analiz bulguları aracılığıyla çalışmanın hipotezleri test edilmiş olup elde edilen bulgular aktarılmıştır.

4.2.3.1 Hipotez 1 ve hipotez 2'ye yönelik t-test bulguları

Araştırmada iki bağımsız grubun ilgili değişken açısından ortalama farklarının incelenmesi amacıyla bağımsız örneklem t testi uygulanmıştır. Bağımsız örneklem t testi, iki farklı grubun ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını değerlendirmeye yönelik en yaygın parametrik yöntemlerden biridir (Field, 2024). Analiz öncesinde testin temel varsayımları olan bağımsızlık, normallik ve varyans homojenliği dikkate alınmış; normallik varsayımının büyük örneklem büyüklüğü bağlamında sağlandığı kabul edilmiştir (Agresti, 2006). Demografik özelliklerden cinsiyet, medeni durum ve yerleşim yeri değişkenleri kategorik olarak kodlanmıştır. Kategorik demografik özelliklerinin değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadıklarının tespiti için bağımsız örneklem t testi yapılmış olup aşağıda yer alan tabloda bulgular aktarılmıştır. Cinsiyetin değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını gösteren tablo aşağıda yer almaktadır.

Tablo 4.22 Cinsiyet ve değişkenler t-testi bulguları

Faktör	Cinsiyet	n	Ort.	Std. Sapma	t	p
O1	Erkek	94	3,94	255	-2,219	0,027
	Kadın	163	4,19			
C1	Erkek	94	4,17	255	-5,647	0,000
	Kadın	163	4,48			
C2	Erkek	94	4,51	255	-2,802	0,005
	Kadın	163	4,66			
C3	Erkek	94	4,17	166,870	-24,146	0,000
	Kadın	163	4,84			
C4	Erkek	94	4,40	255	3,434	0,001
	Kadın	163	4,04			
C	Erkek	94	4,31	185,198	-6,898	0,000
	Kadın	163	4,51			

Araştırma kapsamındaki demografik özellikleri yanıtlayan katılımcıların istatistiksel açıdan anlamlı olarak cinsiyetlerine göre değişkenlere yönelim durumları yukarıdaki tabloda aktarılmıştır. Fikirlere açıklık faktörü için erkeklerin kadınlara göre daha duyarlı oldukları, olumlu duygu, keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım ve İM faktörlerine ise kadınlar erkeklere göre daha duyarlıdır. Diğer bir deyişle bu faktörlere kadınlar erkeklere göre daha fazla yönelmektedir. Elde edilen bulgulara göre "Demografik özelliklere göre işyerinde merak düzeyleri değişmektedir." ve "Demografik özelliklere göre öznel iyi oluş düzeyleri değişmektedir." hipotezleri cinsiyet için olumlu duygu, keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, fikirlere açıklık, strese dayanım ve İM faktörleri açısından desteklenmektedir. Bu sonuç, gruplar arasında gözlenen ortalama farkın tesadüfi olmadığını ve bağımsız değişkenin ilgili çıktı üzerinde ayırt edici bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bulgular, grup temelli karşılaştırmaların yorumlanmasında bağımsız örneklem t testinin kuramsal ve yöntemsel uygunluğunu desteklemektedir (Pollock ve Edwards, 2025).

Katılımcıların medeni durumlarının faktörlere göre farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgular aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.23 Medeni durum ve değişkenler t-testi bulguları

Faktör	Medeni Durum	n	Ort.	Std. Sapma	t	p
O1	Evli	65	4,78	255	8,528	0,000
	Bekar	192	3,87			
O2	Evli	65	3,64	255	-5,478	0,000
	Bekar	192	3,32			
O3	Evli	65	6,49	208,470	5,401	0,000
	Bekar	192	6,19			
O	Evli	65	66,57	239,238	20,543	0,001
	Bekar	192	52,67			
C4	Evli	65	4,55	255	4,395	0,000
	Bekar	192	4,05			
C	Evli	65	4,57	255	5,302	0,000
	Bekar	192	4,39			

Araştırma kapsamındaki demografik özellikleri yanıtlayan katılımcıların istatistiksel açıdan anlamlı olarak medeni durumlarına göre değişkenlere yönelim durumları yukarıdaki tabloda aktarılmıştır. Olumlu duygu, olumsuz duygu, yaşam doyumu, ÖİO, fikirlere açıklık ve İM faktörlerine evliler bekarlara göre daha duyarlıdır. Diğer bir deyişle bu faktörlere evliler bekarlara göre daha fazla yönelmektedir. Elde edilen bulgulara göre "Demografik özelliklere göre işyerinde merak düzeyleri değişmektedir." ve "Demografik özelliklere göre öznel iyi oluş düzeyleri değişmektedir." hipotezleri medeni durum için olumlu duygu, olumsuz duygu, yaşam doyumu, ÖİO, fikirlere açıklık ve İM faktörleri açısından desteklenmektedir. Bu sonuç, gruplar arasında gözlenen ortalama farkın tesadüfi olmadığını ve bağımsız değişkenin ilgili çıktı üzerinde ayırt edici bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bulgular, grup temelli karşılaştırmaların yorumlanmasında bağımsız örneklem t testinin kuramsal ve yöntemsel uygunluğunu desteklemektedir (Pollock ve Edwards, 2025).

Katılımcıların yerleşim yeri durumlarının faktörlere göre farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgular aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.24 Yerleşim yeri ve değişkenler t-testi bulguları

Faktör	Yerleşim Yeri	n	Ort.	Std. Sapma	t	p
O1	Köy	21	2,32	255	-12,859	0,000
	İlçe	236	4,26			
O2	Köy	21	2,01	21,673	3,261	0,004
	İlçe	236	1,58			
O	Köy	21	34,43	255	-14,431	0,000
	İlçe	236	58,12			
C	Köy	21	3,98	255	-2,385	0,018
	İlçe	236	4,39			

Araştırma kapsamındaki demografik özellikleri yanıtlayan katılımcıların istatistiksel açıdan anlamlı olarak yerleşim yeri durumlarına göre değişkenlere yönelim durumları yukarıdaki tabloda aktarılmıştır. Olumsuz duygu faktörü için yerleşim yeri köy olan katılımcıların yerleşim yeri ilçe olan katılımcılara göre bu faktöre daha duyarlı oldukları görülmektedir. Olumlu duygu, ÖİO ve İM faktörleri için yerleşim yeri ilçe olanların yerleşim yeri köy olanlara göre bu faktöre daha duyarlı oldukları istatistiki olarak tespit edilmiştir. Diğer bir deyişle olumsuz duygu faktörü için yerleşim yeri köy olanlar yerleşim yeri ilçe olanlara göre, olumlu duygu, ÖİO ve İM faktörleri için yerleşim yeri ilçe olanlar yerleşim yeri köy olanlara göre bu faktörlere daha fazla yönelmektedir. Elde edilen bulgulara göre "Demografik özelliklere göre işyerinde merak düzeyleri değişmektedir." ve "Demografik özelliklere göre öznel iyi oluş düzeyleri değişmektedir" hipotezleri yerleşim yeri için olumlu duygu, olumsuz duygu, ÖİO ve İM faktörleri açısından desteklenmektedir. Bu sonuç, gruplar arasında gözlenen ortalama farkın tesadüfi olmadığını ve bağımsız değişkenin ilgili çıktı üzerinde ayırt edici bir etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Bulgular, grup temelli karşılaştırmaların yorumlanmasında bağımsız örneklem t testinin kuramsal ve yöntemsel uygunluğunu desteklemektedir (Pollock ve Edwards, 2025).

4.2.3.2 Hipotez 1 ve hipotez 2'ye yönelik tek yönlü ANOVA bulguları

Araştırmada, üç veya daha fazla bağımsız grup açısından ortalama farklarının incelenmesi amacıyla tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır (Field, 2024). Analiz öncesinde testin temel varsayımları olan bağımsız gözlemler, normallik ve varyans homojenliği dikkate alınmış; örneklem büyüklüğü göz önünde bulundurularak

normallik varsayımının sağlandığı kabul edilmiştir (Tabacnick ve Fidel, 2007). Demografik özelliklerden yaş ve eğitimin değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadıklarının tespiti için tek yönlü ANOVA testi yapılmış olup aşağıda yer alan tabloda bulgular aktarılmıştır.

Tablo 4.25 Yaş ve değişkenler varyans analizi bulguları

Faktör	Yaş	n	Ort.	F	p	Fark
O1	22 ve altı	55	3,66	155,267	0,000	4>1,2,3,5,6 5<1,2,3,6 6<1,2,3 1<2,3 3>2
	23-27	46	4,12			
	28-32	66	4,65			
	33-37	55	4,80			
	38-42	18	2,28			
	43 ve üstü	17	2,96			
O2	22 ve altı	55	1,70	10,489	,000	3<1,6 4<1,2,3,6 5>1,2,3
	23-27	46	1,66			
	28-32	66	1,55			
	33-37	55	1,36			
	38-42	18	2,04			
	43 ve üstü	17	1,84			
O3	22 ve altı	55	6,10	7,113	0,000	2>1,3,5 4<1,3,5
	23-27	46	6,44			
	28-32	66	6,09			
	33-37	55	6,51			
	38-42	18	6,14			
	43 ve üstü	17	6,34			
O	22 ve altı	55	4,28	910,951	0,000	5<1,2,3,4,6 4>1,2,3,6
	23-27	46	4,31			
	28-32	66	4,44			
	33-37	55	4,58			
	38-42	18	3,94			
	43 ve üstü	17	4,12			
C4	22 ve altı	55	4,02	5,418	0,000	2>1,3,5 4>1,3,5
	23-27	46	4,34			
	28-32	66	4,01			
	33-37	55	4,57			
	38-42	18	3,71			
	43 ve üstü	17	4,16			
C	22 ve altı	55	4,33	9,080	0,000	1<3,4
	23-27	46	4,48			
	28-32	66	4,44			
	33-37	55	4,57			
	38-42	18	4,27			
	43 ve üstü	17	4,43			

Araştırma kapsamındaki demografik özellikleri yanıtlayan katılımcıların istatistiksel açıdan anlamlı olarak yaş gruplarına göre değişkenlere yönelim durumları yukarıdaki tabloda aktarılmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun tespiti amacıyla veriler üzerinde Post Hoc analizlerinden LSD testinin uygulaması gerçekleştirilmiştir. Olumlu duygu faktörü için 33-37 yaş grubundakilerin diğer yaş gruplarına göre bu faktöre daha fazla, 28-32 yaş grubundakilerin 23-27 yaş grubundakilere göre bu faktöre daha fazla, 38-42 yaş grubundakilerin 22 ve altı, 23-27, 23-32, 43 ve üstü yaş gruplarındakilere göre bu faktöre daha az, 43 ve üstü yaş grubundakilerin 22 ve altı, 23-27, 28-32 yaş grubundakilere göre bu faktöre daha az, 22 ve altı yaş grubundakilerin 23-27, 28-32 yaş grubundaki katılımcılara göre bu faktöre daha az duyarlı oldukları gözlenmiştir. Olumsuz duygu faktörü için 28-32 yaş grubunda olanların 22 ve altı ile 43 ve üstü yaş gruplarına göre bu faktöre daha fazla, 33-37 yaş grubunda olanların 22 ve altı, 23-27, 28-32, 43 ve üstü yaş gruplarına göre daha az, 38-42 yaş grubunda olanların 22 ve altı, 23-27, 28-32 yaş gruplarına göre daha fazla duyarlı oldukları tespit edilmiştir. Yaşam doyumu faktörü için 23-27 yaş grubundakilerin 22 ve altı, 28-32, 38-42 yaş grubundakilere göre bu faktöre daha fazla, 33-37 yaş grubundakilerin 22 ve altı, 28-32, 38-42 yaş grubundakilere göre bu faktöre daha az duyarlı oldukları bulgulanmıştır. ÖİO faktörü için 38-42 yaş grubundakilerin diğer yaş gruplarına göre bu faktöre daha az, 33-37 yaş grubundakilerin 22 ve üstü, 23-27, 28-32 43 ve üstü yaş grubundakilere göre bu faktöre daha fazla duyarlı oldukları tespit edilmiştir. Fikirlere açıklık faktörü için 23-27 yaş grubundakilerin 22 ve altı, 28-32 ile 38-42 yaş grubundakilere göre bu faktöre daha fazla, 33-37 yaş grubundakilerin 22 ve altı, 28-32 ile 38-42 yaş grubundakilere göre bu faktöre daha fazla duyarlı oldukları tespit edilmiştir. İM faktörü için 22 ve altı yaş grubundakilerin 23-27, 28-32 yaş grubundakilere göre bu faktöre daha az, 33-37 yaş grubundakilerin diğer yaş gruplarına göre bu faktöre daha fazla, 38-42 yaş grubundakilerin 22 ve altı, 23-27, 28-32, 43 ve üstü yaş grubundakilere göre bu faktöre daha az duyarlı oldukları istatistiki olarak tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre“Demografik özelliklere göre işyerinde merak düzeyleri değişmektedir.” ve “Demografik özelliklere göre öznel iyi oluş düzeyleri değişmektedir” hipotezleri yaş için olumsuz duygu, olumlu duygu, yaşam doyumu, ÖİO, fikirlere açıklık ve İM faktörlerince desteklenmektedir. Mevcut sonuçlar, demografik değişkenin grup düzeyine bağlı olarak ilgili çıktı üzerinde ayırt edici bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Pollock ve Edwards, 2025).

Katılımcıların eğitim durumlarının faktörlere göre farklılaşıp farklılaşmadığının tespiti amacıyla tek yönlü ANOVA analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda elde edilen bulgular aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.26 Eğitim ve değişkenler varyans analizi bulguları

Faktör	Eğitim	n	Ort.	F	p	Fark
O1	Lise Altı	101	3,87	297,572	0,000	2>1,3 3<1
	Lise	121	4,71			
	Lise Üstü	35	2,61			
O2	Lise Altı	101	1,68	20,995	0,000	3>1,2 1>2
	Lise	121	1,46			
	Lise Üstü	35	1,94			
O	Lise Altı	101	53,18	610,160	0,000	2>1,3 3<1
	Lise	121	63,98			
	Lise Üstü	35	37,91			
C1	Lise Altı	101	4,30	4,313	0,014	2>1,3
	Lise	121	4,46			
	Lise Üstü	35	4,29			
C	Lise Altı	101	4,40	8,299	0,000	2>1,3
	Lise	121	4,50			
	Lise Üstü	35	4,44			

Araştırma kapsamındaki demografik özellikleri yanıtlayan katılımcıların istatistiksel açıdan anlamlı olarak eğitim durumlarına göre değişkenlere yönelim durumları yukarıdaki tabloda aktarılmıştır. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunun tespiti amacıyla veriler üzerinde Post Hoc analizlerinden LSD testinin uygulaması gerçekleştirilmiştir. Olumlu duygu faktörü için eğitim düzeyi lise olanların eğitim düzeyi lise altı ve lise üstü olanlara göre bu faktöre daha fazla, lise üstü düzeyde olanların lise altı düzeyde olanlara göre bu faktöre daha fazla duyarlı oldukları bulgulanmıştır. Olumsuz duygu faktörü için eğitim durumu lise üstü olanların eğitim düzeyi lise altı ve lise olanlara göre bu faktöre daha fazla, lise altı düzeyde olanların lise düeyinde olanlara göre bu faktöre daha fazla duyarlı oldukları gözlenmiştir. ÖİO faktörü için eğitim düzeyi lise olanların eğitim düzeyi lise altı ve lise üstü olanlara göre bu faktöre daha fazla, lise üstü düzeyde olanların lise altı düzeyde olanlara göre bu faktöre daha fazla duyarlı oldukları bulgulanmıştır. Keşif hazzı faktörü için eğitim düzeyi lise olanların eğitim düzeyi lise altı ve lise üstü olanlara göre bu faktöre daha fazla duyarlı oldukları tespit edilmiştir. İM faktörü için eğitim düzeyi lise olan

katılımcıların eğitim düzeyi lise altı ve lise üstü olan katılımcılara göre bu faköre daha fazla duyarlı oldukları istatistiki olarak tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre“Demografik özelliklere göre işyerinde merak düzeyleri değişmektedir.” ve “Demografik özelliklere göre öznel iyi oluş düzeyleri değişmektedir.” hipotezleri eğitim için olumsuz duygu, olumlu duygu, ÖİO, keşif hazzı ve İM faktörlerince desteklenmektedir. Mevcut sonuçlar, demografik değişkenin grup düzeyine bağlı olarak ilgili çıktı üzerinde ayırt edici bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Pollock ve Edwards, 2025).

4.2.3.3 Hipotez 3’e yönelik bulgular

Değişkenler arasındaki ilişki araştırılmış olup ilişkinin yönü ve gücünü incelemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi uygulanmıştır. Pearson korelasyon katsayısı, sürekli değişkenler arasındaki doğrusal ilişkinin derecesini belirlemek için yaygın olarak kullanılan parametrik bir yöntemdir (Field, 2024). Değişkenlere yönelik olarak yapılan korelasyon analizi bulguları aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.27 Değişkenler arası korelasyon sonuçları

Değişken	Ort.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 *O1*	4,10	1								
2 *O2*	1,61	0,024	1							
3 *O3*	6,27	-0,066	-0,043	1						
4 O	56,19	0,846*	-0,442*	0,229*	1					
5 *C1*	4,37	0,183*	-0,052	-0,255*	0,115	1				
6 *C2*	4,61	0,007	-0,031	-0,088	-0,004	0,256	1			
7 *C3*	4,60	0,137*	-0,025	0,020	0,136*	0,324*	0,207*	1		
8 *C4*	4,18	-0,114	-0,456*	0,731*	0,301*	-0,566	-0,138*	-0,144*	1	
9 C	4,44	0,046	-0,449*	0,487*	0,373*	0,233*	0,543*	0,534*	0,482*	1

*p<0,01

Araştırmadaki ölçek ve ölçeklerin alt boyutlarının birbirleriyle ilişkisinin açığa çıkarılması amacıyla yapılan korelasyon analizi bulguları yukarıda yer alan tabloda aktarılmıştır. Aralarında kuvvetli ilişki olan değişkenlerin ÖİO-olumlu duygu (pozitif

ilişki, r=-0,846, p<0,001) ve yaşam doyumu-fikirlere açıklık (pozitif ilişki, r=0,874, p<0,001) olduğu bulgulanmıştır. Ölçek bazındaki ilişkiler değerlendirildiğinde ise ÖİO ile strese dayanım arasında pozitif yönlü zayıf ilişki (r=0,136, p<0,001), ÖİO ile fikirlere açıklık arasında pozitif yönlü orta ilişki (r=0,301, p<0,001), ÖİO ile yoksunluk hassasiyeti arasında pozitif yönlü zayıf ilişki (r=0,222, p<0,001) olduğu bulgulanmıştır. İM ile olumsuz duygu arasında negatif yönlü orta ilişki (r=-0,449, p<0,001) olduğu, yaşam doyumu ile arasında pozitif yönlü orta ilişki (r=0,487, p<0,001) olduğu gözlemlenmiştir. Analiz sonuçları, ÖİO ile İM arasında istatistiksel olarak anlamlı, pozitif yönlü orta ilişki (r=0,373, p <0,001) düzeyinde korelasyon olduğunu göstermektedir. Elde edilen korelasyon katsayısı, iki değişken arasındaki ilişkinin yönü ve gücüne ilişkin nicel bir gösterge sunmakta olup korelasyon analizinin değişkenler arasındaki eşzamanlı değişimi betimleme açısından uygun bir yöntem olduğunu ortaya koymaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2016). Elde edilen bulgular "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki vardır." hipotezini istatistiki olarak desteklemektedir.

Değişkenlerin ortlamaları değerlendirildiğinde ortalaması en yüksek olan değişkenden en düşük değişkene doğru sıralamanın 56,19 ortalama ile ÖİO, 6,27 ortalama ile yaşam doyumu, 4,61 ortalama ile yoksunluk hassasiyeti, 4,60 ile strese dayanım, 4,44 ortalama ile İM, 4,37 ortalama ile keşif hazzı, 4,18 ortalama ile fikirlere açıklık, 4,10 ortalama ile olumlu duygu ve 1,61 ortalama ile olumsuz duygu olduğu tespit edilmiştir.

4.2.3.4 Hipotez 4'e yönelik bulgular

Araştırmada bağımsız değişken(ler)in bağımlı değişken üzerindeki yordayıcı gücünü incelemek amacıyla doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizi, bir veya daha fazla bağımsız değişkenin bağımlı değişkende meydana gelen varyansı ne ölçüde açıkladığını belirlemeye yönelik yaygın kullanılan parametrik bir yöntemdir (Field, 2024). Analiz öncesinde doğrusal ilişki, normallik, çoklu doğrusal bağlantı ve hata terimlerinin bağımsızlığı gibi temel varsayımlar değerlendirilmiştir (Tabacnick ve Fidel, 2007). İM'ın ÖİO üzerine etkisinin şiddeti ve yönünün tespit edilebilmesi amacıyla regresyon analizi uygulanmıştır. Değişkenlerin ÖİO'a etkisi araştırılmış olup etkinin tespiti için regresyon analizi yapılmıştır. Değişkenlere yönelik olarak yapılan regresyon analizi bulguları aşağıda yer alan tabloda aktarılmıştır.

Tablo 4.28 Değişkenlere yönelik regresyon sonuçları

Model	Bağımsız Değişken	Standart Edilmemiş Katsayı		Standart Katsayı	t	p	Model Özeti
		B	S.H.	β			
1	**Sabit**	-13,380	10,662	-	-1,255	0,211	R=0,469 R^2=0,220 Düz.R^2=0,208 F=17,761 p<0,001
	C1	8,635	1,548	0,400	5,579	0,000	
	C2	-1,185	1,324	-0,052	-0,895	0,372	
	C3	2,373	1,494	0,094	1,588	0,114	
	C4	6,306	0,798	0,534	7,901	0,000	
2	**Sabit**	-12,191	10,676	-	-1,142	0,255	R=0,373 R^2=0,139 Düz.R^2=0,136 F=41,133 p<0,001
	C	15,399	2,401	0,373	6,414	0,000	

Bağımlı değişken: ÖİO - O

Model 1'de, bağımsız değişkenin alt boyutları olan Keşif Hazzı, Yoksunluk Hassasiyeti, Strese Dayanım ve Fikirlere Açıklık birlikte modele dâhil edilmiştir. Modelin genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (R=0,469, R^2=0,220, Düzeltilmiş R^2=0,208, F=17,761, p<0,001). Bulgular, Keşif Hazzı (B=8,635, β=0,400, p<0,001) ve Fikirlere Açıklık (B=6,306, β=0,534, p<0,001) alt boyutlarının öznel iyi oluşu istatistiksel olarak anlamlı biçimde yordadığını göstermektedir. Buna karşın Yoksunluk Hassasiyeti (p=0,372) ve Strese Dayanım (p=0,114) alt boyutlarının öznel iyi oluş üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Model 1'de sabit terimin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür (p=0,211). Sabit terimin istatistiksel olarak anlamlı olmaması, modelin geçerliğini etkilememektedir. Bu durum bağımsız değişkenlerin sıfır değerinin kuramsal bir anlam taşımamasıyla ilişkilendirilmektedir (Tabacnick ve Fidel, 2007; Field, 2024).

Model 2'de ise bağımsız değişkenin toplam puanı (İM) modele dâhil edilmiştir. Modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (R=0,373, R^2=0,139, Düzeltilmiş R^2=0,136, F=41,133, p<0,001). Bulgular, İM'nin öznel iyi oluş üzerinde pozitif ve anlamlı bir yordayıcı olduğunu göstermektedir (B=15,399, β=0,373, p<0,001). Model 2'de de sabit terimin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür (p=0,255).

Regresyon analizlerinde, model denklemlerinin oluşturulmasında standardize edilmemiş katsayıların kullanılması temel bir yöntemsel ilkedir. Standardize edilmemiş katsayılar, bağımsız değişkenlerdeki bir birimlik değişimin bağımlı değişken üzerindeki gerçek birim cinsinden etkisini yansıttığı için regresyon denklemlerinin kurulmasında tercih edilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2019; Field, 2024). Buna karşılık, standardize edilmiş beta katsayıları (β) değişkenlerin ölçüm birimlerinden arındırılmış etkilerini temsil etmekte ve farklı ölçeklerde ölçülen yordayıcıların göreli önemlerinin karşılaştırılmasında kullanılmaktadır (Aiken ve West, 1991; Pallant, 2005). Bu nedenle, regresyon denklemi standardize edilmemiş katsayılar (B) ile ifade edilirken, standardize edilmiş beta katsayıları (β) yorumlayıcı ve karşılaştırmalı amaçlarla raporlanmıştır. Ayrıca sabit terim istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte, regresyon modeli yapısal olarak sabit terimi içerdiğinden denklemde raporlanmış; ancak yorum sabit terim üzerinden yapılmamıştır.

Model 1 için denklem:

ÖİO = −13,380 + 8,635 (Keşif Hazzı) – 1,185 (Yoksunluk Hassasiyeti) + 2,373 (Strese Dayanım) + 6,306 (Fikirlere Açıklık)

Model 2 için denklem:

ÖİO = −12,191 +15,399 (İM)

Model 1'de ÖİO, merakın alt boyutları ve ilgili psikolojik özellikler birlikte ele alınmıştır. Bu modelde Keşif Hazzı, Strese Dayanım ve Fikirlere Açıklık pozitif katsayılara sahip olup, ÖİO'yu artırıcı yönde katkı sunmaktadır. Buna karşılık Yoksunluk Hassasiyeti değişkeninin katsayısının negatif olması, bu boyutun kontrol değişkenleri eşliğinde ÖİO üzerinde zayıflatıcı bir etki gösterebileceğine işaret etmektedir. Bu durum, merakın her boyutunun ÖİO'ya aynı yönde katkı sağlamadığını ve çok boyutlu yapının önemini vurgulamaktadır. Model 2'de ise merak tek bir bileşik değişken İM olarak ele alınmıştır. Bu modelde İM'nin katsayısı pozitif ve görece yüksek (B=15,399) olup merak düzeyindeki artışın öznel iyi oluşta anlamlı bir artışla ilişkili olduğunu göstermektedir. Basit regresyon yapısı, merak – öznel iyi oluş ilişkisinin genel yönünü ortaya koyarken, Model 1 bu ilişkinin hangi bileşenler

üzerinden gerçekleştiğine dair daha ayrıntılı bir tablo sunmaktadır. Birlikte değerlendirildiğinde, Model 2 merakın öznel iyi oluş üzerindeki toplam etkisini gösterirken, Model 1 bu etkinin heterojen ve boyutlara duyarlı olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular "İşyerinde merak öznel iyi oluşu anlamlı ve pozitif yönde etkilemektedir." hipotezini istatistiki olarak desteklemektedir.

4.2.3.5 Hipotez 5'e yönelik bulgular

Araştırmada, bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin üçüncü bir değişkenin düzeyine bağlı olarak değişip değişmediğini incelemek amacıyla düzenleyici değişken analizi uygulanmıştır. Düzenleyici değişken analizi, bir yordayıcının bağımlı değişken üzerindeki etkisinin farklı koşullar altında nasıl farklılaştığını ortaya koymaya yönelik regresyon temelli bir yaklaşımdır (Hayes, 2022; Coutts ve Hayes, 2023). Analizler, etkileşim teriminin (bağımsız değişken × düzenleyici değişken) modele dâhil edilmesi yoluyla gerçekleştirilmiştir.

ÖİO ile İM arasındaki ilişkide, bireylerin sahip olduğu nörobilişsel performans düzeyinin bu ilişkiyi hangi koşullarda güçlendirdiğini ya da zayıflattığını ortaya koymak amacıyla, Hayes'in (2022) geliştirdiği PROCESS makrosu kullanılarak Model 1 düzenleyici değişken analizi gerçekleştirilmiştir. Düzenleyicilik analizleri, bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkinin üçüncü bir değişkenin düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde değişip değişmediğini test etmeye olanak tanımakta ve psikolojik süreçlerin koşullu yapısını incelemede yaygın biçimde kullanılmaktadır (Coutts ve Hayes, 2023). Bu bağlamda nörobilişsel performans, Kaynakların Korunumu Kuramı'nda tanımlanan kişisel kaynak kapasitesinin bilişsel bir göstergesi olarak ele alınmış ve İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin, bireyin mevcut bilişsel kaynak düzeyine bağlı olarak farklılaşabileceği varsayımı test edilmiştir (Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). PROCESS Model 1 kapsamında oluşturulan etkileşim terimi (İM × Nörobilişsel Performans), İM-ÖİO ilişkisinin koşulsuz bir ana etki olmaktan ziyade, bireysel kaynak kapasitesine duyarlı bir yapı sergileyip sergilemediğini istatistiksel olarak sınamayı mümkün kılmıştır. Nörobilişsel performansın alt boyutlarından stroop test verilen doğru yanıt oranının düzenleyici etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

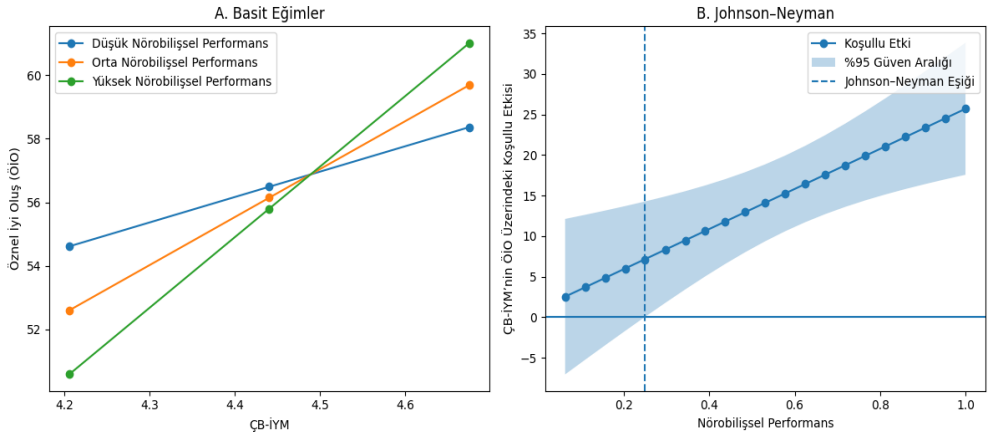
Tablo 4.29 Stroop test doğru yanıt oranı düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	52,4123 [5,89, 98,93]	23,6218	2,2188	0,0274	
İM (X)	0,9944 [-9,47, 11,46]	5,3153	0,1871	0,8518	R=0,4126 R^2=0,1702
M	-110,8792 [-182,22, -39,53]	36,2257	-3,0608	0,0024	F=17,2982 p<0,001
Etkileşim (X*M)	24,7013 [8,67, 40,73]	8,1411	3,0342	0,0027	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

İM (X) ile ÖİO (Y) arasındaki ilişkide Stroop testi doğru cevap oranı (M) düzenleyici değişkenin rolünü incelemek amacıyla gerçekleştirilen düzenletici değişken analizi sonuçları yukarıda yer alan tabloda sunulmuştur. Kurulan regresyon modelinin genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (R=0,4126, R^2=0,1702, F=17,2982, p<0,001). Bulgular, modelin ÖİO'da gözlenen varyansın yaklaşık %17'sini açıkladığını göstermektedir.

Regresyon katsayıları incelendiğinde, İM'nin ÖİO üzerindeki ana etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (B=0,9944, p=0,8518). Buna karşın düzenleyici değişkenin ana etkisi negatif ve anlamlıdır (B=−110,8792, p=0,0024). En kritik bulgu, işyerinde merak ile düzenleyici değişken arasındaki etkileşim teriminin (X×M) pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olmasıdır (B=24,7013, p=0,0027). Bu sonuç, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin, nörobilişsel performans düzenleyici değişkeninin düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde değiştiğini göstermektedir. Elde edilen bulgular, İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin koşulsuz bir ilişki olmadığını, bu ilişkinin nörobilişsel performansın düzeyine bağlı olarak güçlendiğini ortaya koymaktadır.



Şekil 4.2 Stroop test doğru yanıt oranı basit eğim ve anlamlılığı

Yukarıda şekilde yer alan grafiklerde sunulan bulgular, İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin nörobilişsel performans düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde farklılaştığını ortaya koymaktadır. Basit eğimler grafiği, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin nörobilişsel performans düzeyi arttıkça belirgin biçimde güçlendiğini göstermektedir. Düşük nörobilişsel performans düzeyinde eğimin daha sınırlı olduğu, orta düzeyde belirginleştiği ve yüksek düzeyde ise en güçlü hâlini aldığı görülmektedir. Bu bulgu, İM'nin öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin tek yönlü ve sabit bir etki olmadığını, bireylerin bilişsel kapasite düzeylerine bağlı olarak değişkenlik gösterdiğini göstermektedir. Bu desen, düzenleyici değişken analizlerinde etkileşim teriminin anlamlı olması durumunda, yordayıcı ile sonuç değişkeni arasındaki ilişkinin bireysel kapasitelere bağlı olarak değişebileceğini vurgulayan metodolojik yaklaşımlarla uyumludur (Aiken ve West, 1991).

Johnson–Neyman grafiği, bu farklılaşmanın hangi nörobilişsel performans düzeylerinden itibaren istatistiksel olarak anlamlı hâle geldiğini ortaya koymaktadır. Johnson–Neyman tekniği, düzenleyici değişkenin sürekli olduğu durumlarda, yordayıcı değişkenin etkisinin anlamlı olduğu değer aralıklarının belirlenmesine olanak tanımakta ve bu yönüyle basit eğim analizlerine göre daha hassas bir değerlendirme sunmaktadır (Johnson ve Neyman, 1936; Hayes, 2022). Bulgular, nörobilişsel performans yaklaşık 0,25 düzeyinin altında iken İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını, bu eşik değerin üzerinde ise ilişkinin pozitif ve anlamlı hâle geldiğini göstermektedir. Başka bir ifadeyle, İM'nin ÖİO'ya katkısı, ancak bireylerin yeterli düzeyde nörobilişsel performansa sahip olması koşuluyla ortaya çıkmaktadır. Grafikler birlikte değerlendirildiğinde, İM'nin ÖİO

üzerindeki etkisinin koşulsuz bir ana etki olmadığı, aksine nörobilişsel performans tarafından sınırlandırılan ve koşullanan bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Elde edilen bulgular, "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini istatistiki olarak desteklemektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak Stroop test yanıtlama süresinin düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.30 Stroop test yanıtlama süresinin düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	127,2190 [43,04, 211,40]	42,7456	2,9762	0,0032	
İM (X)	-14,5137 [-32,60, 3,58]	9,1860	-1,5800	0,1154	R=0,4149 R^2=0,1759
M	-103,5669 [-166,51, -40,62]	31,9625	-3,2403	0,0014	F=17,9994 p<0,001
Etkileşim (X*M)	22,2268 [8,41, 36,05]	7,0183	3,1670	0,0017	

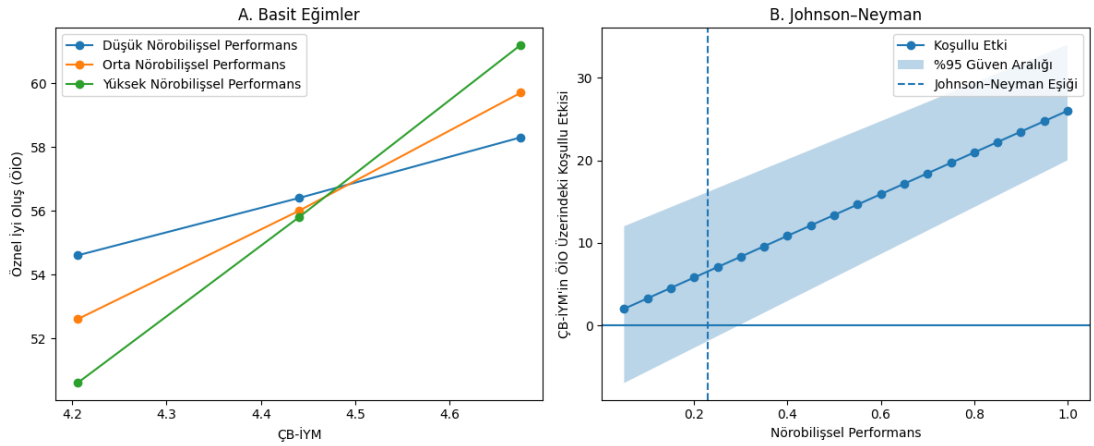
Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda yer alan tabloda sunulan Hayes PROCESS Model 1 sonuçları, İM, ortalama yanıtlama süresi ve bu iki değişkenin etkileşiminin birlikte ÖİO anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir. Kurulan regresyon modelinin genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (R=0,4194; R^2=0,1759; F(3,253)=17,9994; p<0,001). Buna göre model, ÖİO'da gözlenen varyansın yaklaşık %17,6'sını açıklamaktadır. Bu bulgu, İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin tek başına değil, bireyin strese dayanım düzeyi bağlamında değerlendirilmesi gerektiğine işaret etmektedir.

Modelde yer alan ana etkiler incelendiğinde, İM'ın ÖİO üzerindeki doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (B=-14,5137, p=0,1154). Buna karşılık ortalama yanıtlama süresinin ÖİO üzerindeki ana etkisi negatif ve anlamlıdır (B=-103,5669, p=0,0014). Bu sonuç, ortalama yanıtlama süresi arttıkça ÖİO'un azaldığını göstermekte olup, ortalama yanıtlama süresi kapasitesinin tek başına ele alındığında her zaman olumlu bir psikolojik çıktı üretmeyebileceğini düşündürmektedir. Ancak bu ana etkilerin, etkileşim terimi modele dâhil edildiğinde farklı bir bağlamda değerlendirilmesi gerekmektedir.

Etkileşim terimi (İM × M) istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (B=22,2268, p=0,0017). Ayrıca etkileşim teriminin modele katkısı anlamlı düzeydedir (ΔR^2=0,0327; F(1,253)=10,0298; p=0,0017). Bu bulgu, ortalama yanıtlama süresinin İM ile ÖİO arasındaki ilişkiyi düzenlediğini ve İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin ortalama yanıtlama süresi düzeyine bağlı olarak değiştiğini göstermektedir. Başka bir ifadeyle, İM'ın ÖİO üzerindeki etkisi tüm bireyler için sabit olmayıp ortalama yanıtlama sürelerine göre farklılaşan koşullu bir yapı sergilemektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, bu sonuçlar İM'ın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin ancak belirli bir ortalama yanıtlama süresi bağlamında anlam kazandığını ortaya koymaktadır. Ana etkinin anlamsız, buna karşın etkileşimin anlamlı olması, ilişkinin doğrusal ve evrensel bir yapıdan ziyade koşullu bir mekanizma üzerinden işlediğini göstermektedir. Bu bulgu, merak gibi bilişsel olarak talepkâr süreçlerin psikolojik çıktılarının bireyin ortalama yanıtlama süresi kapasitesine bağlı olarak değişebileceğini ortaya koymakta ve düzenleyici analiz yaklaşımının önemini vurgulamaktadır.



Şekil 4.3 Stroop test ortalama yanıtların basit eğim ve anlamlılığı

Yukarıdaki şekilde yer alan grafiklerde sunulan basit eğimler grafiği, İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin nörobilişsel performans düzeylerine göre farklılaştığını açık biçimde göstermektedir. Düşük, orta ve yüksek nörobilişsel performans grupları karşılaştırıldığında, İM düzeyi arttıkça ÖİO puanlarının tüm gruplarda yükseldiği; ancak bu artışın büyüklüğünün nörobilişsel performans düzeyine bağlı olarak değiştiği görülmektedir. Özellikle yüksek nörobilişsel performans grubunda eğimin daha dik olması, İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin bu grupta daha güçlü olduğunu

göstermektedir. Buna karşılık, düşük nörobilişsel performans grubunda eğimin daha yatay seyretmesi, İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin bu grupta sınırlı kaldığına işaret etmektedir.

Johnson–Neyman analizi sonuçları, düzenleyici değişken olan nörobilişsel performansın belirli bir eşik değerinden itibaren İM (X) ile ÖİO (Y) arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı hale geldiğini ortaya koymaktadır. Buna göre, merakın ÖİO üzerindeki koşullu etkisi Johnson–Neyman eşiğine kadar istatistiksel olarak anlamlı değildir (nörobilişsel performans<0,23, p>0,05). Eşik değerde koşullu etki sınırda anlamlı hale gelmekte ve bu noktadan sonra nörobilişsel performans düzeyi arttıkça İM'ın ÖİO üzerindeki etkisi pozitif ve anlamlı biçimde güçlenmektedir. Johnson–Neyman eşiğinin altında kalan bireyler örneklemin daha sınırlı bir bölümünü oluştururken, eşik değerin üzerinde yer alan bireyler örneklemin büyük çoğunluğunu kapsamaktadır.

Koşullu etki değerleri ayrıntılı olarak incelendiğinde, düşük nörobilişsel performans düzeylerinde İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamsız olduğu; buna karşılık orta ve yüksek nörobilişsel performans düzeylerinde bu etkinin anlamlı hale geldiği ve etki büyüklüğünün performans arttıkça düzenli biçimde yükseldiği görülmektedir. Bu bulgular, İM'ın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin tüm bireyler için sabit bir ana etki şeklinde işlemediğini; aksine bireyin nörobilişsel kapasitesine bağlı olarak ortaya çıkan koşullu bir mekanizma üzerinden işlediğini göstermektedir. Bu bağlamda elde edilen grafiksel ve istatistiksel bulgular stroop test için "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini açık biçimde desteklemektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan görsel hafıza testine verilen doğru yanıt oranlarının düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.31 Gösel hafıza doğru yanıt oranı düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	-9,6093 [-57,91, 38,68]	24,5235	-0,3918	0,6955	
İM (X)	14,6755 [3,76, 25,59]	5,5433	2,6474	0,0086	R=0,3741 R^2=0,1399
M	-4,4092 [-81,51, 72,69]	39,1470	-0,1126	0,9104	F=13,7222 p<0,001
Etkileşim (X*M)	1,2384 [-16,19, 18,67]	8,8500	0,1399	0,8817	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıdaki tabloda sunulan Hayes PROCESS Model 1 sonuçlarına göre, İM'ın ÖİO üzerindeki ana etkisi pozitif ve istatistiksel olarak anlamlıdır (B=14,68, p=0,009). Buna karşılık, görsel doğruluğun (M) ana etkisi (p=0,910) ile merak ve görsel doğruluk arasındaki etkileşim terimi (X×M) istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (B=1,24, p=0,889). Etkileşimin modele katkısı ihmal edilebilir düzeydedir (ΔR^2=0,0001). Bu bulgular, görsel hafıza testi doğruluk oranının İM ile ÖİO arasındaki ilişkiyi düzenleyici bir değişken olarak etkilemediğini göstermektedir. Elde edilen bulgular, "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini istatistiki olarak desteklememektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan görsel hafıza testine verilen ortalama yanıt sürelerinin düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.32 Gösel hafıza ortalama yanıt süresi düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	171,6922 [90,14, 253,25]	41,4107	4,1461	0,0000	
İM (X)	-25,8671 [-44,18, -7,56]	9,2972	-2,7822	0,0058	R=0,4527 R^2=0,2050
M	-364,7493 [-521,41, -208,09]	79,5471	-4,5853	0,0000	F=21,7430 p<0,001
Etkileşim (X*M)	81,9081 [46,69, 117,12]	17,8811	4,5807	0,0000	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Hayes PROCESS Model 1 sonuçları, İM, görsel ortalama yanıt süresi performansı (gorsure) ve bu iki değişkenin etkileşiminin ÖİO'u istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir.

Kurulan regresyon modelinin genel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($R=0,4527$; $R^2=0,2050$; $F(3,253)=21,7430$; $p<0,001$).

Buna göre model, ÖİO'da gözlenen varyansın yaklaşık %20,5'ini açıklamaktadır. Bu bulgu, İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin görsel süre performansı bağlamında değerlendirilmesi gerektiğine işaret etmektedir.

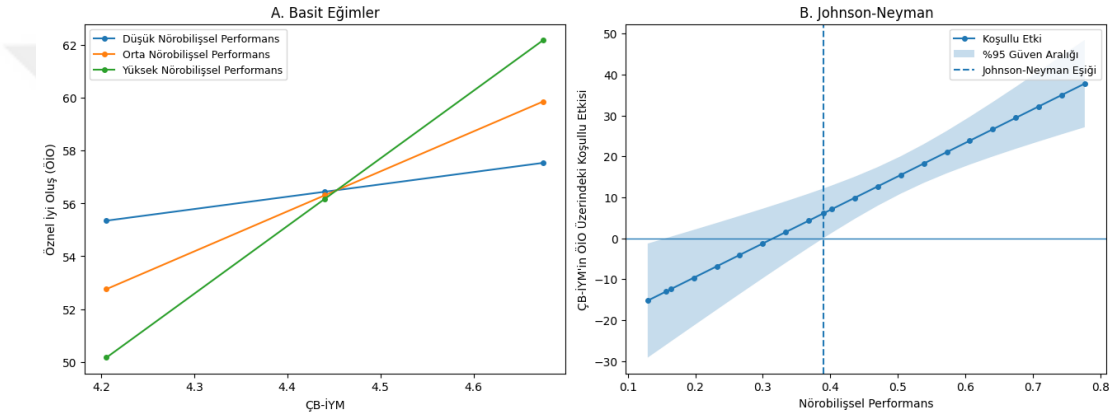
Modelde yer alan ana etkiler incelendiğinde, İM'ın ÖİO üzerindeki doğrudan etkisinin negatif ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($B=-25,8671$; $p=0,0058$). Benzer şekilde görsel süre performansının ÖİO üzerindeki ana etkisi de negatif ve anlamlıdır ($B=-364,7493$; $p<0,001$).

Bu sonuçlar, İM ve görsel süre performansının tek başına ele alındığında ÖİO üzerinde olumsuz bir etkiyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Ancak bu ana etkilerin, etkileşim terimi modele dâhil edildiğinde bağlama özgü ve koşullu bir yapı içinde değerlendirilmesi gerekmektedir.

Etkileşim terimi olan İM × görsel süre performansı istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($B=81,9081$; $p<0,001$). Ayrıca etkileşim teriminin modele katkısı anlamlı düzeydedir ($\Delta R^2=0,0659$; $F(1,253)=20,9829$; $p<0,001$).

Bu bulgu, görsel süre performansının İM ile ÖİO arasındaki ilişkiyi düzenlediğini ve İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin bireyin görsel süre performansı düzeyine bağlı olarak değiştiğini göstermektedir. Başka bir ifadeyle, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisi tüm bireyler için sabit bir ana etki şeklinde değil, görsel süre performansına bağlı olarak farklılaşan koşullu bir yapı sergilemektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, bu bulgular İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin ancak belirli bir görsel süre performansı düzeyinde anlam kazandığını ortaya koymaktadır. Ana etkilerin negatif yönde anlamlı olmasına karşın etkileşim teriminin güçlü ve pozitif olması, ilişkinin doğrusal ve evrensel bir yapıdan ziyade bilişsel kapasiteye duyarlı, bağlama özgü bir mekanizma üzerinden işlediğini göstermektedir. Bu sonuçlar, merak gibi bilişsel olarak talepkâr süreçlerin psikolojik çıktılarının, bireyin görsel bilgi işleme kapasitesine bağlı olarak farklılaştığını ortaya koymakta ve düzenleyici analiz yaklaşımının önemini vurgulamaktadır. Elde edilen bulgular eşliğinde oluşturulan grafikler aşağıda aktarılmıştır.



Şekil 4.4 Gösel hafıza ortalama yanıtların basit eğim ve anlamlılığı

Yukarıdaki şekilde yer alan grafikte merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin nörobilişsel performans düzeyine göre farklılaştığı görülmektedir. Basit eğim analizi sonuçları, düşük nörobilişsel performans düzeyinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin sınırlı kaldığını, buna karşılık orta ve yüksek nörobilişsel performans düzeylerinde bu etkinin giderek güçlendiğini ortaya koymaktadır. Nitekim düşük nörobilişsel performans düzeyinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki koşullu etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmazken ($p=0,158$), orta düzeyde nörobilişsel performans için söz konusu etkinin anlamlı ve pozitif olduğu görülmüştür ($p<0,001$). Yüksek nörobilişsel performans düzeyinde ise bu etkinin daha da güçlendiği saptanmıştır ($p<0,001$). Bu bulgular, merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin nörobilişsel performans arttıkça belirgin biçimde güçlendiğine işaret etmektedir.

Basit eğim grafiğinde üç farklı nörobilişsel performans düzeyine ait doğruların eğimlerinin birbirinden ayrışması, düzenleyici etkiye ilişkin görsel kanıt sunmaktadır. Özellikle yüksek nörobilişsel performans düzeyinde doğrunun daha dik bir artış göstermesi, meraktaki artışın öznel iyi oluşta daha yüksek bir yükselişle ilişkili olduğunu göstermektedir. Orta nörobilişsel performans düzeyinde bu artışın daha ılımlı, düşük nörobilişsel performans düzeyinde ise daha sınırlı olduğu görülmektedir. Buna göre merak değişkeninin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi, her nörobilişsel performans düzeyinde aynı değildir; tersine, bu etki nörobilişsel performans yükseldikçe güçlenen bir örüntü sergilemektedir. Söz konusu bulgu, düzenleyici değişken analizinde elde edilen anlamlı etkileşim terimiyle de uyumludur (b=81,91, SH=17,88, t=4,58, p<0,001).

Johnson–Neyman analizi sonuçları da bu örüntüyü desteklemektedir. Analiz bulgularına göre merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisi, nörobilişsel performansın belirli bir eşik değerinin üzerine çıkmasıyla birlikte istatistiksel olarak anlamlı hale gelmektedir. Özellikle nörobilişsel performans değeri yaklaşık 0,3899 ve üzerinde olduğunda, merakın öznel iyi oluş üzerindeki koşullu etkisinin anlamlı ve pozitif olduğu görülmektedir. Buna karşılık bu eşik değerin altındaki düzeylerde ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı anlaşılmaktadır. Bu sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, nörobilişsel performansın merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide güçlendirici bir düzenleyici değişken olarak işlev gördüğü ve merakın öznel iyi oluş üzerindeki olumlu etkisinin özellikle daha yüksek nörobilişsel performans düzeylerinde daha belirgin hale geldiği söylenebilir. Bu bulgular ışığında görsel hafıza testi için görsel süre performansına bağlı olarak "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezi açık biçimde desteklenmektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sözel hafıza testine verilen doğru yanıt oranlarının düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.33 Sözel hafıza doğru yanıt oranı düzenleyici etkisi

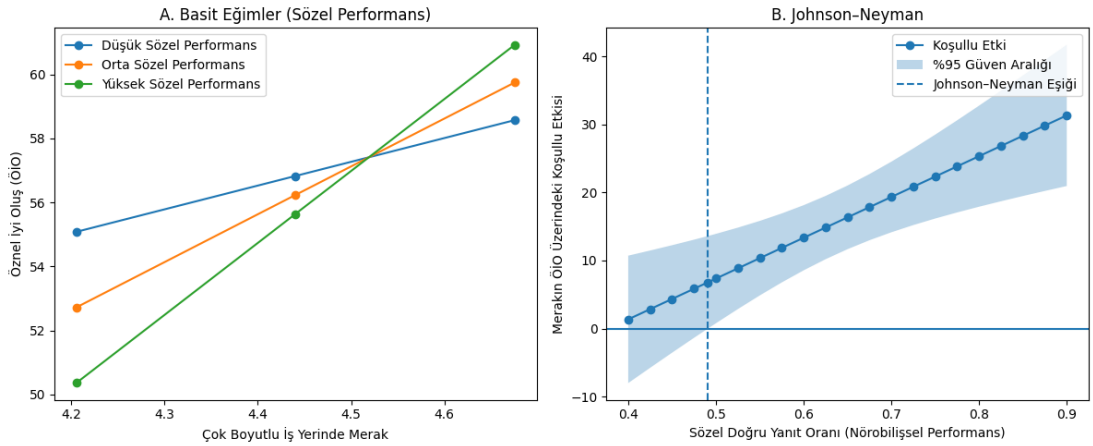
Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	15,6069 [59,08, 260,13]	51,0432	3,1269	0,0020	
İM (X)	-22,6150 [-45,14, -0,89]	11,4386	-1,9771	0,0491	R=0,4228 R^2=0,1877
M	-270,7875 [-426,02, -115,56]	78,8210	-3,4355	0,0007	F=18,3609 p<0,001
Etkileşim (X*M)	59,9216 [25,12, 94,72]	17,6696	3,3912	0,0008	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

İM (X) ile öznel iyi oluş (ÖİO) (Y) arasındaki ilişkide sözel doğru yanıt oranının (M) düzenleyici değişken rolünü incelemek amacıyla gerçekleştirilen düzenleyici değişken analizi sonuçları yukarıda yer alan tabloda sunulmuştur. Kurulan regresyon modelinin genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (R=0,4228, R^2=0,1788, F(3,253)=18,3609, p<0,001). Bulgular, modelin ÖİO'da gözlenen varyansın yaklaşık %17,9'unu açıkladığını göstermektedir.

Regresyon katsayıları incelendiğinde, işyerinde merakın (İM) öznel iyi oluş (ÖİO) üzerindeki ana etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (B=0,9944, p=0,8518). Buna karşın düzenleyici değişken olan nörobilişsel performansın ana etkisi negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlıdır (B=−110,8792, p=0,0024).

En kritik bulgu, işyerinde merak ile nörobilişsel performans arasındaki etkileşim teriminin (X×M) pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olmasıdır (B=24,7013, p=0,0027). Bu sonuç, İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin doğrusal ve koşulsuz bir ana etki şeklinde ortaya çıkmadığını; aksine bu ilişkinin bireylerin nörobilişsel performans düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde değiştiğini göstermektedir. Elde edilen bulgular, nörobilişsel performans düzeyi yükseldikçe İM'ın öznel iyi oluş üzerindeki olumlu etkisinin güçlendiğini ortaya koymakta ve merak–iyi oluş ilişkisinin bireysel bilişsel kapasiteye duyarlı bir yapı sergilediğine işaret etmektedir.



Şekil 4.5 Sözel test doğru yanıt oranı basit eğim ve anlamlılığı

Yukarıdaki şekilde sunulan grafikler, İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin sözel nörobilişsel performans düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde değiştiğini göstermektedir. Basit eğimler grafiği, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin tüm performans düzeylerinde pozitif yönlü olduğunu; ancak bu etkinin büyüklüğünün performans düzeyine göre belirgin biçimde farklılaştığını ortaya koymaktadır. Düşük sözel performans düzeyinde İM'deki artış, ÖİO'da sınırlı bir yükselişle ilişkiliyken, orta sözel performans düzeyinde bu artışın daha belirgin hâle geldiği görülmektedir. En güçlü etki ise yüksek sözel performans düzeyinde ortaya çıkmakta; bu düzeyde İM arttıkça ÖİO'daki artışın eğimi belirgin biçimde dikleşmektedir. Bu desen, merakın psikolojik çıktılara dönüşme gücünün bireylerin sözel bilişsel kapasitesi arttıkça güçlendiğine işaret etmekte olup düzenleyici değişken analizlerinde etkileşim teriminin anlamlı olması durumunda, yordayıcı ile sonuç değişkeni arasındaki ilişkinin bireysel kapasitelere bağlı olarak değişebileceğini vurgulayan metodolojik yaklaşımlarla uyumludur (Aiken ve West, 1991).

Johnson–Neyman grafiği, bu koşullu ilişkinin hangi sözel performans düzeylerinden itibaren istatistiksel olarak anlamlı hâle geldiğini açık biçimde ortaya koymaktadır. Grafiğe göre, sözel doğru yanıt oranı yaklaşık 0,49 düzeyinin altında iken İM'nin ÖİO üzerindeki koşullu etkisi sıfır çizgisini içeren güven aralıkları nedeniyle istatistiksel olarak anlamlı değildir. Bu eşik değerinin aşılmasıyla birlikte koşullu etki pozitif yönde artmakta ve güven aralığı tamamen sıfırın üzerine çıkmaktadır. Sözel performans düzeyi yükseldikçe, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin büyüklüğü düzenli biçimde artmakta ve ilişkinin istatistiksel gücü giderek sağlamlaşmaktadır.

Grafikler birlikte değerlendirildiğinde, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin koşulsuz ve sabit bir ana etki olmadığı, aksine sözel nörobilişsel performans tarafından sınırlandırılan ve güçlendirilen koşullu bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Bu bulgular, sözel hafıza testi doğru yanıt oranı açısından "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini grafiksel ve istatistiksel olarak desteklemektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sözel hafıza ortalama yanıt sürelerinin düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.34 Sözel hafıza yanıt süresi düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	-91,9247 [-211,90, 28,05]	60,9202	-1,5089	0,1326	
İM (X)	33,7305 [5,77, 61,69]	14,1966	2,3759	0,0182	R=0,3815 R^2=0,1456
M	128,0822 [-57,24, 313,40]	94,1007	1,3611	0,1747	F=14,3685 p<0,001
Etkileşim (X*M)	-29,2506 [-72,06, 13,55]	21,7352	-1,3458	0,1796	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda sunulan düzenleyici değişken analizi sonuçlarına göre, İM (X), sözel hafıza ortalama yanıt süresi (M) ve etkileşim teriminin (X×M) ÖİO üzerindeki yordayıcı rolünü test eden regresyon modeli genel olarak istatistiksel açıdan anlamlıdır (R=0,3815, R^2=0,1456, F=14,3685, p<0,001). Buna göre model, ÖİO'da gözlenen toplam varyansın yaklaşık %14,6'sını açıklamaktadır. Bu bulgu, modele dâhil edilen değişkenlerin birlikte ele alındığında ÖİO üzerinde anlamlı bir açıklayıcılığa sahip olduğunu göstermektedir. Regresyon katsayıları incelendiğinde, İM'in ÖİO üzerindeki ana etkisinin pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (B=33,7305, SH=14,1966, t=2,3759, p=0,0182). Güven aralığının sıfırı içermemesi [5,77, 61,69], İM düzeyindeki artışın ÖİO puanlarında anlamlı bir yükselişle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bu sonuç, İM'nin bireylerin ÖİO düzeylerini artıran önemli bir bireysel kaynak olduğunu göstermektedir.

Buna karşılık, düzenleyici değişken M'nin ÖİO üzerindeki ana etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (B=128,0822, SH=94,1007, t=1,3611, p=0,1747). Benzer biçimde, İM ile M arasındaki etkileşim teriminin (X×M) ÖİO üzerindeki etkisi de istatistiksel açıdan anlamlı değildir (B=-29,2506, SH=21,7352, t=-1,3458, p=0,1796). Etkileşim katsayısına ait güven aralığının sıfırı içermesi [-72,06, 13,55], M değişkeninin İM ile ÖİO arasındaki ilişkiyi düzenleyici bir rol üstlenmediğine işaret etmektedir.

Genel olarak bu bulgular, İM'in ÖİO üzerinde doğrudan ve pozitif bir etkiye sahip olduğunu, ancak bu ilişkinin M değişkenine bağlı olarak anlamlı biçimde farklılaşmadığını göstermektedir. Dolayısıyla, incelenen modelde M değişkeninin İM ile ÖİO arasındaki ilişkide düzenleyici bir işlev üstlendiğine dair istatistiksel kanıt elde edilememiştir. Bu bulgular, sözel hafıza testi yanıt süresi açısından "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini grafiksel ve istatistiksel olarak desteklememektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sağ el parmak tıklatma toplam sayısının düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.35 Sağ el parmak tıklatma sayısı düzenleyici etkisi

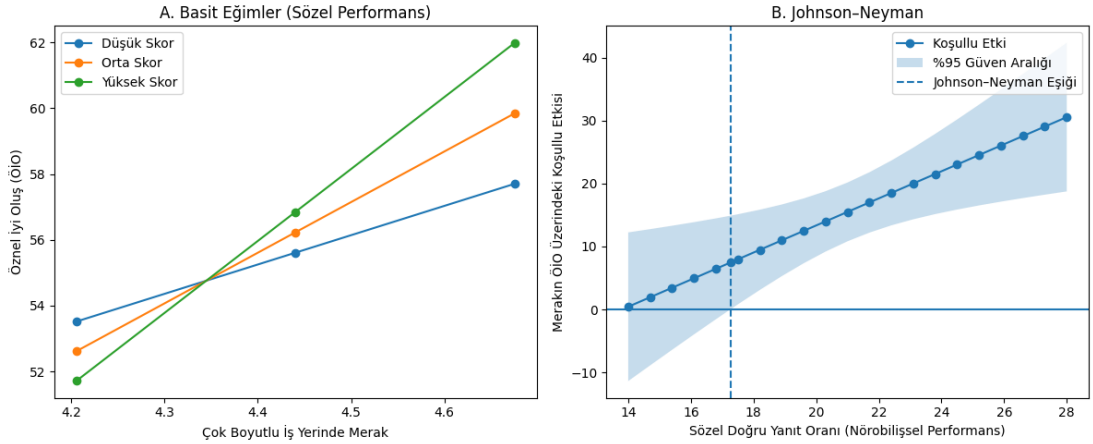
Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	183,6752 [36,99, 330,35]	74,4788	2,4661	0,0143	
İM (X)	-29,6703 [-62,51, 3,17]	16,6760	-1,7792	0,0764	R=0,4114 R^2=0,1693
M	-9,3434 [-16,25, -2,43]	3,5093	-2,6625	0,0083	F=17,1819 p<0,001
Etkileşim (X*M)	2,1504 [,60, 3,69]	0,7860	2,7359	0,0067	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda yer alan tabloda sunulan PROCESS Model 1 sonuçları, İM (X), sağ el parmak tıklatma toplam skoru (M) ve ÖİO (Y) arasındaki ilişkileri ortaya koymaktadır. Modelin genel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (R=0,4114, R^2=0,1693, F(3,253)=17,1819, p<0,001). Regresyon katsayıları incelendiğinde, İM'ın ÖİO

üzerindeki ana etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir (B=−29,6703, p=0,0764). Buna karşın, sağ el performansı ile temsil edilen nörobilişsel performansın ÖİO üzerindeki ana etkisinin negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (B=−9,3434, p=0,0083). Bu bulgu, sağ el performansı arttıkça, merak düzeyi sabit tutulduğunda, öznel iyi oluşun ortalama düzeyinde bir azalma eğilimi ortaya çıktığını göstermektedir.

En kritik bulgu, İM ile sağ el nörobilişsel performansı arasındaki etkileşim teriminin (X×W) pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olmasıdır (B=2,1504, p=0,0067). Bu sonuç, merakın ÖİO üzerindeki etkisinin doğrusal ve koşulsuz bir ana etki biçiminde ortaya çıkmadığını, aksine bireylerin nörobilişsel performans düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde değiştiğini göstermektedir. Başka bir ifadeyle, sağ el nörobilişsel performansı düşük olan bireylerde İM'nin ÖİO üzerindeki etkisi zayıf ya da anlamsız kalırken, performans düzeyi arttıkça İM'nin ÖİO'ya katkısı giderek güçlenmektedir. Bu desen, İM psikolojik çıktılara dönüşebilmesi için bireylerin yeterli bilişsel kaynaklara sahip olmasının gerekli olduğunu ortaya koymakta ve nörobilişsel performansın İM – ÖİO ilişkisinde kritik bir sınır koşulu işlevi gördüğüne işaret etmektedir.



Şekil 4.6 Sağ el toplam skoru basit eğim ve anlamlılığı

Yukarıdaki şekilde yer alan grafiklerde sunulan basit eğimler grafiği, İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin sağ el toplam skor düzeylerine göre farklılaştığını açık biçimde göstermektedir. Düşük, orta ve yüksek sağ el toplam skor performans grupları karşılaştırıldığında, İM düzeyi arttıkça ÖİO puanlarının tüm gruplarda yükseldiği, ancak bu artışın büyüklüğünün sağ el toplam skor performans düzeyine bağlı olarak

değiştiği görülmektedir. Özellikle yüksek sağ el toplam skor performans grubunda eğimin daha dik olması, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin bu grupta daha güçlü olduğunu göstermektedir. Buna karşılık düşük sağ el toplam skor performans grubunda eğimin daha yatay olması, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin sınırlı kaldığına işaret etmektedir. Johnson–Neyman analizi sonuçları, düzenleyici değişken olan sağ el toplam skoru değişkeninin belirli bir eşik değerinden itibaren İM (X) ile ÖİO (Y) arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı hale geldiğini göstermektedir. Buna göre, merakın ÖİO üzerindeki koşullu etkisi, elsag=17,2571 değerine kadar istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0,05$). Bu eşik değerinde koşullu etki sınırda anlamlı hale gelmekte ($B=7,4395$, $p=0,05$) ve bu noktadan sonra elsag düzeyi arttıkça merakın ÖİO üzerindeki etkisi pozitif ve anlamlı biçimde güçlenmektedir. Johnson–Neyman kritik değeri olan 17,2571'in altında kalan katılımcılar örneklemin yaklaşık %12,84'ünü oluştururken, bu değerin üzerinde yer alan katılımcılar örneklemin %87,16'sını kapsamaktadır.

Koşullu etki tablosu incelendiğinde, düşük sağ el toplam skoru düzeylerinde (örneğin 14,0000–16,8000 aralığında) merakın ÖİO üzerindeki etkisinin istatistiksel olarak anlamsız olduğu görülmektedir ($p>0,05$). Buna karşılık, sağ el toplam skor düzeyi 17,5000 ve üzerine çıktığında merakın ÖİO üzerindeki etkisi anlamlı hale gelmekte ve etki büyüklüğü düzenli biçimde artmaktadır (örneğin elsag=18,2000 için $B=9,4672$, $p=0,0037$; elsag=21,00 için $B=15,4884$, $p<0,001$; elsag=28,0000 için $B=30,5413$, $p<0,001$). Bu bulgular, İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin yalnızca orta ve yüksek sağ el toplam skoru düzeylerine sahip bireylerde ortaya çıktığını ve sağ el toplam skoru değişkeninin İM – ÖİO ilişkisinde güçlü bir düzenleyici rol oynadığını göstermektedir. Elde edilen bulgular sağ el parmak tıklatma sayısı açısından "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini grafiksel ve istatistiksel olarak desteklemektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sağ el ortalama parmak tıklatma sürelerinin düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.36 Sağ el ortalama parmak tıklatma süresi düzenleyici etkisi

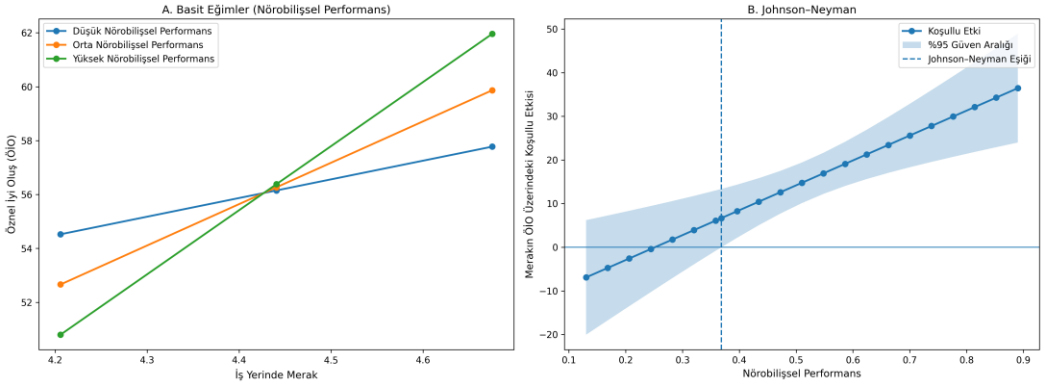
Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	119,5329 [43,86, 195,21]	38,4262	3,1107	0,0021	
İM (X)	-14,3397 [-31,34, 2,66]	8,6314	-1,6613	0,0979	R=0,4250 R^2=0,1806
M	-252,5388 [-391,97, -113,11]	70,7970	-3,5671	0,0004	F=18,5927 p<0,001
Etkileşim (X*M)	57,0486 [25,69, 88,40]	15,9198	3,5835	0,0004	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Kurulan düzenleyici değişken modelinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu görülmektedir (R=0,4250; R^2=0,1806; F=18,5927; p<0,001). Bulgular, modele dâhil edilen İM (X), düzenleyici değişken M ve etkileşim teriminin birlikte ÖİO'daki varyansın yaklaşık %18,06'sını açıkladığını göstermektedir. Bu oran, sosyal bilimler bağlamında orta düzeyde ve kuramsal olarak anlamlı açıklayıcılığa işaret etmektedir. Ana etkiler incelendiğinde, İM'nin (X) ÖİO üzerindeki doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (B=-14,3397; p=0,0979). Buna karşılık, düzenleyici değişken M'nin ÖİO üzerindeki ana etkisi negatif ve istatistiksel olarak anlamlıdır (B=-252,5388; p=0,0004). Bu bulgu, M düzeyi arttıkça ÖİO'nun tek başına azalma eğilimi gösterdiğini, ancak bu ilişkinin İM ile birlikte ele alındığında farklı bir dinamik kazandığını düşündürmektedir.

Asıl kritik bulgu, İM ile M arasındaki etkileşim teriminin pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olmasıdır (B=57,0486; p=0,0004). Bu sonuç, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin M düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde değiştiğini, yani M'nin bu ilişkide düzenleyici bir değişken olarak işlev gördüğünü göstermektedir. Elde edilen sonuçlar, sağ el ortalama parmak tıklatma süresi açısından "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." yönündeki hipotezi istatistiksel olarak desteklemektedir. Etkileşim katsayısının pozitif yönlü olması, M düzeyi yükseldikçe İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin güçlendiğine işaret etmektedir. Dolayısıyla, düşük M düzeylerinde İM'nin ÖİO üzerindeki etkisi zayıf ya da anlamsız kalırken, yüksek M düzeylerinde bu etki belirgin ve olumlu bir hâl almaktadır.

Bu bulgular bir arada değerlendirildiğinde, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin doğrudan ve sabit bir ilişki olmadığı, aksine bireyin M düzeyine bağlı olarak değişen koşullu bir etki sergilediği anlaşılmaktadır. Özellikle etkileşim teriminin güçlü ve anlamlı olması, çalışmanın ana özgün katkı noktalarından birini oluşturmaktadır.



Şekil 4.7 Sağ el ortalama yanıt süresi basit eğim ve anlamlılığı

Yukarıdaki şekilde yer alan grafik, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin nörobilişsel performans düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde farklılaştığını göstermektedir. Basit eğimler grafiği incelendiğinde, nörobilişsel performans düzeyi düşük olan bireylerde işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin görece zayıf olduğu, buna karşılık nörobilişsel performans arttıkça bu ilişkinin eğiminin belirgin biçimde dikleştiği görülmektedir. Özellikle yüksek nörobilişsel performans düzeyinde, merak düzeyindeki artışın öznel iyi oluşta daha güçlü bir artışla ilişkili olduğu dikkati çekmektedir. Johnson–Neyman analizi, bu düzenleyici etkiyi daha ayrıntılı biçimde ortaya koymaktadır. Analiz sonuçlarına göre, nörobilişsel performans değeri 0,3684'ün altında olduğunda işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı değildir. Buna karşılık bu eşik değerinin üzerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisi pozitif ve anlamlı hâle gelmektedir. Bu durum, merakın öznel iyi oluş üzerinde evrensel ve doğrusal bir etkiye sahip olmadığını, aksine belirli bir bilişsel kapasite eşiği aşıldığında işlevsel hâle geldiğini göstermektedir.

Sonuç olarak İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin nörobilişsel performans tarafından düzenlendiğini ve bu ilişkinin ancak belirli bir bilişsel kapasite eşiği aşıldığında anlamlı hâle geldiği görülmektedir. Bu bulgu, İM ile ÖİO ilişkisindeki bireysel farklılıkları açıklamakta ve merakın her koşulda olumlu sonuçlar doğuracağına ilişkin yaygın varsayımları sorgulayan önemli bir kanıt sunmaktadır.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sol el parmak tıklatma toplam sayısının düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.37 Sol el parmak tıklatma sayısı düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	-95,7136 [-266,32, 74,89]	86,6290	-1,1049	0,2703	
İM (X)	33,7146 [-4,74, 72,16]	19,5251	1,7267	0,0854	R=0,3780 R^2=0,1429
M	4,5388 [-4,61, 13,69]	4,6454	0,9770	0,3295	F=14,0594 p<0,001
Etkileşim (X*M)	-0,9948 [-3,05, 1,06]	1,0458	-0,9513	0,3424	

Not: M=Stroop test doğru cevap oranları, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Model uyum istatistikleri, kurulan regresyon modelinin genel olarak istatistiksel açıdan anlamlı olduğunu ortaya koymaktadır ($F(3,253)=14,06$, $p<0,001$). Modelin açıklayıcılık düzeyi incelendiğinde İM, sol el toplam skoru ve etkileşim teriminin birlikte ÖİO'daki toplam varyansın yaklaşık %14'ünü açıkladığı görülmektedir ($R^2=0,143$). Bu sonuç, modelin genel olarak ÖİO'yu anlamlı düzeyde yordadığını, ancak açıklanan varyansın büyük ölçüde düzenleyici etkiden ziyade ana etkiler üzerinden şekillendiğini göstermektedir. Hayes PROCESS Model 1 sonuçlarına göre, İM'ın ÖİO üzerindeki ana etkisi pozitif olmakla birlikte istatistiksel olarak anlamlı değildir ($B=33,71$, $p=0,085$). Benzer biçimde, sol el toplam skoru temsil eden lateralizasyon değişkeninin (elsol) ÖİO üzerindeki ana etkisi de istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($B=4,54$, $p=0,330$). Ayrıca İM ile sağ el toplam skoru arasındaki etkileşim terimi ($X\times M$) istatistiksel olarak anlamlı değildir ($B=-0,99$, $p=0,342$). Etkileşim teriminin modele katkısının sınırlı olduğu görülmektedir ($\Delta R^2=0,0031$). Bu bulgular, sol el toplam skorunun İM ile ÖİO arasındaki ilişkiyi düzenleyici bir değişken olarak etkilemediğini göstermektedir. Elde edilen sonuçlar, sol el parmak tıklatma sayısı açısından "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." yönündeki hipotezi istatistiksel olarak desteklememektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sol el ortalama parmak tıklatma sürelerinin düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.38 Sol el ortalama parmak tıklatma süresi düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	8,8387 [-35,78, 53,46]	22,6577	0,3901	0,6968	
İM (X)	10,8815 [0,79, 20,97]	5,1212	2,1248	0,0346	R=0,3826 R^2=0,1464
M	-38,9143 [-109,87, 32,05]	36,0338	-1,0799	0,2812	F=14,4623 p<0,001
Etkileşim (X*M)	8,3231 [-7,71, 24,35]	8,1391	1,0226	0,3075	

Not: M=Sol el ortalama parmak tıklatma süresi, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda sunulan Hayes PROCESS Model 1 sonuçlarına göre kurulan regresyon modeli genel olarak istatistiksel açıdan anlamlıdır (R=0,3826; R^2=0,1464; F=14,4623; p<0,001). Bu bulgu, İM (X), düzenleyici değişken (M) ve etkileşim teriminin birlikte öznel iyi oluş (ÖİO) değişkenindeki varyansın yaklaşık %14,6'sını açıkladığını göstermektedir.

Ana etkilere bakıldığında, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisi pozitif ve istatistiksel olarak anlamlıdır (B=10,8815; p=0,0346). Buna karşılık, düzenleyici değişkenin (M) ana etkisi anlamlı değildir (B=-38,9143; p=0,2812). Bu bulgu, M değişkeninin tek başına ÖİO üzerinde doğrudan bir etkisinin bulunmadığını göstermektedir.

En kritik bulgu, İM ile M arasındaki etkileşim teriminin istatistiksel olarak anlamlı olmamasıdır (B=8,3231; p=0,3075). Ayrıca, etkileşim katsayısına ait güven aralığı sıfırı kapsamaktadır [−7,71; 24,35]. Bu sonuçlar, düzenleyici değişkenin İM ile ÖİO arasındaki ilişkiyi anlamlı biçimde düzenlemediğini göstermektedir. Dolayısıyla, bu model için düzenleyici değişken hipotezi desteklenmemektedir. Elde edilen sonuçlar, sol el ortalama parmak tıklatma süresi açısından "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." yönündeki hipotezi istatistiksel olarak desteklememektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan Stroop testinin beyin bölgelerine göre düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.39 Stroop test beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	56,8611 [-11,41, 125,13]	34,6665	1,6402	0,1022	
İM (X)	0,3501 [-15,06, 15,76]	7,8250	0,0447	0,9644	R=0,4001 R^2=0,1601
M	-45,9981 [0,51, 19,48]	21,4130	-2,1481	0,0327	F=16,0761 p<0,001
Etkileşim (X*M)	9,9928 [0,51, 19,47]	2,0750	2,0750	0,0390	

Not: M=Stroop test EEG verisi, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda sunulan Hayes PROCESS Model 1 sonuçlarına göre kurulan regresyon modeli genel olarak istatistiksel açıdan anlamlıdır (R=0,4001; R^2=0,1601; F=16,0761; p<0,001). Bu sonuç, İM (X), düzenleyici değişken (M) ve etkileşim teriminin birlikte ÖİO (Y) değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %16,0'ını açıkladığını göstermektedir. Elde edilen açıklanan varyans oranı, sosyal bilimlerde kabul edilebilir düzeyde olup, modelin kuramsal olarak anlamlı bir yapıyı temsil ettiğine işaret etmektedir (Cohen, 1988).

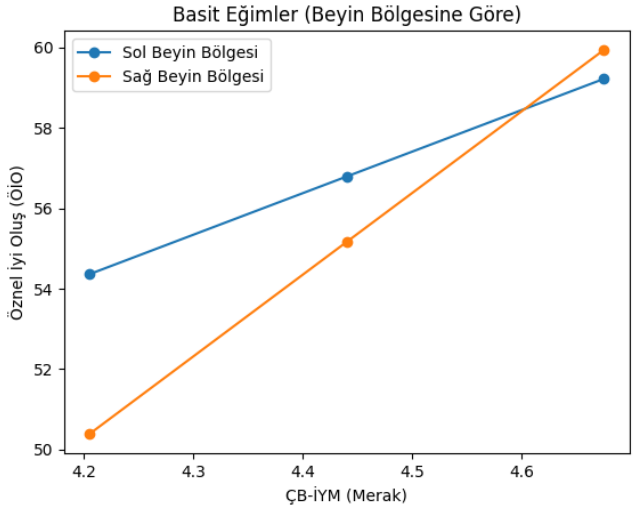
Ana etkilere bakıldığında, İM'nin ÖİO üzerindeki doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (B=0,3501; p=0,9644). Bu bulgu, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin, düzenleyici değişken dikkate alınmadan tek başına değerlendirildiğinde ortaya çıkmadığını göstermektedir. Buna karşılık, düzenleyici değişkenin (M) ana etkisinin negatif ve anlamlı olması (B=-45,9981; p=0,0327), M düzeyi yükseldikçe bireylerin ÖİO düzeylerinde anlamlı bir azalma olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum, M değişkeninin tek başına değerlendirildiğinde potansiyel bir "risk" ya da "yük" faktörü gibi işlev görebileceğini düşündürmektedir.

Bununla birlikte, modelin en kritik bulgusu, İM ile M arasındaki etkileşim teriminin pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olmasıdır (B=9,9928; p=0,0390). Etkileşim katsayısına ait güven aralığının sıfırı dışlaması [0,51; 19,47], bu düzenleyici etkinin

güvenilir ve tutarlı olduğunu göstermektedir. Bu sonuç, İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin M düzeyine bağlı olarak anlamlı biçimde değiştiğini; başka bir ifadeyle, M değişkeninin bu ilişkide düzenleyici (moderator) bir rol üstlendiğini ortaya koymaktadır.

Bu bulgu, İM'nin her birey için aynı psikolojik sonucu doğurmadığını aksine, bireyin sahip olduğu nörobilişsel performans düzeyine göre İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin zayıflayabildiğini ya da güçlenebildiğini göstermektedir. Özellikle etkileşim katsayısının pozitif olması, M düzeyi arttıkça İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin daha güçlü hale geldiğine işaret etmektedir. Dolayısıyla, bu model, merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin koşullu bir yapı sergilediğini ve bu ilişkinin bireysel kaynak ya da kapasite farklarıyla şekillendiğini göstermektedir.

Bu sonuçlar, İM – ÖİO ilişkisinin yalnızca doğrudan bir bağlantı olmadığını; bilişsel ya da nörobilişsel özellikler gibi bireysel faktörlerin bu ilişkiyi anlamlı biçimde yönlendirdiğini ortaya koyarak, araştırmanın temel hipotezini güçlü biçimde desteklemektedir. Elde edilen bulgular dahilinde oluşturulan stroop test basit eğim grafiği aşağıda yer alan şekilde aktarılmıştır.



Şekil 4.8 Beyin bölgelerine göre stroop test basit eğim grafiği

Yukarıdaki şekildeki grafikte merak düzeyi (İM) ile öznel iyi oluş (ÖİO) arasındaki ilişkinin, beyin bölgesi (sol–sağ) değişkenine göre nasıl farklılaştığı gösterilmektedir. Elde edilen basit eğim sonuçları, merak düzeyi arttıkça öznel iyi oluş düzeyinin her iki beyin bölgesinde de artış gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu durum, merakın

bireylerin psikolojik iyi oluşunu destekleyen önemli bir bilişsel ve duygusal kaynak olduğunu göstermektedir. Özellikle merak düzeyinin artmasıyla birlikte bireylerin çevreyle daha fazla etkileşime girmesi, yeni deneyimlere açık olması ve öğrenme motivasyonunun yükselmesi öznel iyi oluş düzeyinin artmasına katkı sağlamaktadır.

Grafik incelendiğinde, merak düzeyinin düşük olduğu noktada öznel iyi oluş düzeyinin sol beyin bölgesi baskın bireylerde daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna karşılık merak düzeyi arttıkça sağ beyin bölgesi baskın bireylerde öznel iyi oluş düzeyindeki artışın daha hızlı gerçekleştiği dikkat çekmektedir. Bu durum, sağ beyin bölgesinin duygusal süreçler, yaratıcılık ve sezgisel düşünme ile daha güçlü ilişkili olmasıyla açıklanabilir. Merakın özellikle duygusal ve keşif temelli süreçleri harekete geçirmesi, sağ beyin baskın bireylerde öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin daha güçlü ortaya çıkmasına neden olabilmektedir.

Sonuç olarak basit eğim analizi, merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin beyin bölgesi değişkenine bağlı olarak farklılaştığını göstermektedir. Merak düzeyi yükseldikçe öznel iyi oluş her iki grupta da artmakla birlikte, artışın sağ beyin baskın bireylerde daha belirgin olduğu görülmektedir. Bu bulgu, merakın psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisinin nörobilişsel özelliklerle birlikte değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla merakı destekleyen öğrenme ve deneyim fırsatlarının özellikle duygusal ve yaratıcı bilişsel süreçleri harekete geçirerek bireylerin öznel iyi oluş düzeyini artırabileceği söylenebilir. Veilerin analzizi sonucunda elde edilen bulgular, “İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır.” hipotezini grafiksel ve istatistiksel olarak desteklemektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan görsel hafıza testinin beyin bölgelerine göre düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafikte aktarılmıştır.

Tablo 4.40 Görsel hafıza beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi

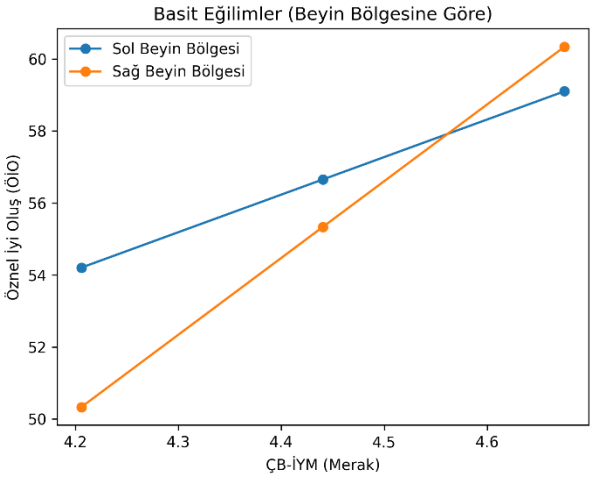
Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	59,9888 [-5,11, 125,09]	33,0578	1,8147	0,0708	
İM (X)	-0,4544 [-15,12, 14,21]	7,4478	-0,0630	0,9514	R=0,4004 R^2=0,1604
M	-49,6471 [-91,54, -7,75]	21,2739	-2,3337	0,0204	F=16,1062 p<0,001
Etkileşim (X*M)	10,8839 [1,47, 20,29]	4,7804	2,2768	0,0236	

Not: M=Görsel hafıza EEG verisi, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda sunulan Hayes PROCESS Model 1 sonuçlarına göre kurulan regresyon modeli analiz sonuçları kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir (R^2=0,160, F(3,253)=16,11, p<0,001). Bu sonuç, merak ve beyin bölgesi değişkenleri ile bunların etkileşim teriminin birlikte öznel iyi oluş değişkenindeki varyansın yaklaşık %16'sını açıkladığını ortaya koymaktadır.

Regresyon katsayıları incelendiğinde merak değişkeninin tek başına öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı görülmektedir (β=-0,45, p=0,951). Buna karşılık beyin bölgesi değişkeninin öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu belirlenmiştir (β=-49,65, p=0,020). Bununla birlikte merak ile beyin bölgesi arasındaki etkileşim teriminin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır (β=10,88, p=0,024). Etkileşim terimine ilişkin R^2 değişim değeri (0,017) merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin beyin bölgesine bağlı olarak anlamlı biçimde farklılaştığını göstermektedir.

Koşullu etki analizleri incelendiğinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin her iki beyin bölgesi için de anlamlı olduğu görülmektedir. Sol beyin bölgesi grubunda merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisi β=10,43 (p=0,002) olarak bulunurken, sağ beyin bölgesi grubunda bu etkinin daha güçlü olduğu β=21,31 (p<0,001) belirlenmiştir. Bu bulgu, merak düzeyi arttıkça öznel iyi oluşun her iki grupta da arttığını, ancak bu artışın sağ beyin bölgesi baskın bireylerde daha güçlü gerçekleştiğini göstermektedir. Dolayısıyla merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin nörobilişsel özelliklere bağlı olarak değiştiği ve beyin bölgesinin bu ilişkide düzenleyici bir rol oynadığı söylenebilir. Elde edilen bulgular dahilinde oluşturulan görsel hafıza basit eğim grafiği aşağıda yer alan şekilde aktarılmıştır.



Şekil 4.9 Beyin bölgelerine göre görsel hafıza testi basit eğim grafiği

Yukarıdaki şekilde yer alan grafikte merak düzeyi (İM) ile öznel iyi oluş (ÖİO) arasındaki ilişkinin beyin bölgesi değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı gösterilmektedir. Genel eğilim incelendiğinde merak düzeyi arttıkça öznel iyi oluş düzeyinin her iki grup için de arttığı görülmektedir. Bu durum merakın bireylerin psikolojik iyi oluşlarını destekleyen önemli bir bilişsel kaynak olduğunu göstermektedir. Merakın bireyleri yeni bilgi arayışına yöneltmesi, çevreyle etkileşimi artırması ve öğrenme motivasyonunu güçlendirmesi öznel iyi oluş düzeyinin yükselmesine katkı sağlayabilmektedir. Grafikte merak düzeyinin düşük olduğu noktada öznel iyi oluş değerinin sol beyin bölgesi grubunda daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna karşılık merak düzeyi arttıkça sağ beyin bölgesi grubundaki öznel iyi oluş artışının daha hızlı gerçekleştiği dikkat çekmektedir. Sağ beyin bölgesi grubuna ait eğim daha dik bir artış göstermektedir. Bu durum merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin sağ beyin baskın bireylerde daha güçlü olabileceğini düşündürmektedir. Sağ beyin bölgesi genellikle duygusal süreçler, yaratıcılık ve sezgisel düşünme ile ilişkilendirildiğinden merakın tetiklediği keşif ve deneyim süreçleri bu bireylerde daha güçlü psikolojik kazanımlar sağlayabilmektedir.

Grafikte ayrıca merak düzeyi yükseldikçe iki grup arasındaki öznel iyi oluş farkının azaldığı ve yüksek merak düzeylerinde sağ beyin bölgesi grubunun öznel iyi oluş değerinin sol beyin grubuna yaklaştığı hatta bir miktar geçtiği görülmektedir. Bu bulgu merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin bireylerin nörobilişsel özelliklerine bağlı olarak farklılaşabileceğini göstermektedir. Dolayısıyla merakın desteklenmesi, bireylerin öğrenme süreçlerinde aktif rol almalarını sağlamakla birlikte psikolojik iyi

oluşlarının artırılmasına da katkı sağlayabilecek önemli bir faktör olarak değerlendirilebilir. Bu bulgular, "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini grafiksel ve istatistiksel olarak desteklemektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sözel hafıza testinin beyin bölgelerine göre düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.41 Sözel hafıza beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	4,5660 [-62,24, 71,38]	33,9268	0,1346	0,8930	
İM (X)	11,0683 [-4,07, 26,20]	7,6855	1,4401	0,1511	R=0,3821 R^2=0,1460
M	-9,1799 [-52,36, 34,00]	21,9278	-0,4186	0,6758	F=14,4200 p<0,001
Etkileşim (X*M)	2,4231 [2,42, 4,93]	4,9316	0,4913	0,6236	

Not: M=Sözel hafıza EEG verisi, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda sunulan Hayes PROCESS Model 1 sonuçlarına göre kurulan regresyon modeli analiz sonuçları kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir (R=0,382, R^2=0,146, F(3,253)=14,42, p<0,001). Bu sonuçlar, modele dahil edilen bağımsız değişkenler ve etkileşim teriminin birlikte değerlendirildiğinde öznel iyi oluş değişkenindeki varyansın yaklaşık %14,6'sını açıkladığını göstermektedir. Başka bir ifadeyle merak ve nörobilişsel sözlü performans değişkenleri, öznel iyi oluş üzerinde belirli bir açıklayıcılığa sahip olmakla birlikte bu ilişkinin gücü sınırlı düzeydedir.

Regresyon katsayıları incelendiğinde, merak değişkeninin öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (β=11,07, SE=7,69, t=1,44, p=0,151). Benzer şekilde nörobilişsel sözlü performans değişkeninin de öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir doğrudan etkisi bulunmamaktadır (β=−9,18, SE=21,93, t=−0,42, p=0,676). Bu bulgular, araştırma modelinde ele alınan değişkenler arasında teorik olarak öngörülen ilişkilerin bu örneklemde güçlü bir biçimde ortaya

çıkmadığını göstermektedir. Başka bir ifadeyle merak düzeyinin tek başına öznel iyi oluşu anlamlı biçimde yordamadığı ve nörobilişsel sözlü performansın da öznel iyi oluş üzerinde bağımsız bir belirleyici olmadığı anlaşılmaktadır.

Moderasyon analizinin temel amacı olan etkileşim etkisi incelendiğinde, merak ile nörobilişsel sözlü performansın çarpım teriminin (merak × nbsöz) istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (β=2,42, SE=4,93, t=0,49, p=0,624). Ayrıca etkileşim teriminin modele katkısı da oldukça düşüktür (ΔR^2=0,0008). Bu sonuçlar, nörobilişsel sözlü performansın merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi anlamlı biçimde düzenlemediğini göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, bireylerin sözlü nörobilişsel performans düzeyi farklı olsa bile merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisi anlamlı biçimde değişmemektedir.

Elde edilen bu bulgu, merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin tüm nörobilişsel alanlarda aynı şekilde ortaya çıkmayabileceğini göstermesi bakımından önemlidir. Nörobilişsel süreçlerin farklı boyutları (örneğin görsel, yürütücü veya sözel işlevler) bireyin duygusal deneyimleri ve psikolojik iyi oluşu ile farklı düzeylerde ilişkili olabilmektedir. Bu bağlamda sözlü bilişsel performansın merak ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide düzenleyici bir rol oynamaması, söz konusu ilişkinin daha çok farklı bilişsel mekanizmalar veya duygusal düzenleme süreçleri aracılığıyla açıklanabileceğini düşündürmektedir.

Sonuç olarak bu analiz, merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin nörobilişsel sözlü performans tarafından anlamlı biçimde değişmediğini ortaya koymaktadır. Bu bulgu, araştırma modelinde yer alan moderatör değişkenin beklenen düzenleyici rolü üstlenmediğini göstermekte ve gelecekteki araştırmalar için merak–iyi oluş ilişkisinde rol oynayabilecek farklı bilişsel veya psikososyal değişkenlerin incelenmesi gerektiğine işaret etmektedir. Özellikle farklı nörobilişsel alanların ayrı ayrı ele alınması ve bu alanların merak, duygusal deneyimler ve yaşam doyumu gibi iyi oluş bileşenleriyle olan ilişkilerinin daha ayrıntılı biçimde araştırılması, literatüre önemli katkılar sağlayabilir. Bu bulgular, "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini istatistiksel olarak desteklememektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sol el parmak tıklama testinin beyin bölgelerine göre düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.42 Sol el parmak tıklama beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	42,0937 [-23,37, 107,56]	33,2422	1,2663	0,2066	
İM (X)	2,9155 [-11,87, 17,70]	7,5099	0,3882	0,6982	R=0,3875 R^2=0,1501
M	-36,6256 [-79,40, 6,16]	21,7212	-1,6862	0,0930	F=14,8967 p<0,001
Etkileşim (X*M)	8,3970 [-1,21, 18,01]	4,8796	1,7208	0,0865	

Not: M=Parmak tıklama EEG verisi, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

Yukarıda sunulan Hayes PROCESS Model 1 sonuçlarına göre kurulan regresyon modeli analiz sonuçları kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir (R=0,388, R^2=0,150, F(3,253) = 14,90, p<0,001). Bu sonuçlar, merak, nörobilişsel parmak performansı ve bu iki değişkenin etkileşim teriminin birlikte değerlendirildiğinde öznel iyi oluş değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %15'ini açıkladığını göstermektedir. Bu bulgu, modelin öznel iyi oluş üzerinde orta düzeyde bir açıklayıcılığa sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Regresyon katsayıları incelendiğinde merak değişkeninin öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir (β=2,92, SE=7,51, t=0,39, p=0,698). Benzer şekilde nörobilişsel parmak performansının da öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir doğrudan etkisi bulunmamaktadır (β=−36,63, SE=21,72, t=−1,69, p=0,093). Bu bulgular, araştırma modelinde ele alınan değişkenlerin öznel iyi oluş üzerindeki bağımsız etkilerinin sınırlı olduğunu göstermektedir.

Düzenleyici değişken analizinin temelini oluşturan merak × nörobilişsel parmak performansı etkileşim terimi incelendiğinde, etkileşim katsayısının istatistiksel olarak anlamlılık sınırına oldukça yakın olduğu görülmektedir (β=8,40, SE=4,88, t=1,72, p=0,086). Ayrıca etkileşim teriminin modele katkısı ΔR^2=0,0099 olarak

hesaplanmıştır. Bu sonuç, nörobilişsel parmak performansının merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi zayıf fakat potansiyel olarak anlamlı bir biçimde düzenleyebileceğine işaret etmekle birlikte elde edilen verilerde anlamsız bulunmuştur.

Koşullu etki analizleri incelendiğinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin nörobilişsel parmak performansı düzeyine bağlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Nörobilişsel parmak performansının düşük olduğu durumda merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisi $\beta=11,31$ ($p<0,001$) olarak bulunurken, yüksek performans düzeyinde bu etkinin $\beta=19,71$ ($p<0,001$) olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, merak düzeyi arttıkça öznel iyi oluşun arttığını ve bu ilişkinin nörobilişsel parmak performansı yüksek bireylerde daha güçlü ortaya çıktığını göstermektedir. Dolayısıyla nörobilişsel motor performansın bireylerin merak düzeyi ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi güçlendiren bir faktör olabileceği değerlendirilmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde elde edilen bulgular, merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin bazı nörobilişsel performans alanlarıyla etkileşim içinde olabileceğini göstermektedir. Özellikle motor temelli bilişsel performansın bireyin çevreyle etkileşimi, keşif davranışları ve öğrenme motivasyonu ile ilişkili olabileceği düşünüldüğünde, merak ile iyi oluş arasındaki ilişkinin bu tür bilişsel süreçler aracılığıyla güçlenmesi olası görünmektedir. Parkmak tıklatma nörobilişsel performans EEG verileri ve analiz sonuçları değerlendirildiğinde, "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini istatistiksel olarak desteklememektedir.

İM ile ÖİO arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyicilik rolüne ilişkin olarak nörobilişsel performansın alt boyutundan olan sağ el parmak tıklama testinin beyin bölgelerine göre düzenleyicilik etkisine yönelik bulgular aşağıda yer alan tablo ve grafiklerde aktarılmıştır.

Tablo 4.43 Sağ el parmak tıklama beyin bölgelerine göre düzenleyici etkisi

Değişkenler	B	S.H.	t	p	Model Özeti
Sabit	-95,2657 [-164,08, -26,44]	34,9431	-2,7263	0,0069	
İM (X)	33,3172 [17,84, 48,78]	7,8562	4,2409	0,0000	R=0,4111 R^2=0,1690
M	52,8901 [11,03, 94,78]	21,2550	2,4884	0,0135	F=17,1470 p<0,001
Etkileşim (X*M)	-11,4288 [-20,84, -2,01]	4,7795	-2,3912	0,0175	

Not: M=Parmak tıklama EEG verisi, standardize edilmemiş beta katsayıları (B) raporlanmıştır, parantez içindeki sayılar güven aralıklarıdır.

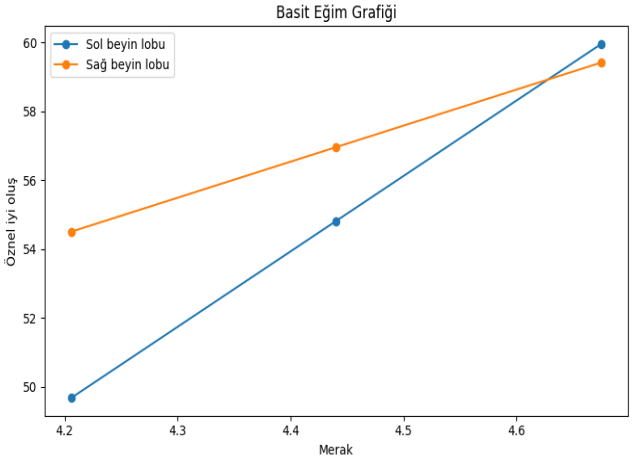
Yukarıda sunulan Hayes PROCESS Model 1 analiz sonuçları incelendiğinde kurulan regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu göstermektedir (R=0,4111; R^2=0,1690; F(3,253)=17,1470; p<0,001). Elde edilen bulgular İM, nörobilişsel performansın sağ el parmak tıklatma EEG verisi ve bu iki değişkenin etkileşim teriminin birlikte değerlendirildiğinde öznel iyi oluş değişkenindeki toplam varyansın yaklaşık %16,9'unu açıkladığını göstermektedir. Modelin öznel iyi oluş üzerinde orta düzeyde bir açıklayıcılığa sahip olduğu görülmektedir.

Regresyon katsayıları incelendiğinde, İM değişkeninin öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisinin pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir (β=33,3172; SE=7,8562; t=4,2409; p<0,001). Benzer şekilde, nörobilişsel performansın sağ el parmak tıklatma EEG verisinin de öznel iyi oluş üzerinde pozitif ve anlamlı bir doğrudan etkiye sahip olduğu anlaşılmaktadır (β=52,8901; SE=21,2550; t=2,4884; p=0,0135). Bu bulgular, araştırma modelinde ele alınan her iki değişkenin de öznel iyi oluşla anlamlı düzeyde ilişkili olduğunu göstermektedir.

Düzenleyici değişken analizinin temelini oluşturan İM × nörobilişsel performans sağ el parmak tıklatma EEG etkileşim terimi incelendiğinde, etkileşim katsayısının negatif yönlü ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir (β=−11,4288; SE=4,7795; t=−2,3912; p=,0175). Ayrıca etkileşim teriminin modele katkısı 0,0188 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, nörobilişsel performansın sağ el parmak tıklatma EEG verisinin, İM ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi anlamlı biçimde düzenlediğini göstermektedir. Başka bir ifadeyle, İM'nin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi sabit bir ana etki biçiminde ortaya çıkmamakta olup sağ el parmak tıklatma EEG verisinde temsil edilen beyin lobu düzeyine göre farklılaşmaktadır.

Koşullu etki analizleri incelendiğinde, İM'nin öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin her iki beyin lobu düzeyinde de pozitif ve anlamlı olduğu, ancak etkinin büyüklüğünün beyin bölgelerine göre farklılaştığı görülmektedir. Sol beyin lobu düzeyinde İM'nin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi β=21,8885 (p<0,001) olarak bulunurken, sağ beyin lobu düzeyinde bu etkinin β=10,4597 (p=0,0010) olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar, İM düzeyi arttıkça öznel iyi oluşun her iki beyin lobu düzeyinde de arttığını, ancak bu ilişkinin sol beyin lobunda daha güçlü, sağ beyin lobunda ise daha zayıf ortaya çıktığını göstermektedir. Dolayısıyla, sağ el parmak tıklatma EEG verisine dayalı nörobilişsel performansın, bireylerin İM düzeyi ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi farklılaştıran bir faktör olduğu değerlendirilmektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde elde edilen bulgular, İM ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin nörobilişsel performansın sağ el parmak tıklatma EEG alt boyutuyla etkileşim içinde olduğunu göstermektedir. Özellikle sağ el parmak tıklatma performansına eşlik eden EEG örüntülerinin beyin loblarına göre farklılaşması, İM'nin öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin nörobilişsel performans bağlamında duyarlı bir yapı sergilediğine işaret etmektedir. Bu doğrultuda, İM ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin yalnızca davranışsal düzeyde değil, aynı zamanda beyin temelli performans farklılıklarıyla da bağlantılı olarak değerlendirilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular dahilinde oluşturulan görsel hafıza basit eğim grafiği aşağıda yer alan şekilde aktarılmıştır.



Şekil 4.10 Beyin bölgelerine göre sağ el parmak tıklatma basit eğim grafiği

Yukarıdaki şekilde yer alan grafikte merak düzeyi (İM) ile öznel iyi oluş (ÖİO) arasındaki ilişkinin, nöro bilişsel performans sağ el parmak tıklatma testi EEG verileri doğrultusunda aktiflenmenin daha fazla olduğu beyin bölgeleri değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı gösterilmektedir. Genel eğilim incelendiğinde, merak düzeyi arttıkça öznel iyi oluş düzeyinin her iki grup için de arttığı görülmektedir. Bu durum, merakın bireylerin psikolojik iyi oluşlarını destekleyen önemli bir değişken olduğunu göstermektedir. Merakın bireyleri yeni bilgi arayışına yöneltmesi, çevreyle etkileşimi artırması ve öğrenme motivasyonunu güçlendirmesi, öznel iyi oluş düzeyinin yükselmesine katkı sağlayabilmektedir.

Grafikte merak düzeyinin düşük olduğu noktada öznel iyi oluş değerinin sağ beyin bölgesi grubunda, sol beyin bölgesi grubuna göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna karşılık merak düzeyi arttıkça sol beyin bölgesi grubundaki öznel iyi oluş artışının daha hızlı gerçekleştiği dikkat çekmektedir. Sol beyin bölgesi grubuna ait eğimin daha dik olması, merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin bu grupta daha güçlü ortaya çıktığını göstermektedir. Başka bir ifadeyle, başlangıçta sağ beyin bölgesi grubunun öznel iyi oluş düzeyi daha yüksek görünmekle birlikte, merak düzeyindeki artış sol beyin bölgesi grubunda öznel iyi oluşu daha belirgin biçimde yükseltmektedir.

Merak düzeyi yükseldikçe iki grup arasındaki öznel iyi oluş farkının azaldığı, yüksek merak düzeylerinde ise sol beyin bölgesi grubunun öznel iyi oluş değerinin sağ beyin bölgesi grubuna göre daha yüksek skorlu olduğu görülmektedir. Bu bulgu, merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin bireylerin beyin bölgesi temelli nörobilişsel özelliklerine bağlı olarak farklılaşabildiğini göstermektedir. Dolayısıyla merakın desteklenmesi, bireylerin öğrenme süreçlerinde aktif rol almalarını sağlamakla birlikte öznel iyi oluşlarının artırılmasına da katkı sağlayabilecek önemli bir faktör olarak değerlendirilebilir. Bu bulgular, "İşyerinde merak ile öznel iyi oluş ilişkisinde nörobilişsel performansın düzenleyici rolü vardır." hipotezini grafiksel ve istatistiksel olarak desteklemektedir.

5. TARTIŞMA

Araştırmada demografik değişkenlere göre ortaya çıkan farklılaşmalar, işyerinde merak ile öznel iyi oluş örüntülerinin yalnızca bireysel eğilimlerden değil, aynı zamanda toplumsal roller, ilişki bağlamları ve yaşam çevresi gibi daha geniş sosyopsikolojik koşullardan etkilendiğini göstermektedir. KKK'ne göre bireyler sahip oldukları kişisel, sosyal ve çevresel kaynakları korumaya, artırmaya ve yeni kaynaklara dönüştürmeye yönelmekte, buna bağlı olarak demografik konumlar, bu kaynaklara erişim ve onları kullanma biçimleri üzerinde belirleyici olabilmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle cinsiyet, medeni durum ve yerleşim yeri temelinde gözlenen farklılıklar, yalnızca betimsel grup farkları olarak değil, kaynaklara erişim, kaynakları harekete geçirme ve kaynak kaybına karşı korunma düzeylerindeki yapısal farklılaşmalar olarak yorumlanmalıdır. Özellikle olumlu duygu, öznel iyi oluş ve işyerinde merak gibi değişkenlerde anlamlı farkların ortaya çıkması, öznel iyi oluş ve işyerinde merakın toplumsal bağlamdan bağımsız olmadığını göstermektedir. Demografik etkenlerin iyi oluş ve iş yaşamı değişkenleriyle ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da bu yaklaşımı desteklemektedir (Diener vd., 1999; Tay ve Diener, 2011; Batz ve Tay, 2018; Buhner vd., 2022; Erden vd., 2023).

Cinsiyet temelinde ortaya çıkan örüntü, kadınların olumlu duygu, keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım ve işyerinde merak değişkenlerinde erkeklerden daha yüksek; erkeklerin ise fikirlere açıklık değişkeninde kadınlardan daha yüksek puan alması bakımından çok boyutlu bir yapı sergilemektedir. Bu desen, kadınların duygusal yaşantıya açıklık, keşif eğilimi ve belirsizlik karşısında bilişsel-duygusal duyarlılık bakımından daha yüksek puan verebildiklerini, buna karşılık erkeklerin başkalarının fikirlerine açıklık ya da fikirsel esneklik boyutunda daha yüksek görünebildiklerini göstermektedir. Literatürde öznel iyi oluşun cinsiyete göre farklılaşmasına ilişkin sonuçlar tam anlamıyla tek yönlü olmayıp bazı çalışmalar kadınların olumlu ve olumsuz duyguları daha yoğun yaşadığını, bazıları ise toplam öznel iyi oluşta farkın zayıf ya da bağlama duyarlı olduğunu göstermektedir (Tesch-Römer vd., 2008; Joshi, 2010; Batz ve Tay, 2018; Esteban-Gonzalo vd., 2020).

İş yaşamı bağlamında kadınların ilişkisel ve duygusal taleplere daha yatkın olmaları, merakın bazı alt boyutlarına daha duyarlı olmalarını açıklamakla birlikte toplumsal rol beklentileri ve işyeri normları, fikirlere açıklık türü fikir odaklı yatkınlığın cinsiyete göre farklı biçimde raporlanmasına yol açabilmektedir (Wang ve Li, 2015; Silvia, 2017; Kashdan vd., 2020; Thompson ve Klotz, 2022). KKK açısından yorumlandığında kadınların olumlu duygu, keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım ve işyerinde merakta daha yüksek görünmesi, duygusal ve ilişkisel kaynaklara daha fazla yatırım yapmalarıyla; erkeklerin fikirlere açıklıkta daha yüksek görünmesi ise bilişsel-analitik kaynak kullanımındaki rol beklentileriyle ilişkili olduğu değerlendirilmektedir (Costa vd., 2001; Hui vd., 2022; Demerouti, 2025). Bu da cinsiyetin doğrudan bir neden değil, kaynaklara yönelim biçimini şekillendiren bağlamsal bir değişken olduğunu göstermektedir.

Kadınların erkeklere oranla keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım ve işyerinde merakta daha yüksek ortalamalara sahip olmaları, işyerinde merakın özellikle duygusal ve keşif yönleri bakımından toplumsal cinsiyetle ilişkili bir örüntü gösterebildiğine işaret etmektedir. Keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti ve strese dayanım, merakın yalnızca bilgi arama yönünü değil, aynı zamanda belirsizlikle başa çıkma ve bilişsel gerilimle çalışma kapasitesini de yansıtmaktadır. Merakın iş yaşamında psikolojik güvenlik, öğrenme ve uyumla birlikte güç kazandığını gösteren çalışmalar, bu alt boyutların işlevsel sonuçlar üretmesinde bireyin sosyal bağlamıyla yakın ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Litman, 2005; Kashdan ve Steger, 2007; Wang ve Li, 2015; Kashdan vd., 2020; Thompson ve Klotz, 2022). Kadınların bu boyutlarda daha yüksek puan alması, sosyal duyarlılık ve ilişkisel farkındalığın merakın bazı boyutlarını besleyebileceğini düşündürmektedir. KKK açısından bu durum, kadınların özellikle sosyal ve duygusal kaynakları daha yoğun kullanarak merakı kaynak kazanımına dönüştürebildiklerini, ancak bu sürecin aynı zamanda daha fazla duygusal yük ve bilişsel hassasiyet içerebileceğini düşündürmektedir (Hobfoll, 1989; Fredrickson, 2001; Fredrickson ve Joiner, 2002; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Dolayısıyla bu bulgular, işyerinde merakın cinsiyetten bağımsız tek boyutlu bir özellik değil, sosyalizasyon ve kaynak kullanım tarzlarıyla biçimlenen çok boyutlu bir yapı olduğunu göstermektedir.

Medeni durum temelinde elde edilen örüntüde olumlu duygu, olumsuz duygu, yaşam doyumu, öznel iyi oluş, fikirlere açıklık ve işyerinde merak değişkenlerinde evli katılımcılar bekar katılımcılardan daha yüksek ortalamalara sahiptir. Özellikle öznel iyi oluş ve yaşam doyumu düzeyindeki artış, evliliğin bireyin yaşam doyumu ve genel öznel iyi oluşu için istikrarlı bir sosyal kaynak işlevi görebileceğini göstermektedir. Bu bulgu, evliliğin öznel iyi oluşla pozitif ilişkili olduğunu gösteren meta-analitik ve boylamsal çalışmalarla uyumludur (Haring-Hidore vd., 1985; Stack ve Eshleman, 1998; Kamp Dush vd., 2008; Ateş, 2018). Evliliğin sosyal destek, duygusal yakınlık, ekonomik paylaşım ve aidiyet gibi kaynaklar üretmesi, KKK açısından güçlü bir kaynak havuzu oluşturmakla birlikte bireyin hem günlük stresörlere karşı daha dirençli olmasını hem de yeni kaynaklara yatırım yapabilmesini kolaylaştırmaktadır (Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014; Chen vd., 2015; Hobfoll vd., 2018). Evli bireylerde olumlu duygunun yüksek olması ve öznel iyi oluşun belirgin biçimde artması bu çerçevede beklenen bir sonuç olarak görülmektedir. Bununla birlikte olumsuz duygunun da evlilerde daha yüksek olması, evliliğin yalnızca koruyucu değil, aynı zamanda sorumluluk, rol yükü ve ilişki sürdürme maliyeti içeren bir bağlam olduğunu, yani evliliğin bazı kaynakları artırırken bazı yeni talepleri de beraberinde getirebileceğini betimlemektedir. Bu durum KKK'nın kaynak kazancı ile kaynak maliyetinin aynı anda var olabileceğine ilişkin yaklaşımıyla uyumludur.

Evli katılımcılarda ayrıca fikirlere açıklık ve işyerinde merak boyutlarında ortalamalar bekar olanlara göre daha yüksek olarak bulgulanmıştır. Bu sonuç, evliliğin yalnızca iyi oluşa değil, aynı zamanda işyerinde merakın özellikle fikirlere açıklık ve toplam merak düzeyine de katkı sağlayabileceğini göstermektedir. Evlilik gibi uzun süreli ilişki bağlamları, bireylerde perspektif alma, müzakere, farklı fikirlerle yaşama ve belirsizlikle ilişkisel düzeyde baş etme becerilerini geliştirebilmekte bu da işyerinde merakın özellikle kişilerarası ve bilişsel açıklık yönünü güçlendirebilmektedir. Merakın anlam, öğrenme ve psikolojik olgunlaşmayla bağlantılı olduğunu gösteren çalışmalar, yaşam bağlamındaki istikrarın merakın daha işlevsel biçimlerine alan açabileceğini göstermektedir (Kashdan ve Steger, 2007; Peterson vd., 2007; Silvia, 2017; Kashdan vd., 2020). KKK'ne göre sosyal kaynakların istikrarlı olması, bireyin yeni bilişsel ve psikolojik kaynaklara yatırım yapma eğilimini artırmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018; Halbesleben vd., 2014). Bu nedenle evliliğin

işyerinde merak ve fikirlere açıklık üzerindeki olumlu etkisi, bireyin sosyal bağlılık ve güvenlik hissi arttıkça çevresel keşif ve yeni fikirlere yönelmek için daha elverişli bir psikolojik alan bulduğunu düşündürmektedir. Bu yorum, evliliğin öznel iyi oluşla olumlu ilişkisine, yakın ilişkilerin yetişkinlikte keşfi destekleyen güvenli üs işlevine, sosyal desteğin temel bir kaynak oluşuna ve güvenlik algısının fikir paylaşımı ile öğrenme davranışlarını kolaylaştırmasına dayandırılabilir (Hobfoll vd., 1990; Edmondson, 1999; Feeney ve Thrush, 2010; DeMaris, 2018). Bununla birlikte bu yorumun mekanik biçimde genellenmemesi gerekmektedir. Çünkü evlilik kalitesi düşük olduğunda aynı bağlam kaynak kaybı alanına da dönüşebilecektir. Bu nedenle evlilikten çok, evlilik yoluyla erişilen sosyal kaynaklar vurgusu kuramsal olarak daha yerinde olacaktır.

Yerleşim yeri bulguları olumlu duygu, olumsuz duygu, öznel iyi oluş ve işyerinde merak değişkenlerinde anlamlı farklılaşmaların bulunduğunu ve ilçe ile köy bağlamlarının öznel iyi oluş ile işyerinde merak örüntülerini farklı biçimde şekillendirdiğini göstermektedir. İlçede yaşayan katılımcılarda olumlu duygu, öznel iyi oluş ve işyerinde merak düzeylerinin daha yüksek; köyde yaşayan katılımcılarda ise olumsuz duygunun daha yüksek olması, yaşam çevresinin bireyin psikolojik ve bilişsel kaynaklarına erişimini etkileyebileceğini göstermektedir. Yerleşim yeri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin kültürel ve yapısal koşullara göre değişebildiği bilinmektedir. Türkiye örneğinde kent-kır farklılıklarının iyi oluş ve yaşam koşullarıyla bağlantılı olduğunu gösteren çalışmalar bu sonucu desteklemektedir (Diener vd., 1999; Tay ve Diener, 2011; Çevik ve Taşar, 2016; Rüger vd., 2023; Burger vd., 2025). İlçede yaşamanın daha fazla sosyal temas, hizmetlere erişim, eğitim ve mesleki olanaklar sunması, hem olumlu duygulanımı hem de işyerinde merakı artırabilmektedir. KKK açısından bu durum, çevresel bağlamın bireyin kaynaklara erişimini belirleyen bir kaynak geçidi işlevi görmektedir (Hobfoll, 2001; Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014; Ten Brummelhuis ve Bakker, 2012; Hobfoll vd., 2018). İlçe bağlamı daha fazla fırsat, bilgi akışı ve etkileşim sunduğunda, birey hem olumlu duygu ve öznel iyi oluş düzeyini artıran koruyucu kaynaklara hem de işyerinde merakı besleyen keşif fırsatlarına daha kolay erişebilmektedir. Köy bağlamında olumsuz duygunun yüksek olması ise sınırlı çevresel kaynaklar, daha düşük hareketlilik ve daha az fırsat algısıyla ilişkili olabileceği değerlendirilmektedir.

Elde edilen yerleşim yeri bulguları, işyerinde merakın yalnızca birey içi bir özellik değil, aynı zamanda bağlamsal kaynakların ürettiği ya da sınırladığı bir psikolojik eğilim olduğunu göstermesi bakımından özellikle önemlidir. Merakın gelişebilmesi için bireyin yalnızca bilişsel kapasiteye değil, aynı zamanda yeni uyaranlara, öğrenme fırsatlarına ve etkileşim ağlarına erişmesinin gerekli olduğu görülmektedir. Bu nedenle ilçe bağlamında işyerinde merakın daha yüksek çıkması, çevresel zenginliğin merakı beslediğini göstermektedir. KKK'nin kaynak geçitleri ve kaynak kervanları yaklaşımı tam olarak bulguları desteklemekte olup bireyler bazı bağlamlarda kaynakları daha kolay kümeler hâlinde edinirken bazı bağlamlarda ise aynı kaynakların gelişimi sınırlanmaktadır (Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014; Chen vd., 2015; Hobfoll vd., 2018). İşyeri merakının gelişimi açısından çevresel fırsatların belirleyici olabileceğini gösteren bulgular da bu yorumu desteklemektedir (Litman, 2005; Wang ve Li, 2015; Silvia, 2017; Kashdan vd., 2020; Thompson ve Klotz, 2022). Dolayısıyla bu çalışma, işyerinde merakın yalnızca bireysel bir kişilik eğilimi olarak değil, yaşanılan çevrenin sunduğu kaynak fırsatlarıyla birlikte oluşan bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır.

Genel olarak değerlendirildiğinde, cinsiyet, medeni durum ve yerleşim yeri değişkenlerine göre anlamlı biçimde farklılaşan olumlu duygu, olumsuz duygu, yaşam doyumu, öznel iyi oluş, keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım, fikirlere açıklık ve işyerinde merak bulguları, demografik konumların işyerinde merak ile öznel iyi oluş üzerinde ayırt edici etkiler yaratabildiğini göstermektedir. Bu sonuçlar, demografik değişkenlerin yalnızca kontrol değişkenleri olarak değil, psikolojik kaynaklara erişim ve kaynakların kullanım tarzını belirleyen önemli bağlamsal göstergeler olarak ele alınmasını gerektiğini vurgulamaktadır. KKK açısından bakıldığında kadın olmak, evli olmak ya da daha fazla çevresel fırsat sunan bir yerleşim bağlamında yaşamak, farklı türde kaynakların edinimini ve kullanımını etkileyebilmekte, bu da hem öznel iyi oluşta hem de işyerinde merakta farklı örüntüler doğurmaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Ten Brummelhuis ve Bakker, 2012; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle elde edilen bulgular, demografik özelliklere göre işyerinde merak düzeyleri değişmektedir ve demografik özelliklere göre öznel iyi oluş düzeyleri değişmektedir hipotezlerinin belirli değişkenler açısından desteklendiğini göstermenin ötesinde, merak ve iyi oluşun

toplumsal ve çevresel bağlamdan bağımsız düşünülemeyeceğini ortaya koymaktadır. Bu yönüyle çalışma, hem KKK literatürüne hem de işyerinde merak ve öznel iyi oluş araştırmalarına bağlamsal duyarlılığı yüksek bir katkı sunmaktadır.

Yaş değişkenine ilişkin bulgular birlikte değerlendirildiğinde, öznel iyi oluş, olumlu duygu, yaşam doyumu, fikirlere açıklık ve işyerinde merakın özellikle erken ve orta yetişkinlik dönemlerinde daha yüksek, daha ileri yaş gruplarında ise daha kırılgan bir örüntü sergilediği görülmektedir. Buna karşın olumsuz duygu ise bazı ileri yaş gruplarında artış eğilimi göstermektedir. Özellikle 33-37 yaş grubunun olumlu duygu, öznel iyi oluş ve işyerinde merakta daha avantajlı görünmesi, buna karşılık 38-42 yaş grubunda öznel iyi oluşun ve olumlu duygunun gerilemesi, yaşın yalnızca biyolojik bir değişken değil, kaynak birikimi ile kaynak yükü arasındaki dengeyi etkileyen gelişimsel bir bağlam olduğunu bulgulamaktadır. KKK'na göre bireyler yaşam döngüsü boyunca sahip oldukları kaynakları korumaya, artırmaya ve yeni kaynaklara dönüştürmeye çalışırlar. Ancak bazı dönemlerde kaynak kazancı, bazı dönemlerde ise kaynak aşınması daha baskın hâle gelebilmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Öznel iyi oluşun yaşla ilişkili olarak yaşam doyumu, hedonik iyi oluş ve amaç duygusu bakımından farklı biçimlerde seyredebildiği, yaş ilerledikçe bazı boyutların güçlenirken bazılarının zayıflayabildiği de geniş alanyazında vurgulanmaktadır (Shmotkin, 1990; Ryff ve Keyes, 1995; Springer vd., 2011; Steptoe vd., 2015). Bu nedenle elde edilen yaş bulguları, öznel iyi oluşun ve işyerinde merakın belirli yaş dönemlerinde daha yoğun kaynak kazancı üretebildiğini, bazı dönemlerde ise kaynakların korunmasının daha güç hâle geldiğini göstermektedir.

Olumlu duygu ve işyerinde merakın 33-37 yaş grubunda görece yüksek görünmesi, gelişimsel açıdan bu dönemin hem mesleki yeterlik hem de psikolojik denge bakımından bir "optimum kaynak bileşimi" sunabileceğini düşündürmektedir. Yetişkin öğrenmesi ve motivasyon literatürü, yaş ilerledikçe öğrenme motivasyonunun her zaman azalmadığını, tersine belirli yetişkinlik dönemlerinde daha seçici, amaç odaklı ve kararlı bir biçimde sürdürülebildiğini göstermektedir (Gegenfurtner ve Vauras, 2012). Orta yetişkinlik dönemine ilişkin güncel çalışmalar, işlevsel psikolojik kapasitenin bu dönemde özellikle öz-düzenleme, başa çıkma ve bilişsel rezerv gibi alanlarda daha dengeli bir örüntü gösterebildiğini; dolayısıyla orta

yaşların bazı psikolojik kaynakların korunması ve işlevsel biçimde kullanılmasında kritik bir gelişimsel dönem olarak değerlendirilebileceğini ortaya koymaktadır (Avis vd., 2021; Oh ve Yang, 2022; Thams ve Brassen, 2023; Porricelli vd., 2024). KKK açısından bu durum, bireyin hem kişisel hem de çevresel kaynaklarını daha verimli kullanabildiği dönemlerde işyerinde merakın öznel iyi oluşa daha kolay dönüşebileceği şeklinde yorumlanabilecektir. İşyerinde merakın çok boyutlu yapısını inceleyen araştırmalar da, yetişkin çalışan örneklemlerinde keşif hazzı, strese dayanım ve fikirlere açıklık gibi boyutların işlevsel iş sonuçlarıyla birlikte çalıştığını göstermektedir (Kashdan vd., 2020). Bu nedenle 33-37 yaş grubundaki avantajlı örüntü, gelişimsel olarak bir "kaynak kazanımı penceresi" olarak ele alınabilecektir.

38-42 yaş grubunda olumlu duygu ve öznel iyi oluşun düşmesi, olumsuz duygunun ise yükselmesi, bu dönemde kaynak taleplerinin kaynak kazanımını baskılayabildiğini göstermektedir. KKK'ya göre kaynak kaybı tehdidi, gerçek kayıp kadar güçlü psikolojik sonuçlar doğurabilmekte, özellikle rol yüklerinin arttığı, zaman baskısının yoğunlaştığı ve çoklu sorumlulukların biriktiği dönemlerde bireyin duygusal ve bilişsel kaynakları aşınabilmektedir (Hobfoll, 1989; Halbesleben vd., 2014). Yaş, sağlık, iş ve yaşam memnuniyeti ilişkisinin karmaşık olduğunu gösteren çalışmalar, orta yaşın bazı bireyler için üretkenliğin zirvesi, bazıları için ise yük yoğunlaşmasının yaşandığı bir dönem olduğunu belirtmektedir (Steptoe vd., 2015). Güven, yaşam doyumu ve mutluluk ilişkisinin yaşa göre farklılaşabildiğini gösteren güncel bulgular da, orta ve ileri yetişkinlikte bağlamsal kaynakların daha belirleyici hâle geldiğini ortaya koymaktadır (Xia vd., 2024; Bi vd., 2025; Kim ve Lee, 2026). Bu bağlamda, 38-42 yaş grubunda saptanan düşüşün doğrudan yaşlanmanın kendisinden değil, orta yetişkinliğe özgü rol yükleri, sorumluluk çatışmaları ve buna eşlik eden kaynak tüketimi süreçlerinden kaynaklanabileceği değerlendirilmektedir (Infurna vd., 2020; Infurna vd., 2021; Thams ve Brassen, 2023).

Yaşam doyumu ve fikirlere açıklık açısından yaş bulguları daha nüanslı bir tablo sunmaktadır; 23-27 ve 33-37 yaş gruplarının bazı karşılaştırmalarda daha avantajlı görünmesi, genç yetişkinlikten orta yetişkinliğe geçişte bilişsel açıklığın ve yaşam değerlendirmesinin sabit değil, dalgalı ama yönelimli bir örüntü izlediğini göstermektedir. Öznel iyi oluşun bilişsel boyutu olan yaşam doyumunun yaşla birlikte

doğrusal biçimde artmadığı, aksine yaşam geçişleri, eğitim-iş uyumu ve beklenti düzeyleriyle birlikte değişebildiği uzun süredir bilinmektedir (Shmotkin, 1990). Özellikle yetişkinliğe ve çalışma yaşamına geçiş süreçlerinde yaşam doyumunun doğrusal olmayan değişimler gösterebildiği, eğitim-iş uyumsuzluğunun yaşam doyumunu azaltabildiği ve karşılanmamış beklentilerin yaşa bağlı iyi oluş örüntülerini açıklamada önemli rol oynayabildiği yapılan araştırmalarda belirtilmektedir (Frank ve Hou, 2018; Henkens vd., 2022; Dietrich vd., 2022). Genç yetişkinlikte merak ile iyi oluş arasındaki bağın özellikle anlam bulma ve gelişim beklentileri üzerinden güçlendiğini gösteren araştırmalar, 18-29 yaş döneminde merakın yaşam doyumuyla yakın ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Dezutter vd., 2014; Sheldon vd., 2015; Reio ve Sanders–Reio, 2020). Bu nedenle 23-27 yaş grubundaki bazı avantajlı bulgular, erken kariyer döneminde fırsat algısı ve gelecek yönelimiyle ilişkili olabilir. Diğer yandan 33-37 yaş grubunda fikirlere açıklığın yüksekliği, iş yaşamı deneyiminin bilişsel esneklik ve çoklu perspektif alma becerisini destekleyebildiğini düşündürmektedir. KKK açısından elde edilen bulgular, bazı yaş evrelerinde bireyin hem bilgiye açıklığını hem de onu öznel iyi oluşa dönüştürme kapasitesini artıran kaynak kervanlarının daha erişilebilir hâle gelmesi olarak yorumlanabilecektir.

Eğitim düzeyine ilişkin bulgular doğrusal olmayan, tersine eğrisel bir yapı ortaya koymaktadır. Lise düzeyindeki katılımcıların olumlu duygu, öznel iyi oluş, keşif hazzı ve işyerinde merakta diğer eğitim gruplarına göre daha avantajlı görünmesi, buna karşılık lise üstü grubunda olumlu duygunun ve öznel iyi oluşun düşmesi ve olumsuz duygunun yükselmesi dikkat çekicidir. Alanyazın, eğitim düzeyi yükseldikçe öznel iyi oluşun otomatik olarak arttığı yönündeki varsayımın her durumda doğrulanmadığını göstermektedir. Özellikle daha yüksek eğitimin, yükselen beklentiler, daha yoğun sosyal karşılaştırmalar ve eğitim-iş uyumsuzluğu gibi mekanizmalar üzerinden bazı bireylerde yaşam doyumu ve öznel iyi oluş üzerinde sınırlayıcı ya da olumsuz etkiler doğurabildiği belirtilmektedir (Ferrante, 2009; Kristoffersen, 2018; Araki, 2022). Güncel bulgular, eğitim düzeyinin mutluluk ve öznel iyi oluş açısından etkisinin zaman içinde sabit kalmadığını; bu ilişkinin özellikle işgücü piyasasında elde edilen karşılıklar, eğitim-iş uyumu ve toplumsal karşılaştırma süreçleri tarafından biçimlendiğini göstermektedir. Bu nedenle eğitim düzeyi, tek başına ve her koşulda koruyucu bir kaynak olarak değil, etkisi bağlama göre güçlenen ya da zayıflayan

koşullu bir kaynak olarak değerlendirilmelidir (Frank ve Hou, 2018; Chen vd., 2019; Dietrich vd., 2022). KKK açısından bakıldığında eğitim, potansiyel bir kaynak olmakla birlikte, bu kaynağın psikolojik kazanca dönüşebilmesi için beklentilerle elde edilen sonuçların uyumlu olması gerekmektedir. Aksi durumda yüksek eğitim, yüksek beklenti ve daha fazla kaynak yatırımı nedeniyle bir kaynak baskısı olarak açığa çıkabilecektir (Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle lise grubunun daha avantajlı görünmesi, eğitimin mutlak düzeyinden çok, kaynak talebi ile kaynak getirisi arasındaki dengenin daha uygun kurulmuş olabileceğinden kaynaklanmaktadır.

Lise düzeyindeki katılımcılarda keşif hazzı ve işyerinde merakın daha yüksek görünmesi, eğitim ile merak arasındaki ilişkinin de basit bir "daha çok eğitim=daha çok merak" formülüyle açıklanamayacağını göstermektedir. Merakın eğitimsel ve mesleki bağlamlarda iyi oluş, motivasyon ve keşif davranışıyla bağlantılı olduğu çok sayıda araştırmada gösterilmekle birlikte bu ilişkinin yapısı bağlama, yaşa ve beklenti sistemine göre değişebilmektedir (Kashdan ve Steger, 2007; Aparicio-Flores vd., 2026). Eğitim katılımının ileri yaşlarda yaşam doyumu ve daha düşük olumsuz duyguyla bağlantılı olduğunu gösteren çalışmalar, öğrenmenin kaynak üretici yönünü vurgulasa da, formel eğitim düzeyinin kendisi ile eğitim süreçlerine aktif katılım aynı şey değildir (Zhang vd., 2025). Bu nedenle lise grubundaki yüksek keşif hazzı ve işyerinde merak, eğitim düzeyinin mutlak niceliğinden çok, öğrenmeye yönelik canlılığın, beklenti düzeyinin ve iş yaşamına uyumlu beceri kullanımının bir sonucu olarak kabul edilebilecektir. KKK çerçevesinde bu sonuç, eğitimin yalnızca bir "nesnel kaynak" değil, bireyin onu ne kadar kullanılabilir ve dönüştürülebilir bir kaynağa çevirebildiği ölçüde psikolojik yarar sağladığını göstermektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde yaş ve eğitim bulguları, işyerinde merak ile öznel iyi oluşun hem gelişimsel evrelerden hem de eğitimsel konumlanmadan etkilendiği, ancak bu etkinin doğrusal değil, kaynak dengesi ve bağlamsal uyuma duyarlı bir yapı sergilediğini göstermektedir. KKK açısından bu bulgular, yaşın ve eğitimin kendi başına belirleyici olmadığı, asıl önemli olanın bu değişkenlerin bireyin kaynak kazanımı, kaynak kaybı ve kaynak dönüştürme kapasitesini nasıl etkilediği olduğudur (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Orta yetişkinlikte gözlenen görece avantajlı örüntüler, kaynak kullanımının

olgunlaşmasıyla, ileri bazı yaş gruplarında görülen gerilemeler ise kaynak taleplerinin artmasıyla açıklanabilecektir. Benzer şekilde lise grubunun avantajlı görünmesi, eğitimin düzeyinden çok, kaynak beklentisi ile kaynak getirisi arasındaki dengenin uygunluğu ile ilişkili gibi görünmektedir. Bu nedenle yaş ve eğitimin sabit kategoriler olarak değil, bireyin psikolojik, bilişsel ve çevresel kaynak yapısını şekillendiren bağlamsal değişkenler olarak ele alınması daha kuramsal ve açıklayıcı olacaktır.

Araştırmada elde edilen bulgular KKK çerçevesinde değerlendirildiğinde, işyerindeki merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin psikolojik kaynakların korunması ve genişletilmesi süreçleri üzerinden işlediği görülmektedir. KKK'na göre bireyler sahip oldukları kaynakları korumaya, yeni kaynaklar elde etmeye ve kaynak kaybını önlemeye yönelmektedirler. Kaynak kaybı ya da kayıp tehdidi ise stres ve psikolojik olumsuzlukların temel nedenlerinden biri olarak kabul edilmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Araştırmada öznel iyi oluş ile işyerindeki merak arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki (Gürbüz ve Şahin, 2016: 264) bulunması ($r=0,373$, $p<0,01$) ve regresyon analizinde işyerindeki merakın öznel iyi oluşu anlamlı biçimde yordaması bu kuramsal çerçeve ile uyumludur. Merak bireyin yeni bilgi, deneyim ve sosyal etkileşimler yoluyla bilişsel ve psikolojik kaynaklarını artırmasına katkı sağlayan bir özellik olarak değerlendirilmektedir (Kashdan ve Steger, 2007; Kashdan vd., 2020). Bu doğrultuda merakın bireyin psikolojik kaynaklarını genişletmesi öznel iyi oluşun artmasına katkı sağlayabilmektedir. Nitekim yapılan araştırmalar merakın öznel iyi oluş ile pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir (Kaczmarek vd., 2014; Jovanović ve Gavrilov-Jerković, 2014; Kırdök ve Bölükbaşı, 2018; Po ve Aung, 2019).

Öznel iyi oluş ile olumlu duygu arasında güçlü bir pozitif ilişki bulunması ($r=0,846$, $p<0,01$) öznel iyi oluş literatürü ile uyumludur. Öznel iyi oluş bireyin yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmelerini ve duygusal deneyimlerini kapsayan çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır ve olumlu duygular bu yapının temel bileşenlerinden biridir (Diener vd., 1999). KKK açısından değerlendirildiğinde olumlu duygular bireyin sahip olduğu psikolojik kaynakların varlığını yansıtan önemli göstergelerden biri olarak kabul edilmektedir (Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle olumlu duyguların yüksek olduğu bireylerin yeni kaynaklara yatırım yapma ve yeni deneyimlere yönelme eğilimlerinin daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Bu bağlamda

araştırmada elde edilen çok güçlü ilişki (Küçük, 2016: 250) olumlu duyguların bireyin psikolojik kaynaklarını artırarak öznel iyi oluşu desteklediğini ortaya koyan literatür ile örtüşmektedir (Diener vd., 1999; Fredrickson, 2001; Ciminli, 2022; Dolunay Cuğ, 2022).

Öznel iyi oluş ile olumsuz duygu arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunması ($r=-0,442$, $p<0,01$) da literatürdeki çalışmalarla paralellik göstermektedir. Öznel iyi oluşun yüksek olması yalnızca olumlu duyguların yoğunluğuna değil aynı zamanda olumsuz duyguların düşük düzeyde olmasına da bağlıdır (Diener vd., 1999). Watson ve Clark'a (1997), göre olumsuz duyguların artması bireyin yaşam değerlendirmelerini olumsuz yönde etkileyerek psikolojik iyi oluşu zayıflatmaktadır. KKK kuramı bu durumu kaynak kaybı perspektifinden açıklamaktadır. Kurama göre bireyler sahip oldukları kaynakların kaybını yaşadıklarında ya da kayıp tehdidi algıladıklarında psikolojik stres ve olumsuz duygular ortaya çıkmaktadır (Hobfoll, 2001). Bu nedenle olumsuz duyguların yüksek olduğu durumlarda bireyin psikolojik kaynakları zayıflamakta ve bu durum öznel iyi oluşun azalmasına neden olabilmektedir (Halbesleben vd., 2014). Bu bağlamda araştırmada elde edilen bulgu, olumsuz duyguların bireyin psikolojik kaynaklarını tüketerek öznel iyi oluşu azaltabileceğini ortaya koyan KKK ile uyumludur (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001).

Yaşam doyumu ile fikirlere açıklık arasında güçlü bir pozitif ilişki (Küçük, 2016: 250) bulunması ($r=0,731$, $p<0,01$) merak ve öznel iyi oluş literatürü ile uyumludur (Kaczmarek vd., 2014; Jovanović ve Gavrilov-Jerković, 2014). Fikirlere açıklık bireyin yeni bilgi ve deneyimlere yönelmesini sağlayan önemli bir bilişsel özellik olarak değerlendirilmektedir (Kashdan ve Steger, 2007). Merakın bireyin yaşam doyumu ile güçlü ilişkili karakter özelliklerinden biri olduğu görülmektedir (Peterson vd., 2005). KKK açısından değerlendirildiğinde fikirlere açıklık bireyin yeni bilişsel ve sosyal kaynaklara erişimini kolaylaştıran bir özellik olarak görülebilir (Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Yeni fikirleri değerlendirmeye açık bireyler öğrenme ve sosyal etkileşim yoluyla daha fazla kaynak elde edebilmektedir. Bu nedenle fikirlere açıklık düzeyi yüksek bireylerin yaşam doyumlarının da daha yüksek olması beklenen bir durumdur.

Merak ile olumsuz duygu arasında negatif yönlü orta düzeyde bir ilişki (Gürbüz ve Şahin, 2016: 264) tespit edilmiştir (r=-0,449, p<0,01). Bu bulgu merakın bireyin psikolojik iyi oluşunu destekleyen koruyucu bir özellik olduğunu ortaya koyan çalışmalarla uyumludur. Kashdan vd. (2020), merakın bireyin öğrenme, keşif ve gelişim süreçlerini desteklediğini ve bu nedenle öznel iyi oluş ile pozitif ilişkili olduğunu belirtmektedir. Öznel iyi oluş alt boyutlarından olan olumsuz duygu skoru ne kadar düşük olur ise öznel iyi oluş skoru o denli yüksek olacaktır. Benzer şekilde Wang ve Li (2015), merakın çalışanların iyi oluşu ile pozitif, duygusal tükenme ve olumsuz duygular ile ise negatif ilişkili olduğunu göstermiştir. KKK kuramı açısından değerlendirildiğinde merak bireyin yeni kaynaklar edinmesine yardımcı olan önemli bir psikolojik kaynak olarak değerlendirilmektedir (Hobfoll, 2001). Bu nedenle merak düzeyi yüksek bireylerin olumsuz duygulara daha az maruz kalması beklenen bir durumdur (Halbesleben vd., 2014).

Merak ile yaşam doyumu arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki (Gürbüz ve Şahin, 2016: 264) bulunması (r=0,487, p<0,01) merakın bireyin iyi oluşu ile ilişkili olduğunu gösteren araştırmalarla paralellik göstermektedir (Kaczmarek vd., 2014; Jovanović ve Gavrilov-Jerković, 2014). Merak bireyin öğrenme isteğini artırarak bireyin yaşamına anlam katmasına katkı sağlayan bir özellik olarak değerlendirilmektedir (Kashdan ve Steger, 2007). Peterson vd. (2005), merakın yaşam doyumu ile güçlü ilişkili karakter özelliklerinden biri olduğunu ortaya koymuştur. KKK bağlamında merak bireyin bilgi, deneyim ve sosyal etkileşim gibi yeni kaynaklara ulaşmasını sağlayarak bireyin psikolojik kaynaklarını genişletmektedir (Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle merak düzeyi yüksek bireylerin yaşam doyumlarının daha yüksek olması beklenen bir durumdur.

Regresyon analizi bulguları işyerindeki merakın öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğunu göstermektedir (β=0,373, p<0,001). Bu bulgu merakın bireyin öznel iyi oluşunu etkileyen önemli bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Merak bireyin öğrenme, yaratıcılık ve psikolojik uyum süreçlerini desteklemektedir (Kashdan vd., 2020). Ayrıca merakın bireyin psikolojik dayanıklılığını artırarak stresle başa çıkma kapasitesini geliştirdiği ifade edilmektedir (Wang ve Li, 2015). KKK'na göre bireyler sahip oldukları kaynakları kullanarak yeni kaynaklar elde edebilir ve bu süreç

bireyin psikolojik iyi oluşunu güçlendirebilir (Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda merak bireyin bilişsel ve psikolojik kaynaklarını genişleterek öznel iyi oluşu artıran önemli bir mekanizma olarak değerlendirilebilir.

Çoklu regresyon bulguları incelendiğinde keşif hazzı ve fikirlere açıklık boyutlarının öznel iyi oluşu anlamlı biçimde yordadığı görülmektedir (β=0,400, $p<0,001$; β=0,534, $p<0,001$). Bu sonuç merakın tüm boyutlarının öznel iyi oluş üzerinde aynı etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Kashdan vd. (2020), merakın çok boyutlu bir yapı olduğunu ve özellikle keşif hazzı boyutunun bireyin öğrenme ve gelişim süreçlerini desteklediğini belirtmektedirler. Benzer şekilde Peterson vd. (2005), merakın bireyin yaşam doyumu ve iyi oluş ile güçlü ilişkili karakter özelliklerinden biri olduğunu ifade etmektedir. KKK açısından değerlendirildiğinde keşif hazzı ve fikirlere açıklık bireyin yeni kaynaklara ulaşmasını kolaylaştıran psikolojik özelliklerdir (Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle bu boyutların öznel iyi oluş üzerinde daha güçlü etkiler göstermesi beklenen bir durumdur.

Buna karşılık yoksunluk hassasiyeti ve strese dayanım boyutlarının öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etki göstermemesi merakın bazı boyutlarının öznel iyi oluş üzerinde sınırlı bir role sahip olabileceğini göstermektedir (β=-0,052, p=0,372; β=0,094, p=0,114). Kashdan vd. (2020), merakın bazı boyutlarının bilişsel gerilim ve belirsizlikle ilişkili olduğunu ve bu nedenle her zaman olumlu psikolojik sonuçlar üretmeyebileceğini belirtmektedir. Litman (2005), da merakın bilgi eksikliğini gidermeye yönelik yönünün bireyde bilişsel gerilim yaratabileceğini ifade etmektedir. KKK açısından değerlendirildiğinde bu boyutlar bireyin yeni kaynaklar elde etmesine yardımcı olabileceği gibi aynı zamanda bilişsel yük ve psikolojik gerilim de yaratabilir (Hobfoll, 2001). Bu nedenle bu boyutların öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin diğer merak boyutlarına kıyasla daha sınırlı olması kuramsal açıdan anlaşılabilir bir durumdur (Halbesleben vd., 2014).

Araştırmada elde edilen bulgular, nörobilişsel performansın İM ile ÖİO arasındaki ilişkide önemli bir bağlamsal koşul oluşturduğunu göstermektedir. Özellikle Stroop test doğru yanıt oranı için etkileşim teriminin anlamlı bulunması (B=24,7013, p=0,0027) ve Stroop test ortalama yanıtlama süresinde etkileşimin anlamlı olması

(B=22,2268, p=0,0017), merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin yürütücü bilişsel kaynakların varlığına bağlı olarak güçlendiğini göstermektedir. Bu bulgular, nörobilişsel performansın İM ile ÖİO arasındaki ilişkide bir düzenleyici değişken olarak işlev gördüğünü ortaya koymaktadır. KKK bireylerin psikolojik sonuçlarının sahip oldukları ve harekete geçirebildikleri kaynakların miktarına bağlı olduğunu ileri sürmektedir (Hobfoll, 1989; Westman vd., 2004; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda merak bireyin çevreyle etkileşim kurmasını sağlayan bir psikolojik kaynak olarak değerlendirilebilirken, Stroop test performansı gibi yürütücü bilişsel süreçler bu kaynağın etkin biçimde kullanılmasını sağlayan bilişsel kapasiteyi temsil etmektedir. Nitekim yürütücü işlevler ile iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalar dikkat kontrolü, bilişsel esneklik ve inhibisyon kapasitesinin stres yönetimi ve iyi oluş üzerinde önemli etkileri olduğunu göstermektedir (Miyake vd., 2000; Diamond, 2013; Snyder, 2013; Toplak vd., 2013; Klein vd., 2017). Bu nedenle Stroop test performansının İM ile ÖİO arasındaki ilişkide düzenleyici değişken olarak ortaya çıkması, merakın psikolojik çıktılar üretmesinin bireyin bilişsel kontrol kapasitesi tarafından sınırlandırılabileceğini göstermektedir.

Johnson–Neyman analizlerinde belirli bir nörobilişsel performans eşiğinin üzerinde İM'nin ÖİO üzerindeki etkisinin anlamlı hâle gelmesi, KKK'nın "kaynak kazancı döngüsü" yaklaşımı ile açıklanabilmektedir. Kurama göre bireyler sahip oldukları kaynakların belirli bir eşiğin üzerine çıkması durumunda yeni kaynaklar elde etme konusunda daha avantajlı hâle gelmektecbirlikte kaynakları görece fazla olan bireyler yeni kaynaklar elde etmede daha avantajlıyken, sınırlı kaynaklara sahip bireyler aynı kazanımı üretmekte daha fazla güçlük yaşayabilmektedirler (Hobfoll, 2001; Ten Brummelhuis ve Bakker, 2012; Halbesleben vd., 2014; Chen vd., 2015; Hobfoll vd., 2018). Yüksek nörobilişsel performans düzeyinde İM ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin daha dik bir eğim göstermesi, bilişsel kaynakları daha güçlü olan bireylerin söz konusu psikolojik süreci daha verimli biçimde işletebildiklerini düşündürmektedir. Başka bir ifadeyle, dikkat, yürütücü işlevler, bilişsel esneklik ve bilgi işleme kapasitesi bakımından daha donanımlı olan bireyler, sahip oldukları bu kaynakları yeni psikolojik kazanımlara dönüştürmede daha başarılı görünmektedir. Buna karşılık, orta nörobilişsel performans düzeyinde ilişkinin daha sınırlı; düşük nörobilişsel performans düzeyinde ise daha zayıf seyretmesi, bilişsel kaynakların yetersiz olduğu durumlarda

psikolojik kaynak üretiminin ve sürdürülmesinin görece güçleştiğini bulgulamaktadır. (Kashdan ve Steger, 2007; Peterson vd., 2007; Wang ve Li, 2015; Silvia, 2017; Kashdan vd., 2020). Bu durum İM ile ÖİO arasındaki ilişkinin doğrusal bir ana etkiden ziyade bireyin sahip olduğu bilişsel kaynak kapasitesine bağlı olarak ortaya çıkan koşullu bir mekanizma şeklinde işlediğini göstermektedir. Dolayısıyla nörobilişsel performansın yalnızca bilişsel bir kapasite göstergesi olmadığını, aynı zamanda bireyin öznel iyi oluşunu destekleyen psikolojik süreçlerin etkinliğini artıran temel bir kişisel kaynak olarak işlevselleştiği görülmektedir.

Görsel hafıza doğru yanıt oranının düzenleyici etki göstermemesi, nörobilişsel performansın bütün göstergelerinin aynı işlevsel değere sahip olmadığını düşündürmektedir. Bu yorum, tepki süresi ile doğruluğun bilişsel yeteneğin farklı boyutlarını yansıtabildiğini gösteren çalışmalarla uyumludur (Kyllonen ve Zu, 2016; Li vd., 2024). Benzer şekilde, KKK kaynakların yalnızca varlığının değil, işlevsel sonuç üretme kapasitesinin belirleyici olduğunu vurgulamaktadır (Hobfoll, 1989; Hobfoll vd., 2018). Bu nedenle görsel hafıza doğru yanıt oranının anlamsız bulunan düzenleyici etkisi, merakın öznel iyi oluşa dönüşmesinde "doğru yapma"dan çok, bilişsel kaynakların etkin kullanılmasının önemli olabileceğine işaret etmektedir. Bu bulgu, merakın her durumda otomatik olarak olumlu sonuç üretmediğini, örgütsel bağlamda bağlamsal koşullara duyarlı bir yapı olduğunu belirten değerlendirmelerle de örtüşmektedir (Chang ve Shih, 2019; Kashdan vd., 2023). Öte yandan İM'ın ana etkisinin pozitif ve anlamlı olması, merakın olumlu öznel yaşantılar ve gelişim fırsatlarıyla ilişkili olduğunu gösteren önceki bulgularla paraleldir (Kashdan vd., 2004; Kashdan ve Steger, 2007). Öznel iyi oluşun zaman içinde kaynak dengesiyle ilişkili olarak şekillendiğini vurgulayan çalışmalar da bu genel örüntüyü desteklemektedir (Diener vd., 1999; Johnston ve Stavrunova, 2021).

Buna karşılık, görsel hafıza ortalama yanıt süresinin anlamlı bir düzenleyici değişken olarak ortaya çıkması, araştırma bulgularını daha güçlü biçimde açıklamaktadır. Tepki süresinin bilişsel kapasitenin önemli bir göstergesi olduğunu ortaya koyan çalışmalar, yanıt süresinin yalnızca teknik bir performans ölçütü değil, bilişsel işlemleme verimliliğini yansıtan anlamlı bir değişken olduğunu belirtmektedir (Kyllonen ve Zu, 2016; Junghaenel vd., 2022). Bu durum, işyerinde merakın ancak yeterli bilişsel

performans mevcut olduğunda öznel iyi oluşa daha güçlü biçimde dönüştüğünü göstermektedir. Nitekim işlemleme hızının öznel iyi oluşla ilişkili olduğunu gösteren bulgular, özellikle bilişsel akıcılığın iyi oluş üzerindeki katkısına dikkat çekmektedir (Siedlecki vd., 2020). Ayrıca örgütsel bağlamda merakın çalışan çıktıları açısından yararlı bir psikolojik özellik olduğunu vurgulayan çalışmalar, merakın bağlam uygun olduğunda üretkenlik, katılım ve gelişimle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Chang ve Shih, 2019; Kashdan vd., 2023). Bu sonuç, KKK'nin öngördüğü biçimde, mevcut kişisel kaynak kapasitesi yeterli olduğunda kaynak yatırımının kazanç sarmalına dönüşebileceği görüşüyle uyumludur (Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Ayrıca olumlu psikolojik süreçlerin yeni kaynakların inşasını kolaylaştırdığını ileri süren yaklaşım da, yüksek nörobilişsel performans koşullarında merakın neden daha güçlü bir iyi oluş çıktısı ürettiğini açıklamaktadır (Fredrickson, 2001).

Bulguların hipotez açısından kısmi destek üretmesi de literatürle uyumludur; çünkü nörobilişsel performans çok boyutlu bir yapı olup, farklı alt göstergeler farklı psikolojik süreçleri temsil edebilmektedir (Kyllonen ve Zu, 2016; Li vd., 2024). Bu nedenle görsel hafıza doğruluk oranının düzenleyici olmaması, buna karşılık ortalama yanıt süresinin düzenleyici olması, nörobilişsel performansın tekil ve homojen bir "kişisel kaynak" olarak ele alınmaması gerektiğini göstermektedir. KKK bağlamında bu durum, kaynak yatırımının sonucunun yalnızca yatırımın kendisine değil, bu yatırımın hangi kaynak altyapısı üzerinde gerçekleştiğine bağlı olduğunu göstermesi bakımından önemlidir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Özellikle Johnson–Neyman bulgusunun işaret ettiği eşik etkisi, merakın öznel iyi oluş üzerindeki katkısının belirli bir nörobilişsel kapasite düzeyinden sonra belirginleştiğini bulgulamaktadır. Bu durum, kişisel kaynakların yeterli olduğu durumlarda daha olumlu psikolojik sonuçlar gözlendiğini ileri süren örgütsel KKK çalışmalarınca da dolaylı olarak desteklenmektedir (Xanthopoulou vd., 2009; Avey vd., 2010; Hobfoll vd., 2018; Huang ve Yuan, 2022). Dolayısıyla mevcut bulgular, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin her bireyde aynı biçimde işlemediğini; bilişsel verimlilik yükseldikçe bu ilişkinin güçlendiğini göstermektedir.

Sözel hafıza doğru yanıt oranının İM ile ÖİO arasındaki ilişkide anlamlı bir düzenleyici olarak ortaya çıkması, KKK açısından merakın tek başına değil, ancak yeterli kişisel kaynak kapasitesi mevcut olduğunda öznel iyi oluşa dönüşebilen bir kaynak yatırımı olduğunu teyit etmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). KKK'na göre bireyler mevcut kaynaklarını korumaya, geliştirmeye ve yeni kaynaklar kazanmaya yönelir. Bu nedenle aynı yatırım, bireyin başlangıçtaki kaynak düzeyine bağlı olarak farklı sonuçlar üretebilir (Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014). Bu çerçevede, sözel hafıza doğru yanıt oranı yükseldikçe İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin güçlenmesi, işyerinde merakın öğrenme, anlam kurma ve bilişsel genişleme yoluyla psikolojik kazanca dönüşebilmesi için sözel bilgi işleme ve doğru geri çağırma kapasitesinin kritik olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, merakın iyi oluşla pozitif ilişkili olduğunu gösteren çalışmalarla uyumludur; nitekim merakın yaşam doyumu ve daha dolu bir yaşam yönelimiyle ilişkili olduğu bildirilmiştir (Peterson vd., 2005), merak düzeyi yükseldikçe iyi oluş göstergelerinin arttığı gösterilmiştir (Gallagher ve Lopez, 2007) ve öznel iyi oluşun yalnızca haz temelli değil, gelişim ve anlam boyutlarıyla da değerlendirilmesi gerektiği vurgulanmıştır (Ryan ve Deci, 2001). Benzer biçimde, ilgi ve merakın olumlu duygusal deneyimlerle ve bilişsel katılımla ilişkili olduğu ileri sürülmektedir (Silvia, 2008b). Dolayısıyla, mevcut bulgu KKK'nın öngördüğü biçimde, merak yatırımının ancak yeterli sözel bilişsel kapasite varlığında kaynak kazanç sarmalına dönüşebildiğini göstermekte olup sözel doğruluk düzeyi düşük olduğunda ise aynı yatırımın beklenen psikolojik getiriyi üretmeyebileceğine işaret etmektedir (Hobfoll, 1989; Halbesleben vd., 2014).

Buna karşılık, sözel hafıza yanıt süresinin İM ile ÖİO arasındaki ilişkide anlamlı bir düzenleyici etki göstermemesi, nörobilişsel performansın bütün alt boyutlarının KKK bakımından aynı işlevsel anlama sahip olmadığını düşündürmektedir. Kuram açısından belirleyici olan, bireyin yalnızca ne kadar hızlı tepki verdiği değil, sahip olduğu kaynakları talepleri karşılayacak biçimde ne derece etkili ve kayıp önleyici kullandığıdır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Sözel görevler bağlamında doğru kodlama, anlamlandırma ve geri çağırma süreçlerinin, salt işlemleme hızından daha merkezi bir kaynak kapasitesini temsil ediyor olması mümkündür. Nitekim çalışma belleği ve bellek performansına ilişkin literatür, özellikle sözel görevlerde performansın yalnızca hızdan değil, bilgi depolama ve manipülasyon kapasitesinden

beslendiğini göstermektedir (Baddeley, 2003; Diamond, 2013). İşlemleme hızı elbette bilişsel işleyiş açısından önemlidir; ancak hız ve doğruluğun aynı yapının eşdeğer göstergeleri olmadığı, hatta farklı bilişsel mekanizmaları temsil ettiği uzun süredir vurgulanmaktadır (Salthouse, 1996; Kyllonen ve Zu, 2016). Bu nedenle, sözel hafıza doğruluk oranının anlamlı düzenleyici, sözel yanıt süresinin ise anlamsız düzenleyici olması, merakın öznel iyi oluşa dönüşmesinde sözel alanda doğruluk temelli kaynak yeterliğinin hız temelli verimlilikten daha belirleyici olabileceğini göstermektedir. Bu sonuç, bellek performansında özellikle doğru geri çağırmanın üst düzey bilişsel işlevlerle daha yakından ilişkili olduğunu belirten yaklaşımlarla da paraleldir (Baddeley, 2003; Diamond, 2013). KKK açısından yorumlandığında, bu ayrışma, her nörobilişsel göstergenin aynı ölçüde "kişisel kaynak kapasitesi" olarak kabul edilmemesi gerektiğini, bazı alt boyutların kaynak yatırımı ile kaynak kazancı arasındaki bağı açıklamada daha merkezi rol oynadığını ortaya koymaktadır (Hobfoll, 2001; Halbesleben vd., 2014).

Bu bulgular birlikte ele alındığında, araştırmanın genel modeli açısından önemli bir sonuç ortaya çıkmaktadır: İM bir kaynak yatırımı, nörobilişsel performans bir kişisel kaynak kapasitesi, ÖİO ise kaynak dengesinin sonucu olarak kavramsallaştırıldığında, sözel hafıza alt boyutları arasında neden farklı örüntüler elde edildiği açıklanabilmektedir. Sözel doğru yanıt oranında ortaya çıkan anlamlı düzenleyicilik, aynı merak düzeyinin yüksek sözel bilişsel kapasite koşullarında daha fazla öğrenme, daha etkili anlam kurma ve dolayısıyla daha yüksek öznel iyi oluş üretebildiğini teyit etmektedir (Hobfoll, 1989; Peterson vd., 2005). Buna karşılık, sözel ortalama yanıt süresinde düzenleyici etkinin bulunmaması, psikolojik kazancı belirleyen mekanizmanın bu bağlamda hızdan çok, doğru ve sağlam bilişsel işleme kapasitesi olduğunu göstermektedir. Bu yorum, merakın iyi oluşla ilişkili olduğunu gösteren literatürle genel olarak uyumlu olmakla birlikte ilişkinin hangi bilişsel alt boyutlar altında güçlendiğini göstermesi bakımından daha ayrıntılı bir katkı sunmaktadır (Gallagher ve Lopez, 2007; Silvia, 2008a). Ayrıca iyi oluşun gelişim, yetkinlik ve psikolojik işlevsellikle bağlantılı olduğu dikkate alındığında, sözel doğruluk düzeyinin anlamlı düzenleyici olması kuramsal olarak da tutarlı hale gelmektedir (Ryan ve Deci, 2001). Sonuç olarak, mevcut bulgular hipotezin sözel hafıza alanında bütünüyle değil, alt boyutlara bağlı olarak kısmen desteklendiğini göstermektedir. Elde edilen bulgular

nörobilişsel performansın tek boyutlu bir yapı olarak ele alınmasının yetersiz olduğunu; doğruluk ve hız gibi bileşenlerin KKK bağlamında farklı işlevsel anlamlar taşıdığını vurgulaması bakımından önemlidir (Salthouse, 1996; Halbesleben vd., 2014; Kyllonen ve Zu, 2016).

Sol el parmak tıklatma toplam sayısı ile ortalama parmak tıklatma süresinin İM ile ÖİO arasındaki ilişkide anlamlı bir düzenleyici etki göstermemesi, KKK açısından her nörobilişsel performans göstergesinin aynı derecede "kişisel kaynak kapasitesi" olarak işlev görmediğini desteklemektedir. KKK'ya göre bireyler kaynaklarını korumaya, geliştirmeye ve yeni kaynaklar kazanmaya yönelir; ancak bir kaynağın psikolojik çıktılar üzerindeki etkisi, o kaynağın ilgili taleple ne ölçüde işlevsel olarak eşleştiğine bağlıdır (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda işyerinde merak, öğrenme, keşif ve bilişsel yatırım içeren bir süreç olarak değerlendirildiğinde, bu yatırımın öznel iyi oluşa dönüşmesinde motor hız göstergelerinin sınırlı bir açıklayıcı güce sahip olması kuramsal olarak beklenebilmektedir. Nitekim parmak tıklatma testi literatürde büyük ölçüde ince motor hız ve psikomotor tempo göstergesi olarak tanımlanmakta olup üst ekstremite motor kontrolünü ve hareket hızını değerlendiren bir ölçüm olarak kullanılmaktadır (Zhang ve Ishikawa, 2009; Barut vd., 2013; Norman ve Héroux, 2013). Daha yakın tarihli çalışmalar da parmak tıklatma performansının bilişsel işlevlerle ilişkili olabileceğini, ancak bunun çoğunlukla tamamlayıcı ya da tarayıcı bir gösterge niteliği taşıdığını, çekirdek bilişsel kapasitenin doğrudan karşılığı olarak değerlendirilmemesi gerektiğini göstermektedir (Suzumura vd., 2022; Ding vd., 2026). Bu nedenle, mevcut bulgular parmak tıklatma performansının merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisini güçlendiren temel kaynak kapasitesini temsil etmediğine işaret etmektedir.

Bulguların bu biçimde ortaya çıkması, araştırmanın genel modeliyle de uyumludur. Çünkü bu modelde İM bir kaynak yatırımı, nörobilişsel performans bir kişisel kaynak kapasitesi, ÖİO ise kaynak dengesinin çıktısı olarak ele alınmaktadır. Bu çerçevede, merakın ürettiği talepler daha çok bilgi arama, anlamlandırma, öğrenme ve bilişsel keşif ile ilgiliyken, sol el parmak tıklatma ölçümleri daha çok motor tempo ve psikomotor verimliliği temsil etmektedir. Dolayısıyla burada "yatırım" ile "kaynak kapasitesi" arasında işlevsel bir uyumsuzluk bulunduğu düşünülebilir. KKK'nin

kaynakların bağlamsal işlevselliği ve kaynak-çıktı uyumu vurgusu da bu yorumu desteklemektedir. Kuram yalnızca kaynakların varlığına değil, hangi talepleri karşılamada etkili olduklarına da dikkat çekmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Parmak tıklatma testinin motor işlev, hareket hızı ve el-parmak koordinasyonu ekseninde kullanılması da, bu ölçümün merakın bilişsel ve duygusal çıktılarıyla neden doğrudan örtüşmeyebileceğini açıklamaktadır (Barut vd., 2013; Shirani vd., 2017; Hanna vd., 2024). Bu açıdan bakıldığında, düzenleyici etkinin anlamlı çıkmaması, nörobilişsel performansın etkisiz olduğu anlamına gelmemekte olup aksine, merakın iyi oluş üzerindeki etkisini güçlendiren alt boyutların daha çok bellek, dikkat, doğruluk ve bilişsel işleme niteliği gibi süreçlerde aranması gerektiğini düşündürmektedir. Suzumura vd. (2022), parmak tıklatma ölçümlerini bilişsel risk için "tamamlayıcı" bir araç olarak konumlandırması da bu yorumu desteklemektedir.

Nörobilişsel performansın tüm alt boyutları için değil, yalnızca belirli alt boyutları için desteklendiği söylenebilir. Sonuçlar nörobilişsel performansın tek parçalı, homojen ve her koşulda işlevsel bir düzenleyici olmadığını göstermektedir. Literatürde de motor performans, lateralizasyon ve parmak tıklatma ölçümlerinin daha çok psikomotor hız, baskın el kullanımı ve nöromotor verimlilik göstergeleri olarak ele alındığı, buna karşılık öznel iyi oluş ve merak gibi karmaşık psikolojik süreçlerle ilişkilerinin daha dolaylı olduğu görülmektedir (Peters, 1980; Imanaka vd., 1991; van der Haegen ve Brysbaert, 2018). Bu nedenle sol el parmak tıklatma ölçümlerinde düzenleyici etkinin görülmemesi, merak–iyi oluş ilişkisinin daha çok yürütücü işlevler, bilişsel kontrol, dikkat düzenleme ve belki de görevle daha doğrudan ilişkili nörobilişsel süreçler aracılığıyla şekillendiğini bulgulamaktadır. KKK açısından ifade etmek gerekirse, merakın öznel iyi oluşa dönüşebilmesi için gerekli kaynaklar büyük olasılıkla "motor çıktı"dan çok "bilişsel kaynak mobilizasyonu" ile ilişkili görülmektedir. Bu nedenle sol el tıklatma performansı gibi daha çevresel bir nöromotor göstergenin düzenleyici etkisinin ortaya çıkmadığı değerlendirilmektedir (Hobfoll, 2001; Ten Brummelhuis ve Bakker, 2012; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Sol el parmak tıklatma skorları için elde edilen bulgulardan nörobilişsel performansın tüm bileşenlerinin eşit işlev görmediği ve özellikle motor-temelli göstergelerin merak–iyi oluş ilişkisinde sınırlı bir düzenleyici kapasiteye sahip olduğu bulgulanmıştır.

KKK çerçevesinde değerlendirildiğinde, sağ el parmak tıklatma toplam sayısı ve sağ el ortalama parmak tıklatma süresine ilişkin anlamlı düzenleyici etkiler, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin her koşulda otomatik olarak ortaya çıkmadığını ve belirli bir kişisel kaynak kapasitesi eşiği aşıldığında güçlendiğini göstermektedir. KKK'ya göre bireyler değer verdikleri kaynakları korumaya, geliştirmeye ve yeni kaynaklar kazanmak için mevcut kaynaklarını yatırıma dönüştürmeye çalışırlar. Bu nedenle bir yatırımın kazanca dönüşmesi, başlangıçtaki kaynak donanımına bağlı olarak görülmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). İM'nin ana etkisinin tek başına anlamlı olmamasına karşın, sağ el performansı ile etkileşim içinde anlamlılaşması, merakın doğrudan ve evrensel bir iyi oluş kaynağı değil, ancak yeterli performans kapasitesi mevcut olduğunda öznel iyi oluşu besleyen bir kaynak yatırımı olduğunu düşündürmektedir. Bu yorum, merakın iş bağlamında öğrenme, uyum ve iş performansı açısından önemli olduğunu ileri süren çalışmalarla paralel (Reio vd., 2006; Mussel, 2013; Chang ve Shih, 2019; Müceldili vd., 2020) ve işyerinde merakın sağlıklı işleyiş, sosyal destek ve işle ilgili olumlu çıktılarla ilişkili olduğunu gösteren bulgularla da uyumludur (Longo vd., 2016; Kashdan vd., 2020; Kashdan vd., 2023). Bununla birlikte mevcut bulgular, bu ilişkinin koşulsuz değil, nörobilişsel kapasiteye duyarlı olduğunu ortaya koyarak literatüre katkı sağlamaktadır. Öte yandan, iş yoğunlaşması ve benzeri talepler altında merakın her zaman koruyucu olmayabileceğini gösteren bulgular da, merakın olumlu etkisinin bağlama ve kaynağa bağımlı olduğunu düşündürmektedir (Ishaq vd., 2021; Blanco-Donoso vd., 2023; Janani ve Vijayalakshmi, 2025). Dolayısıyla sağ el performansına ilişkin anlamlı düzenleyici etkinin, KKK'nın öngördüğü biçimde, merak yatırımının ancak yeterli kaynak altyapısı üzerinde kaynak kazanç sarmalına dönüşebildiğini göstermektedir.

Sağ el parmak tıklatma testlerine ilişkin bulguların ayrıksı değeri, bu ölçümlerin bilişsel içerikli bellek göstergeleri ile motor hız/psikomotor tempo göstergeleri arasında köprü kuran bir alanı temsil etmesinde yatmaktadır (Austin vd., 2015; Suzumura vd., 2022; Kutz vd., 2022; Ding vd., 2026). Parmak tıklatma testi uzun süredir üst ekstremite motor performansını, hareket hızını ve ince motor kontrolü değerlendiren nicel bir ölçüm olarak kullanılmaktadır (Barut vd., 2013). Daha yeni çalışmalar da parmak tıklatma görevlerinin özellikle ince motor kontrolü değerlendirdiğini, bilişsel performansla ilişki kurabilse de esasen motor işlev

göstergesi olarak konumlandığını belirtmektedir (Suzumura vd., 2022; Ding vd., 2026). Bu nedenle, sağ el toplam skorunun ve ortalama yanıt süresinin düzenleyici çıkması, merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin yalnızca bellek doğruluğu gibi klasik bilişsel göstergelerle değil, işlemleme akıcılığı ve davranışsal yürütüm kapasitesiyle de ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. KKK bakımından bu durum, kişisel kaynağın yalnızca "bilişsel doğru yapma" değil, aynı zamanda talepleri akıcı ve düşük maliyetle yürütebilme kapasitesi anlamına geldiğini göstermektedir (Hobfoll vd., 2018). Bulguların, düşük sağ el performansında merakın etkisinin zayıf ya da anlamsız; performans yükseldikçe ise anlamlı ve pozitif hale gelmesi, kaynak yatırımı ile kişisel kaynak kapasitesi arasındaki uyumun önemini vurgulamaktadır. Bu sonuç, geçmişte parmak tıklatma ölçümlerinin daha çok nörolojik/motor değerlendirme alanında kullanılmış olması nedeniyle literatürden kısmen ayrışmaktadır (Gulde vd., 2021; Spanouli ve Hofmans, 2021; Hayden vd., 2022; Teismann vd., 2022; Carlson vd., 2024). Ancak aynı ayrışma, bu çalışmanın özgün katkısını da oluşturmaktadır: motor-temelli bir performans göstergesi, işyerinde merakın iyi oluşa dönüşmesinde eşik belirleyen bir kaynak göstergesi gibi davranabilmektedir.

Kaynak kazancı döngüsü ne göre bireyler yeterli başlangıç kaynağına sahip olduklarında yeni kaynakları daha etkili biçimde kazanabilmekte, düşük kaynak düzeylerinde ise aynı potansiyel çıktılar ortaya çıkmamaktadır. Sağ el toplam skorunun düşük düzeylerinde merakın ÖİO üzerindeki etkisinin anlamsız kalması, buna karşılık eşik değer olan 17,2571'den sonra etkinin anlamlı ve giderek daha güçlü hâle gelmesi, merakın iyi oluş üretmesi için belirli bir kapasite eşiğinin aşılması gerektiğini göstermektedir. Hobfoll (2001) ve Hobfoll vd. (2018), daha güçlü başlangıç kaynaklarına sahip bireylerin yeni kazanımlar üretme konusunda daha avantajlı olduklarını vurgulamaktadır. Mevcut bulgularda da sağ el performansı belirli bir düzeyin üzerine çıktığında İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin pozitif ve anlamlı biçimde güçlenmesi, merakın ancak yeterli davranışsal-bilişsel yürütüm kapasitesi mevcut olduğunda iyi oluşa dönüştüğünü göstermektedir. Bu örüntü, merakın iyi oluş ilişkili olduğunu ortaya koyan klasik çalışmalarla uyumludur (Peterson vd., 2005; Kashdan ve Steger, 2007). Ancak burada söz konusu ilişkinin bir kapasite eşiği tarafından sınırlandığı görülmektedir. Dolayısıyla sonuçlar, "merak her durumda yararlıdır" biçimindeki basit varsayımı desteklemekten çok, merakın olumlu etkisinin

uygun kişisel kaynaklarla birleştiğinde ortaya çıktığını göstermektedir. Bu bakımdan nörobilişsel performansın bütün alt boyutlarının değil, özellikle işlevsel yürütüm ve tempo boyutlarının merak–iyi oluş ilişkisinde belirleyici olabilmektedir. Elde edilen bulgulardan nörobilişsel performansın tek boyutlu değil, farklı alt bileşenleriyle ve her bir bileşenin KKK'daki kaynak kapasitesi boyutu dikkate alınarak yorumlanması gerektiği tespit edilmiştir.

Nörobilişsel performansın EEG temelli alt boyutları KKK çerçevesinde değerlendirildiğinde, Stroop EEG ve görsel hafıza EEG için beyin bölgelerine göre saptanan anlamlı düzenleyici etkiler, İM'ın ÖİO üzerindeki etkisinin tekdüze ve koşulsuz bir ana etki değil, görev-özgül bireyin nörobilişsel kaynak örüntüsüne bağlı olarak değişen bir kaynak yatırımı olduğunu göstermektedir. KKK'ya göre bireyler mevcut kaynaklarını korumaya ve yeni kaynaklar kazanmaya çalışırlar. Bir yatırımın kazanca dönüşmesi ise başlangıçtaki kaynak kapasitesine bağlı olarak görülmektedir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001; Hobfoll vd., 2018). Bu bağlamda, Stroop, görsel hafıza ve sağ el parmak tıklatma EEG göstergelerinde etkileşim teriminin anlamlı bulunması, işyerinde merakın öznel iyi oluşa katkısının özellikle dikkat kontrolü, çatışma izleme, inhibisyon ve görsel bilgi işleme ile ilişkili nörobilişsel altyapı mevcut olduğunda güçlendiğini desteklemektedir. Nitekim Stroop performansının hemisferik asimetriyle ilişkili olduğunu ve lateralize beyin dinamiklerinin girişim direnciyle bağlantı gösterebildiğini ortaya koyan çalışmalar bu yorumu desteklemektedir (Weekes ve Zaidel, 1996; Belanger ve Cimino, 2002; Vallesi vd., 2017; Ambrosini ve Vallesi, 2017; Chen vd., 2018; Yoon vd., 2024).

Nitekim Stroop performansının hemisferik asimetriyle ve lateralize beyin dinamikleriyle ilişkili olduğuna işaret eden bulgular, mevcut sonucun kuramsal temelini güçlendirmektedir. Dinlenim durumundaki hemisferik EEG asimetrilerinin Stroop görevindeki bireysel performans farklılıklarıyla ilişkili bulunması, girişim denetiminin yalnızca genel bilişsel kapasiteye değil, aynı zamanda lateralize düzenleyici mekanizmalara da dayandığını göstermektedir (Ambrosini ve Vallesi, 2017).

Benzer biçimde, sözel Stroop performansının yapısal hemisferik asimetriler tarafından yordanması, özellikle sol yarıküre ağırlıklılığının bilişsel kontrol süreçlerinde belirleyici olabileceğine işaret etmektedir (Vallesi vd., 2017). Dorsolateral prefrontal korteksin Stroop performansındaki rolünü ele alan çalışmalar da, bilişsel kontrolün lateralizasyonunun görev türüne, Stroop varyantına ve çatışma çözümünün niteliğine göre değişebildiğini ortaya koymaktadır (Vanderhasselt vd., 2009). Ayrıca yakın kızılötesi spektroskopi, EEG ve işlevsel bağlantısallık temelli bulgular, özellikle uyumsuz Stroop koşullarında sol frontal alanların öncülüğünü, soldan sağa bilgi akışını ve frontal asimetri örüntülerini göstererek girişim direncinin lateralize beyin dinamikleriyle ilişkili olduğunu desteklemektedir (Zhang vd., 2014; Chen vd., 2018). Lateralize Stroop paradigmasına dayanan klasik çalışmalar da, girişim etkisinin bazı koşullarda hemisferler arasında farklılaştığını ve bunun anlamsal işlemleme ile dikkat denetimi süreçlerinin yarıküresel kümülatifleşmesiyle ilişkili olabileceğini göstermektedir (Weekes ve Zaidel, 1996; Peterson vd., 1999; Belanger ve Cimino, 2002). Buna ek olarak, klinik örneklemlerde frontal EEG asimetrisi ile Stroop performansı arasındaki ilişkilerin gösterilmiş olması, bu bağlantının yalnızca deneysel laboratuvar bulgularıyla sınırlı olmadığını, farklı örneklemlerde de gözlenebildiğini göstermektedir (Killgore vd., 2007; Yoon vd., 2024). Dolayısıyla mevcut bulgu, Stroop benzeri girişim denetimi süreçlerinde hemisferik asimetrinin yalnızca eşlik eden bir özellik değil, bilişsel kontrolün etkinliğini şekillendiren yapısal ve işlevsel bir mekanizma olduğunu düşündüren önceki literatürle uyumludur.

Görsel ve uzamsal çalışma belleği süreçlerinde sağ hemisfer katkısının, sözel çalışma belleğinde ise sol frontal-parietal ağırlığın daha belirgin olduğuna ilişkin bulgular, görsel hafıza EEG düzenleyici etkisinin neden ortaya çıkabildiğini açıklamaktadır (Nagel vd., 2013; Hartwigsen vd., 2021). Dolayısıyla elde edilen örüntü, merakın ancak uygun bilişsel kontrol ve görsel işleme kaynakları mevcut olduğunda kaynak kazanç sarmalına dönüştüğünü göstermektedir. Elde edilen bulgular merakın iyi oluşla ilişkili olduğunu gösteren önceki çalışmalarla paralellik taşımaktadır (Peterson vd., 2005; Kashdan ve Steger, 2007; Gallagher ve Lopez, 2007).

Sağ el parmak tıklatma EEG verisinde beyin bölgelerine göre anlamlı bir düzenleyici değişken etkisinin bulunduğunu açıkça görülmektedir. İM'nin ÖİO üzerindeki etkisi hem sol hem sağ lob düzeyinde pozitif olmakla birlikte, sol beyin lobu düzeyinde daha güçlü ortaya çıkmaktadır. Elde edilen bulgular parmak tıklatma ölçümlerinin yalnızca ince motor hız ve psikomotor tempo göstergeleri olarak değil, aynı zamanda bazı durumlarda bilişsel kontrol ve lateralize kortikal aktiflenmeyle kesişen ara bir alanı temsil edebileceğini teyit etmektedir. Parmak tıklatma görevlerinin çoğu çalışmada motor performans ve üst ekstremite işlevi ekseninde kullanıldığı bilinmekle birlikte, yakın dönem bulguları bu ölçümlerin bilişsel performans ve nöropsikolojik işleyişle de ilişkilenebildiğini göstermektedir (Barut vd., 2013; Akram vd., 2022; Teismann vd., 2022; Kutz vd., 2022). Dolayısıyla sağ el parmak tıklatma EEG bulgusunun ayrıksı değeri, motor-temelli bir görevin burada bilişsel içerikli merak–iyi oluş ilişkisinde de anlamlı bir nöroblişsel düzenleyici olarak ortaya çıkmasında yatmaktadır (İnan vd., 2025). KKK bakımından bu sonuç, Bazı motor-temelli performans göstergelerinin dahi, merak yatırımının öznel iyi oluşa dönüşmesinde etkili bir kişisel kaynak kapasitesi işlevi görebileceği söylenebilir. Bununla birlikte bu yorumun, parmak tıklatma görevlerinin klasik olarak motor hız, motor kontrol ve lateralize koordinasyonu değerlendirmede kullanılan nöropsikolojik araçlar olduğu göz ardı edilmeden, ihtiyatlı biçimde yapılması gerekmektedir (Kashdan ve Steger, 2007; Barut vd., 2013; Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018).

Elde edilen bulgular "sağ beyin baskın bireyler daha yaratıcıdır, bu yüzden merakın etkisi artar" biçiminde indirgemeci bir dille yorumlanmamalıdır. Güncel nörobilim yazını, hemisferik uzmanlaşmanın gerçek bir olgu olduğunu, ancak "sol beyin–sağ beyin kişilik tipi" biçimindeki popüler anlatının aşırı basitleştirici olduğunu göstermektedir (Nielsen vd., 2013; Hartwigsen vd., 2021). Bu nedenle Stroop ve görsel hafıza EEG bulguları, "sağ beyin baskınlık" gibi kategorik ifadelerle değil, işlevsel asimetri, ağ düzeyinde uzmanlaşma ve görev-özgül kaynak örüntüsü kavramlarıyla birlikte irdelenmelidir. Ayrıca Stroop görevinde duygudurum ve prefrontal lateralizasyon arasındaki bağlantıları gösteren nörogörüntüleme çalışmaları, dikkat kontrolü ve duygusal işleme arasındaki ilişkinin çift yönlü ve karmaşık olduğunu göstermektedir (Killgore vd., 2007; Zhang vd., 2014). Bu açıdan bakıldığında, Stroop EEG ve görsel hafıza EEG için bulunan anlamlı düzenleyici değişken etkisi, merakın

özellikle bilişsel kontrol ile duygusal-davranışsal düzenleme birlikte çalıştığında öznel iyi oluşa daha güçlü dönüştüğüne işaret etmektedir. Bulgular işyerinde merakın sağlıklı işleyiş ve olumlu iş çıktılarıyla ilişkili olduğunu gösteren örgütsel araştırmalarla uyumlu olup ilişkinin bilişsel performans kaynaklarına duyarlı olduğunu vurgulaması bakımından da literatüre katkı sunmaktadır (Mussel, 2013; Kashdan vd., 2020; Blanco-Donoso vd., 2023).

Buna karşılık, sözel hafıza EEG ve parmak tıklama EEG için düzenleyici değişken etkisinin anlamlı bulunmaması, nörobilişsel performansın bütün alt boyutlarının aynı ölçüde düzenleyici işlev görmediğini göstermektedir. KKK açısından bu durum, her kişisel kaynağın her yatırım türü için eşit derecede işlevsel olmadığına ve kaynak-yatırım uyumunun belirleyiciliğine işaret etmektedir (Halbesleben vd., 2014; Hobfoll vd., 2018). Sözel hafıza bağlamında hemisferik asimetri literatürü, sözel bellek ve dil süreçlerinin çoğu zaman sol hemisfer ağırlıklı olduğunu, ancak bireyler arası dağılım ve işlevsel örgütlenmenin oldukça değişken olabildiğini göstermektedir. Dolayısıyla bu alt boyutta EEG temelli bölgesel farkın düzenleyici olarak ortaya çıkmaması kuramsal olarak farklılık arz etmemektedir (Jansen vd., 2009; Everts vd., 2010; Gainotti, 2021). Benzer biçimde, parmak tıklama görevleri her ne kadar lateralizasyon ve kortikal ritimlerle ilişkili olsa da, esasen motor yürütüm ve psikomotor tempo göstergesi olarak kabul edilmektedir (Austin vd., 2015; Seeber vd., 2016; Piccolino, 2023). Bu nedenle merak gibi daha çok keşif, anlamlandırma ve bilişsel yatırım içeren bir yapının iyi oluşa dönüşmesinde sınırlı bir düzenleyici rol üstlenmesi beklenebilmektedir (Seeber vd., 2016; Pflug vd., 2019; Meng vd., 2008). Burada önemli olan nokta, anlamsız düzenleyici değişken etkisinin "nörobilişsel performans önemsizdir" anlamına gelmemesi olup daha çok, merak–iyi oluş ilişkisinde belirleyici olan nörobilişsel kaynakların alan-özgül olduğu anlaşılmaktadır. Bu sonuç, merakın iş bağlamında olumlu çıktılar üretebilmesi için bazı bilişsel sistemlerdeki verimliliğin diğerlerinden daha kritik olabileceğini göstermektedir.

Sonuç olarak, EEG temelli beyin bölgesi bulguları birlikte değerlendirildiğinde, düzenleyici değişken anlamlılığının bütün EEG alt boyutları için değil, Stroop, görsel hafıza ve sağ el parmak tıklama EEG alt boyutları açısından desteklendiği; sözel hafıza EEG ve sol el parmak tıklama EEG alt boyutları açısından ise desteklenmediği bulgulanmıştır. Bu örüntü, araştırmanın genel modeliyle uyumludur: İM bir kaynak yatırımı, nörobilişsel performans kişisel kaynak kapasitesi, ÖİO ise kaynak dengesinin sonucu olarak ele alındığında, merakın her nörobilişsel koşulda aynı sonucu üretmemesi beklenir. Başlangıçta daha uygun kaynak örüntüsüne sahip bireylerde merak, öğrenme, keşif ve çevreyle etkileşim yoluyla daha güçlü psikolojik kazançlar üretebilir; daha az uygun örüntülerde ise bu katkı zayıflayabilir ya da anlamsız hale gelebilir (Hobfoll, 1989; Hobfoll, 2001). Bulgular, merakın iyi oluşla ilişkili olduğunu gösteren klasik yazınla tutarlı olup, bu ilişkinin hangi nörobilişsel altyapı altında güçlendiğini göstermesi bakımından da literatüre katkı sağlamaktadır (Peterson vd., 2005; Kashdan ve Steger, 2007; Gallagher ve Lopez, 2007). EEG temelli hemisferik farklılıkların "sağ/sol beyin kişiliği" gibi popüler bir dille değil, görev-özgül kaynak kapasitesi ve koşullu etki kavramları üzerinden tartışılması gerekliliği elde edilen bulgulardan yapılan bir diğer çıkarım olarak görülmektedir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın temel amacı, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide nörobilişsel performansın düzenleyici rolünü incelemektir. Araştırma, Kaynakların Korunumu Kuramı temelinde kurgulanmış olup işyerinde merak bilişsel ve psikolojik bir kaynak yatırımı, nörobilişsel performans bu yatırımın ne ölçüde verimli sonuç vereceğini belirleyen kişisel kaynak kapasitesi, öznel iyi oluş ise bu kaynak dengesinin psikolojik çıktısı olarak ele alınmıştır. Bu yönüyle çalışma, yalnızca işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki doğrusal ilişkiyi sınamakla kalmamış, aynı zamanda bu ilişkinin hangi koşullarda güçlendiğini, hangi koşullarda zayıfladığını ve hangi bireysel kapasite kategorileri altında farklılaştığını ortaya koymaya çalışmıştır. Elde edilen bulgular, araştırmanın temel kuramsal varsayımlarının önemli ölçüde desteklendiğini ve işyerinde merakın öznel iyi oluşla ilişkili, ancak bu ilişkinin koşulsuz olmayan çok boyutlu bir mekanizma üzerinden işlediğini göstermiştir.

6.1 Sonuç

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizi neticesinde, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu istatistiki olarak tespit edilmiştir. Bulgular, işyerinde merakın öznel iyi oluşla pozitif yönde ilişkili olduğunu ve işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir yordayıcı rol üstlendiğini göstermektedir. Bu sonuç, işyerinde merakın bireyin yalnızca bilgi edinme eğilimini değil, aynı zamanda öğrenme isteğini, çevresel farkındalığını, keşif davranışını ve psikolojik canlılığını besleyen bir kaynak işlevi gördüğünü göstermektedir. Özellikle keşif hazzı ve fikirlere açıklık boyutlarının öznel iyi oluşu anlamlı biçimde yordaması, merakın tüm boyutlarının öznel iyi oluşla aynı yoğunlukta ilişkili olmadığını, daha çok gelişim, açıklık ve gönüllü keşif yönü taşıyan boyutların iyi oluş üzerinde daha belirleyici olduğunu ortaya koymaktadır. Bu durum, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin niceliksel bir merak artışından çok, merakın niteliğine ve hangi boyut üzerinden yaşandığına bağlı olduğunu göstermektedir.

Öznel iyi oluşun alt bileşenleri ile işyerinde merak arasındaki ilişkilerin kuramsal açıdan tutarlı bir örüntüye sahip olduğu görülmektedir. Olumlu duygu ve yaşam doyumu ile öznel iyi oluş arasındaki beklenen pozitif ilişkiler, olumsuz duygu ile öznel iyi oluş arasındaki negatif ilişki ve işyerinde merakın özellikle olumlu psikolojik göstergelerle daha yakın bağlar kurması, araştırmanın hem ölçümsel hem kavramsal bütünlüğünü desteklemektedir. Bu sonuç, öznel iyi oluşun tek boyutlu bir yapı olmadığını, duygusal ve bilişsel bileşenlerin birlikte işlediğini, işyerinde merakın da bu sistemle çok boyutlu biçimde ilişkili olduğunu göstermektedir. Başka bir deyişle işyerinde merak, yalnızca bilişsel bir eğilim olmayıp bireyin yaşamına ve iş deneyimine yüklediği olumlu anlam, psikolojik canlılık ve tatmin duygusuyla da bağlantılı bir yapıdır.

Araştırma bulguları demografik değişkenlerin hem öznel iyi oluş hem de işyerinde merak üzerinde ayırt edici etkilerde bulunabileceğini ortaya koymuştur. Cinsiyet, medeni durum, yerleşim yeri, yaş ve eğitim düzeyi gibi değişkenlere göre bazı alt boyutlarda anlamlı farklılaşmalar elde edilmiştir. Bu sonuç, işyerinde merak ve öznel iyi oluşun yalnızca birey içi psikolojik süreçlerden ibaret olmadığını, aynı zamanda bireyin yaşadığı sosyal çevre, yaşam dönemi, ilişki bağlamı ve eğitimsel konumunun da bu değişkenler üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Merak ve öznel iyi oluş yalnızca kişisel yatkınlıklarla değil, bireyin içinde bulunduğu bağlamın sağladığı ya da sınırladığı kaynaklarla da şekillenmektedir. Bu bağlamda demografik değişkenlere göre gözlenen farklar, yalnızca betimsel grup farkları olmayıp kaynaklara erişim, kaynakları sürdürebilme ve kaynak yatırımı yapabilme kapasitesindeki yapısal farklılıkların yansımaları olarak da yorumlanabilir.

Yaş değişkenine ilişkin bulgular, öznel iyi oluş, olumlu duygu, yaşam doyumu, fikirlere açıklık ve işyerinde merakın bazı yaş dönemlerinde daha güçlü, bazı dönemlerde ise daha kırılgan bir örüntü sergilediğini göstermektedir. Özellikle olumlu duygu, olumsuz duygu, yaşam doyumu, öznel iyi oluş, fikirlere açıklık ve işyerinde merak değişkenlerinin yaş gruplarına göre farklılaştığı belirlenmiştir. Bulgular, bazı değişkenlerde 33-37 yaş grubunun daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu, buna karşılık 38-42 yaş grubunda bazı değişkenlerde düşüş görülebildiğini ortaya koymaktadır. Bu sonuç, yaş gruplarına göre bireylerin psikolojik kaynak

kullanımında, duygusal deneyimlerinde ve işyerindeki merak düzeylerinde farklılaşmalar olabildiğini bulgulamaktadır. Dolayısıyla yaş, bu araştırmada yalnızca tanıtıcı bir demografik değişken değil, işyerinde merak ve öznel iyi oluş örüntülerini etkileyebilen bir bağlam değişkeni olarak görünmektedir. Bu durum, yaşam dönemlerine göre bireyin sahip olduğu bilişsel enerji, iş yükü, sosyal sorumluluk ve gelecek beklentilerinin değişmesiyle ilişkili olabilecektir. Benzer biçimde eğitim düzeyine göre elde edilen bulgular da doğrusal olmayan bir yapı ortaya koymuştur. Özellikle lise düzeyindeki grubun bazı değişkenlerde daha avantajlı görünmesi, eğitim düzeyinin mutlak bir kaynak değil, bağlama göre farklılaşan bir kaynak değeri taşıdığını göstermektedir. Bu sonuç, daha yüksek eğitimin her durumda daha yüksek öznel iyi oluş ya da daha yüksek işyerinde merak üretmediğini ve kaynak beklentisi ile kaynak getirisi arasındaki dengenin burada belirleyici olabileceğini göstermektedir.

Cinsiyet ve medeni duruma ilişkin bulgular da dikkate değerdir. Bazı boyutlarda kadınların, bazı boyutlarda erkeklerin daha yüksek puan alması, evli bireylerin bazı öznel iyi oluş ve merak boyutlarında daha avantajlı görünmesi, psikolojik kaynakların toplumsal rol, ilişki yapısı ve yaşam düzeni ile birlikte düşünüldüğünde daha anlaşılır hâle gelmektedir. Özellikle evlilerin yaşam doyumu, öznel iyi oluş ve bazı merak boyutlarında daha yüksek puan alması, sosyal destek ve ilişki istikrarının öznel iyi oluş açısından koruyucu bir kaynak işlevi görebileceğini bulgulamaktadır. Bununla birlikte bazı alanlarda olumsuz duygunun da yükselmesi, aynı sosyal bağlamların yalnızca kaynak üretmediğini, zaman zaman yeni sorumluluklar ve psikolojik yükler de doğurabileceğini göstermektedir. Bu nedenle araştırma, demografik değişkenleri yalnızca tanıtıcı değişkenler olarak değil, psikolojik kaynakların örgütlenişini etkileyen bağlamsal düzenleyiciler olarak ele almanın daha yerinde olacağını göstermektedir.

Araştırmanın en özgün ve ayırt edici sonucu, nörobilişsel performansın işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide bazı alt boyutlarda düzenleyici rol üstlendiğinin, bazı alt boyutlarda ise bu etkinin ortaya çıkmadığının görülmesidir. Başka bir ifadeyle nörobilişsel performans, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisini homojen ve tek yönlü biçimde düzenlememekte ve bu etki, nörobilişsel performansın hangi boyutla ölçüldüğüne göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır.

Stroop testi doğru yanıt oranı ve yanıt süresi, bazı hafıza göstergeleri, sağ el performansına ilişkin ölçümler ve bazı EEG temelli bulgularda düzenleyici etkiler ortaya çıkarken; görsel hafıza doğru yanıt oranı, bazı sözel hafıza göstergeleri, sol el performansı ve bazı EEG desenlerinde bu etki desteklenmemiştir. Bu bulgu, nörobilişsel performansın tek parça, sabit ve genellenebilir bir kapasite olarak değil, alan-özgül bir kaynak kapasitesi olarak ele alınması gerektiğini göstermektedir.

Düzenleyici etki bulunan nörobilişsel alanlarda ortaya çıkan örüntü, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin ancak belirli bir bilişsel kapasite eşiği aşıldığında daha güçlü hâle geldiğini göstermektedir. Özellikle Johnson–Neyman analizlerinde belirli eşik değerlerin üzerinde merakın etkisinin anlamlı hâle gelmesi, araştırmanın en önemli kuramsal katkılarından biridir. Bu bulgu, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin herkes için aynı düzeyde işlemediğini aksine belirli bir dikkat kontrolü, işlemleme verimliliği, bilişsel esneklik veya performans kapasitesi mevcut olduğunda bu ilişkinin daha görünür ve daha güçlü hâle geldiğini göstermektedir. Dolayısıyla işyerinde merak, tek başına mutlak bir fayda üretmekten çok, belirli nörobilişsel koşullar altında daha işlevsel hâle gelen bir psikolojik kaynak olarak görünmektedir.

EEG temelli bulgular da bu seçici örüntüyü desteklemiştir. Bazı EEG göstergelerinde işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin beyin bölgesi örüntülerine göre farklılaştığı görülürken, bazı EEG göstergelerinde anlamlı bir düzenleyici etki bulunmamıştır. Bu sonuç, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin her nörobilişsel performans için aynı şekilde işlemediğini, bazı bilişsel ve duygusal işlemleme örüntülerinde daha güçlü ortaya çıktığını belirlemiştir. Bu yönüyle araştırma, işyerinde merak literatürüne yalnızca psikolojik değil, nörobilişsel bir boyut da eklemektedir. Özellikle dikkat, görsel işleme ve bazı performans örüntülerinde düzenleyici etkilerin desteklenmesi, merakın psikolojik kazanca dönüşmesinde belirli bilişsel sistemlerin daha merkezi rol oynayabileceğini göstermektedir.

Araştırmadan çıkan genel sonuç, işyerinde merakın öznel iyi oluşu destekleyen önemli bir psikolojik kaynak olduğudur. Ancak bu etkinin doğrusal, evrensel ve bağlamdan bağımsız bir ilişki olarak değerlendirilmemesi gerekmektedir. İşyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisi merakın alt boyutuna, bireyin nörobilişsel kapasitesine, demografik özelliklerine ve yaşadığı çevresel koşullara göre değişmektedir. Bu nedenle araştırma, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin ancak çok boyutlu ve koşullu bir mekanizma olarak anlaşılabileceğini göstermektedir. Bu yönüyle çalışma, hem Kaynakların Korunumu Kuramı'nın örgütsel bağlamdaki açıklayıcılığını güçlendirmekte hem de işyerinde merak çalışmalarına bilişsel kapasite ve nörobilişsel performans boyutunu ekleyerek alanyazına özgün katkı sunmaktadır.

Araştırmanın bir diğer önemli sonucu, hipotezlerin bütünüyle değil, kısmi ve boyuta duyarlı biçimde desteklenmiş olmasıdır. Bu durum, araştırmanın teorik katkısını güçlendirmektedir. Çünkü elde edilen sonuçlar, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin basit ve tek yönlü bir modelle açıklanamayacağını, daha sofistike, bağlamsal ve çok düzeyli yaklaşımların gerekli olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla bu araştırma, işyerinde merakın öznel iyi oluşla ilişkisini yalnızca "var" ya da "yok" biçiminde değil "hangi koşullarda", "hangi kapasite altında" ve "hangi boyutlarda" sorularıyla birlikte ele almanın gerekliliğini ortaya koymuştur.

6.2 Öneriler

İşyerlerinde çalışanların merakını destekleyen öğrenme ve keşif iklimlerinin oluşturulması önemlidir. Çalışanların soru sorma, yeni yöntemler deneme, farklı bakış açıları geliştirme, geri bildirim alma ve çevresel fırsatları araştırma davranışlarının desteklenmesi, yalnızca iş performansı açısından değil, öznel iyi oluş açısından da yararlı olabilir. Özellikle keşif hazzı ve fikirlere açıklık boyutlarının öznel iyi oluşla daha güçlü ilişkili olması, kurumların öğrenmeyi, güvenli denemeyi ve zihinsel açıklığı teşvik eden bir iklim oluşturmasının önemine işaret etmektedir. Bu nedenle örgütlerde yalnızca performans odaklı değil, aynı zamanda keşif odaklı ve psikolojik güvenliği destekleyen insan kaynakları uygulamalarının geliştirilmesi gerekmektedir.

Çalışanların nörobilişsel kapasitesini dolaylı biçimde destekleyen iş tasarımlarının geliştirilmesi önem taşımaktadır. Bulgular, işyerinde merakın öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin bazı bilişsel kapasite eşikleri aşıldığında daha görünür hâle geldiğini göstermiştir. Bu nedenle aşırı bilişsel yük oluşturan, dikkat dağınıklığını artıran, zihinsel toparlanma fırsatlarını sınırlayan ve çalışanı sürekli uyaran bombardımanı altında bırakan iş çevrelerinin yeniden gözden geçirilmesi gerekmektedr. Daha sürdürülebilir dikkat gereksinimi, düzenli mola, görev akışında netlik, çalışma temposunda denge ve zihinsel yenilenmeye alan tanıyan iş tasarımları, merakın daha işlevsel ve iyi oluş üretici biçimde ortaya çıkmasına katkı sağlayabilecektir.

Çalışan refahı ve gelişim programlarında tek tip uygulamalar yerine hedefe duyarlı ve grup farklılıklarını dikkate alan yaklaşımlar benimsenmelidir. Araştırmada yaş, eğitim, medeni durum ve cinsiyet gibi değişkenlere göre anlamlı farklılaşmalar gözlenmiş olması, çalışanların aynı örgütsel uygulamalardan aynı biçimde etkilenmeyeceğini göstermektedir. Bu nedenle genç çalışanlar, orta yaş grupları, farklı eğitim düzeylerine sahip bireyler ve farklı ailevi bağlamlarda yaşayan çalışanlar için daha esnek ve ihtiyaca duyarlı programlar tasarlanmalıdır. Özellikle öznel iyi oluş ve işyerinde merakın gelişimsel ve bağlamsal boyutu dikkate alındığında, insan kaynakları politikalarının grup özelliklerine göre uyarlanması daha etkili olabilecektir.

Yöneticiler ve liderler için özel eğitim programları geliştirilmelidir. İşyerinde merakın gelişebilmesi için çalışanların yalnızca bireysel isteğe değil, aynı zamanda destekleyici bir liderlik iklimine ihtiyaç duyduğu düşünülmektedir. Soru sormayı teşvik eden, hata yapmaya alan tanıyan, yeni fikirleri cezalandırmak yerine değerlendiren ve çalışanların bilişsel katkısını görünür kılan liderlik yaklaşımları, işyerinde merakın öznel iyi oluşa dönüşmesini kolaylaştırabilir. Bu nedenle özellikle orta kademe yöneticilere yönelik psikolojik güvenlik, öğrenme odaklı liderlik ve çalışan merakını destekleyen iletişim biçimleri hakkında eğitimler verilmesi yararlı olabilecektir.

Çalışan sağlığı ve psikolojik iyi oluş programları yalnızca stres azaltma ya da tükenmişliği önleme odaklı değil, aynı zamanda merakı ve bilişsel canlılığı destekleyici unsurlar da içermelidir. Araştırma bulguları, merakın öznel iyi oluşla ilişkili olduğunu ve belirli koşullarda bu ilişkiyi güçlendiren bilişsel kapasite

bileşenlerinin bulunduğunu göstermektedir. Bu nedenle kurum içi gelişim programlarında yaratıcı problem çözme, dikkat yönetimi, bilişsel esneklik, öğrenme motivasyonu ve deneyimsel açıklık gibi alanlara da yer verilmesi faydalı olacaktır. Böylece çalışanların yalnızca sorunlara dayanma kapasitesi değil, olumlu psikolojik gelişim kapasiteleri de desteklenmiş olacaktır.

Değerlendirme ve çalışan izleme sistemlerinde işyerinde merakın da dikkate alınması faydalı olacaktır. Pek çok kurum performans, bağlılık veya tükenmişlik gibi göstergeleri izlemekte, ancak çalışanların çevrelerine ne ölçüde keşif yönelimli yaklaştıkları, yeni bilgi arayışında ne kadar aktif oldukları ve öğrenme motivasyonlarının düzeyi çoğu zaman sistematik biçimde değerlendirilmemektedir. Araştırma sonuçları, işyerinde merakın öznel iyi oluşla ilişkili olduğunu ortaya koyduğundan, çalışan değerlendirme sistemlerinde merak ve öğrenme yönelimiyle ilgili göstergelere de yer verilmesi yararlı olacaktır.

Araştırmacılara yönelik öneriler açısından ise, benzer modellerin farklı sektörlerde, farklı meslek gruplarında ve farklı kültürel bağlamlarda sınanması önemlidir. Bu çalışma belirli bir örneklem ve bölgesel bağlam içinde yürütüldüğü için, elde edilen sonuçların farklı iş kollarında, kamu ve özel sektör örneklemlerinde, büyükşehir ve kırsal bağlamlarda yeniden sınanması modelin genellenebilirliğini artıracaktır. Özellikle işyerinde merakın daha yüksek yaratıcılık gerektiren sektörlerde, rutin işlerin yoğun olduğu sektörlerde ve yüksek bilişsel yük gerektiren işlerde nasıl işlediği karşılaştırmalı biçimde araştırılabilir. Gelecekte boylamsal araştırmalar yapılması önerilmektedir. Mevcut çalışma kesitsel tasarıma dayandığı için değişkenler arasındaki ilişkiler güçlü biçimde ortaya konmuş olsa da yönsellik ve nedensellik konusundaki yorumlar sınırlıdır. Boylamsal çalışmalar, işyerinde merakın zaman içinde öznel iyi oluşu nasıl etkilediğini, öznel iyi oluşun işyerinde merakı nasıl beslediğini ve nörobilişsel performansın bu süreçte nasıl bir rol oynadığını daha açık biçimde gösterebilecektir.

Araştırmacılar deneysel ve yarı deneysel desenlerle merakı artırmaya yönelik müdahalelerin öznel iyi oluş üzerindeki etkisini inceleyebilir. Örneğin öğrenme odaklı eğitimler, problem çözme atölyeleri, yaratıcı görevler ya da psikolojik güvenlik müdahaleleri sonrasında işyerinde merakın ve öznel iyi oluşun nasıl değiştiği araştırılabilir. Bu tür çalışmalar, mevcut korelasyonel ve düzenleyici değişken analizlerini müdahale temelli kanıtlarla destekleyebilir.

Nörobilişsel performansın bazı alt boyutlarında düzenleyici etki bulunurken bazılarında bulunmaması, gelecekte bu alanın daha ayrıntılı ve daha hassas ölçüm araçlarıyla incelenmesini gerekli kılmaktadır. Özellikle dikkat kontrolü, yürütücü işlevler, işlemleme hızı, çalışma belleği, görsel ve sözel işlemleme ile motor performans gibi alanların her biri, işyerinde merak ve öznel iyi oluş ile ayrı ayrı ilişkilendirilebilir. Gelecekteki araştırmalarda yalnızca davranışsal testler ve EEG değil, daha gelişmiş bilişsel performans protokolleri, farklı psikofizyolojik, nörobilişsel ölçümler ve çoklu yöntem kullanımı tercih edilebilir.

İşyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide yalnızca nörobilişsel performans değil, örgütsel ve psikososyal başka değişkenlerin de rolü araştırılabilir. Özellikle psikolojik güvenlik, iş özerkliği, liderlik tarzı, örgütsel destek, iş yükü, tükenmişlik, çalışma iklimi, öğrenme kültürü ve görev anlamlılığı gibi değişkenlerin aracı ya da ek düzenleyici rolleri incelenebilir. Böylece işyerinde merakın hangi koşullarda öznel iyi oluşa dönüştüğü daha ayrıntılı biçimde açıklanabilir.

Merakın tüm boyutlarının aynı işlevi görmediği dikkate alınarak, gelecekte keşif hazzı, yoksunluk hassasiyeti, strese dayanım ve fikirlere açıklık boyutlarının farklı sonuç değişkenleri üzerindeki özgül etkileri ayrı ayrı incelenmelidir. Bu çalışma, özellikle keşif hazzı ve fikirlere açıklığın öznel iyi oluş açısından daha belirleyici olduğunu düşündürdüğü için, gelecekte bu boyutların iş tatmini, bağlılık, tükenmişlik, yenilikçilik, yaratıcılık ve psikolojik dayanıklılık gibi diğer çıktılarla ilişkileri daha ayrıntılı incelenebilir.

Demografik değişkenlerin yalnızca grup karşılaştırmaları düzeyinde değil, çok değişkenli modeller içinde nasıl işlediği de araştırılmalıdır. Özellikle yaş ve eğitim düzeyinin işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi dolaylı olarak etkileyip etkilemediği, bu değişkenlerin nörobilişsel performansla birlikte nasıl bir örüntü oluşturduğu daha karmaşık modellerle test edilebilir. Böylece demografik özelliklerin yalnızca betimsel değil, açıklayıcı rolü de daha net ortaya konabilir.

Son olarak, bu araştırmanın bulguları doğrultusunda, işyerinde merak ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin gelecekte yalnızca psikoloji ve örgütsel davranış literatürü içinde değil, aynı zamanda bilişsel bilim, nöropsikoloji ve çalışma yaşamı araştırmaları arasında köprü kuran disiplinlerarası bir bakışla ele alınması faydalı olacaktır. Bu çalışma, işyerinde merakın yalnızca psikolojik bir eğilim değil, aynı zamanda bilişsel kapasiteyle etkileşim içinde işleyen bir yapı olduğunu göstermektedir. Bu nedenle gelecekte disiplinlerarası araştırmaların artırılması, hem teorik bütünlük hem de uygulamalı katkı açısından önemli olacaktır.

KAYNAKLAR

Acar Güvendir, M. ve Özer Özkan, Y. (2015). Türkiye'deki eğitim alanında yayımlanan bilimsel dergilerde ölçek geliştirme ve uyarlama konulu makalelerin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, *14*(52), 23–33. https://doi.org/10.17755/esosder.54872

Acun, N., Kapıkıran, Ş. ve Kabasakal, Z. (2013). Merak ve keşfetme ölçeği II: Açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, *16*(31), 74–85.

Agresti, A. (2006). Introduction. A. Agresti (Ed.), *An introduction to categorical data analysis* (1-20). John Wiley & Sons.

Aiken, L. S. ve West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interaction*. SAGE Publications.

Akbağ, M. ve Ümmet, D. (2018). Ana-babaya bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun aracı rolü. *Türk Psikoloji Danışma ve Rehberlik Dergisi*, *8*(50), 59–85.

Akça, S. Ö., Selen, F., Demir, E. ve Demir, T. (2018). Cinsiyet ve yaş farklılıklarının ergenlerin depresyon, anksiyete bozukluğu, kendine zarar verme, psikoz, travma sonrası stres bozukluğu, alkol-uyuşturucu bağımlılığı ve dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkili sorunlara etkisi. *Dicle Tıp Dergisi*, 45, 255–264. https://doi.org/10.5798/dicletip.457235

Akhtar, S. (2019). *Silent virtues patience, curiosity, privacy, intimacy, humility and dignity*. Routledge.

Akram, N., Li, H., Ben-Joseph, A., Budu, C., Gallagher, D. A., Bestwick, J. P., Schrag, A., Noyce, A. J. ve Simonet, C. (2022). Developing and assessing a new web-based tapping test for measuring distal movement in parkinson's disease: A distal finger tapping test. *Scientific Reports*, *12*(1), 386. https://doi.org/10.1038/s41598-021-03563-7

Aksoy, S. (2022). Sporda odaklanmış dikkatin önemi. E. A. Uluç (Ed.), *Sporda güncel yaklaşımlar* (150–165). Gazi Kitabevi.

Aktaş, B. (2020). *Test of pragmatic language-2 (TOPL-2) Türkçeye uyarlama çalışması*. [Doktora Tezi]. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi.

Akyürek, Z. (2019). *İktisadi bir kavram olarak öznel iyi oluş ve dindarlık*. [Doktora Tezi]. Süleyman Demirel Üniversitesi.

Alexander, M. P. ve Stuss, D. T. (2000). Disorders of frontal lobe functioning. *Seminars in Neurology*, *20*(4), 427–437. https://doi.org/10.1055/s-2000-13175

Allard, R. ve Landry, R. (1992). Ethnolinguistic vitality beliefs. W. Fase, K. Jaspaert ve S. Kroon (Ed.), *Maintenance and loss of minority languages* (171-195). John Benjamins Publishing.

Altınay, N. (2022). *Öğretmen adaylarının etkileşim kaygısı düzeyleri ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki*. [Yüksek Lisans Tezi]. Bursa Uludağ Üniversitesi.

Altıparmak, İ. G. (2019). *The role and significance of curiosity in philosophy for children*. [Yüksek Lisans Tezi]. Boğaziçi Üniversitesi.

Altunışık, S. (2016). *Ortaokul öğrencilerinin fene yönelik merak, motivasyon ve akademik başarıları arasındaki ilişkilerinin incelenmesi: Bir yapısal eşitlik modellemesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Uşak Üniversitesi.

Amabile, T. M. (1993). Motivational synergy: Toward new conceptualizations of ıntrinsic and extrinsic motivation in the workplace. *Human Resource Management Review*, *3*(3), 185–201. https://doi.org/10.1016/1053-4822(93)90012-S

Amabile, T. M., Hil, K. G., Hennessey, B. A. ve Tighe, E. M. (1994). The work preference inventory: Assessing intrinsic and extrinsic motivational orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *66*(5), 950–967. https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.580

Ambrosini, E. ve Vallesi, A. (2017). Domain-general stroop performance and hemispheric asymmetries: A resting-state EEG study. *Journal of Cognitive Neuroscience*, *29*(5), 769–779. https://doi.org/10.1162/jocn_a_01076

Anderson, P. J., Anderson, V., Northam, E. ve Taylor, H. G. (2000). Standardization of the contingency naming test (CNT) for school-aged children: A measure of reactive flexibility. D. L. Muriel, D. B. Howieson, E. D. Bigler ve D. Tranel (Ed.), *Clinical neuropsychological assessment* (247–273). Psymex Limited.

Anderson, Peter. (2002). Assessment and development of executive function (EF) during childhood. *Child Neuropsychology*, *8*(2), 71–82. https://doi.org/10.1076/chin.8.2.71.8724

Anderson, T. W. ve Rubin, H. (1956). Satatistical inference in factor analysis. *Proceedings of the third Berkeley Symposium on Mathematical Statistics and Probability*, 5, 111–149.

Andrews, F. M. ve Inglehart, R. F. (1979). The structure of subjective well-being in nine western societies. *Social Indicators Research*, *6*(1), 73–90. https://doi.org/10.1007/BF00305437

Andrews, F. M. ve Robinson, J. P. (1991). Measures of subjective well-being. J. P. Robinson, P. R. Shaver ve L. S. Wrightsman (Ed.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (61-114). Academic Press.

Aoki, T. ve Fukuoka, Y. (2010). Finger tapping ability in healthy elderly and young adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, *42*(3), 449–455. https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e3181b7f3e1

Aparicio-Flores, M. P., Fernández-Sogorb, A., Fuster-Rico, A. ve Pérez-Marco, M. (2026). Psychometric properties of the curiosity and exploration inventory (CEI-II) and its relationship with the attitudes of Spanish future teachers toward plastic arts education. *Acta Psychologica*, *263*, 1-11. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2026.106230

Arafat, S., Chowdhury, H., Qusar, M. ve Hafez, M. (2016). Cross cultural adaptation and psychometric validation of research instruments: A methodological review. *Journal of Behavioral Health*, *5*(3), 129-136. https://doi.org/10.5455/jbh.20160615121755

Araki, S. (2022). Does education make people happy? Spotlighting the overlooked societal condition. *Journal of Happiness Studies*, *23*(2), 587–629. https://doi.org/10.1007/s10902-021-00416-y

Arleo, A., Bareš, M., Bernard, J. A., Bogoian, H. R., Bruchhage, M. M. K., Bryant, P., Carlson, E. S., Chan, C. C. H., Chen, L. K., Chung, C. P., Dotson, V. M., Filip, P., Guell, X., Habas, C., Jacobs, H. I. L., Kakei, S., Lee, T. M. C., Leggio, M., Misiura, M., … Manto, M. (2024). Consensus paper: Cerebellum and ageing. *Cerebellum*, *23*(2), 802–832. https://doi.org/10.1007/s12311-023-01577-7

Arnsten, A. F. T. (2009). Stress signalling pathways that impair prefrontal cortex structure and function. *Nature Reviews Neuroscience*, *10*(6), 410–422. https://doi.org/10.1038/nrn2648

Arrindell, W. A. ve van der Ende, J. (1985). An empirical test of the utility of the observations-to-variables ratio in factor and components analysis. *Applied Psychological Measurement*, *9*(2), 165–178. https://doi.org/10.1177/014662168500900205

Ashforth, B. E. ve Fried, Y. (1988). The mindlessness of organizational behaviors. *Human Relations*, *41*(4), 305–329.

Astolfi, L., Cincotti, F., Babiloni, C., Carducci, F., Basilisco, A., Rossini, P. M., Salinari, S., Mattia, D., Cerutti, S., BenDayan, D., Ding, L., Ni, Y., He, B. ve Babiloni, F. (2005). Estimation of the cortical connectivity by high-resolution EEG and structural equation modeling: Simulations and application to finger tapping data. *IEEE Transactions on Biomedical Engineering*, *52*(5), 757–768. https://doi.org/10.1109/TBME.2005.845371

Ateş, G. (2018). *Associated factors of subjective well-being in married individuals: Online infidelity tendency, gender roles, and marital satisfaction*. [Doctoral Dissertation]. Middle East Technical University.

Atkinson, R. C. ve Shiffrin, R. M. (1968). Human memory: A proposed system and its control processes. K. W. Spence ve J. T. Spence (Ed.), *Psychology of learning and motivation* (89–195). Academic Press.

Austin, D., McNames, J., Klein, K., Jimison, H. ve Pavel, M. (2015). A statistical characterization of the finger tapping test: Modeling, estimation, and applications. *IEEE Journal of Biomedical and Health Informatics*, *19*(2), 501–507. https://doi.org/10.1109/JBHI.2014.2384911

Avey, J. B., Luthans, F., Smith, R. M. ve Palmer, N. F. (2010). Impact of positive psychological capital on employee well-being over time. *Journal of Occupational Health Psychology*, *15*(1), 17–28. https://doi.org/10.1037/a0016998

Avis, N. E., Colvin, A., Hess, R. ve Bromberger, J. T. (2021). Midlife factors related to psychological well-being at an older age: Study of women's health across the nation. *Journal of Women's Health*, *30*(3), 332–340.

Axmacher, N., Schmitz, D. P., Wagner, T., Elger, C. E. ve Fell, J. (2008). Interactions between medial temporal lobe, prefrontal cortex, and inferior temporal regions during visual working memory: A combined intracranial EEG and functional magnetic resonance imaging study. *Journal of Neuroscience*, *28*(29), 7304–7312. https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.1778-08.2008

Aydın, A., Yılmaz, K. ve Altınkurt, Y. (2013). Eğitim yönetiminde pozitif psikoloji. *International Journal of Human Sciences*, *10*(1), 1470–1490.

Aydınay Satan, A. (2014). Dini inanç ve bilişsel esneklik düzeylerinin öznel iyi oluş düzeyine olan etkisi. *21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum Dergisi*, *3*(7), 50–74.

Babbie, E. (2020). *The practice of social research*. Cengage Learning.

Bacanlı, H. ve Türk Kurtça, T. (2020). Eğitim psikolojisi açısından merak: Genel bir değerlendirme. *Journal of Education*, *17*(1), 103–120. https://doi.org/10.5152/hayef.2020.1923

Baddeley, A. (2003). Working memory: Looking back and looking forward. *Nature Reviews Neuroscience*, *4*(10), 829–839. https://doi.org/10.1038/nrn1201

Baddeley, A. D. ve Hitch, G. (1993). The recency effect: Implicit learning with explicit retrieval? *Memory & Cognition*, *21*(2), 146–155.

Baker, S. C., Rogers, R. D., Owen, A. M., Frith, C. D., Dolan, R. J., Frackowiak, R. S. J. ve Robbins, T. W. (1996). Neural systems engaged by planning: A PET study of the tower of London task. *Neuropsychologia*, *34*(6), 515–526. https://doi.org/10.1016/0028-3932(95)00133-6

Bakker, A. B. ve Demerouti, E. (2017). Job demands-resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, *22*, 273–285.

Bal, F. (2021). Neurocognitive investigation of the stroop effect. Cyprus Turkish *Journal of Psychiatry and Psychology*, *3*(3), 223–228. https://doi.org/10.35365/ctjpp.21.3.24

Banks, S. J., Jones-Gotman, M., Ladowski, D. ve Sziklas, V. (2012). Sex differences in the medial temporal lobe during encoding and recognition of pseudowords and abstract designs. *NeuroImage*, *59*(2), 1888–1895. https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2011.08.087

Barak, Y. (2006). The immune system and happiness. *Autoimmunity Reviews*, *5*(8), 523–527. https://doi.org/10.1016/j.autrev.2006.02.010

Barut, Ç., Kiziltan, E., Gelir, E. ve Köktürk, F. (2013). Advanced analysis of finger-tapping performance: A preliminary study. *Balkan Medical Journal*, *30*(2), 167–171. https://doi.org/10.5152/balkanmedj.2012.105

Basu, S. (2022). Examining the reliability and validity of computerized stroop test in children aged 5-13 Years: A preliminary study. *Quality & Quantity*, *57*(1), 645–653. https://doi.org/10.1007/s11135-022-01376-y

Batshaw, M. L., Roizen, N. J. ve Lotrecchiano, G. R. (2013). *Children with Disabilities*. Paulh Brookes Publishing.

Batz, C. ve Tay, L. (2018). Gender differences in subjective well-being. E. Diener ve L. Tay (Ed.), *Handbook of well-being* (358–372). DEF Publishers.

Baumeister, R. F., Vohs, K. D. ve Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, *16*(6), 351–355. https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x

Bayık, M. E. ve Gürbüz, S. (2016). Ölçek uyarlamada metodoloji sorunu: Yönetim ve örgüt alanında uyarlanan ölçekler üzerinden bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, *3*(1), 1. https://doi.org/10.18394/iid.15648

Bayır, F. N. (2019). *The effect of workplace ostracism on syrian men asylum seekers' perceived stress and subjective well-being*. [Yüksek Lisans Tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.

Beaton, D., Bombardier, C., Guillemin, F. ve Ferraz, M. B. (2007). Recommendations for the cross-cultural adaptation of the DASH &. *Institute for Work & Health*, *1*(1), 1–45.

Beaton, D. ve Guillemin, F. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *SPINE*, *25*(24), 3186–3191.

Behling, O., Labovitz, G. ve Kosmo, R. (1968). The herzberg controversy: A critical reappraisal. *Academy of Management Journal*, *11*(1), 99–108.

Bekdik Şirinocak, P., Tunçay, N., Özçelik, M. M., Şener, U. ve Zorlu, Y. (2009). Parkinson hastalığında motor semptomların başlama tarafı ile kognitif disfonksiyon arasındaki ilişki. *Journal of Neurological Sciences*, *26*(2), 179–184.

Belanger, H. G. ve Cimino, C. R. (2002). The lateralized stroop: A meta-analysis and its implications for models of semantic processing. *Brain and Language*, *83*(3), 384–402. https://doi.org/10.1016/S0093-934X(02)00508-4

Bell, B., Rose, C. L. ve Damon, A. (1972). The normative aging study: An interdisciplinary and longitudinal study of health and aging. *Aging and Human Development*, *3*(1), 5–17. https://doi.org/10.2190/ggvp-xlb5-pc3n-ef0g

Berka, C., Levendowski, D. J., Lumicao, M. N., Yau, A., Davis, G., Zivkovic, V. T., Olmstead, R. E., Tremoulet, P. D. ve Craven, P. L. (2007). EEG correlates of task engagement and mental workload in vigilance, learning, and memory tasks. *Aviation, Space, and Environmental Medicine*, *78*(5), 231–244.

Berlyne, D. E. (1950). Novelty and curiosity as determinants of exploratory behaviour. British Journal of Psychology. *General Section*, *41*(1–2), 68–80. https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1950.tb00262.x

Berlyne, D. E. (1954). A theory of human curiosity. *British Journal of Psychology*, *45*(3), 180–191.

Berlyne, D. E. (1957). Conflict and information-theory variables as determinants of human perceptual curiosity. *Journal of Experimental Psychology*, *53*(6), 399–404. https://doi.org/10.1037/h0049194

Berlyne, D. E. (1960). *Conflict, arousal, and curiosity*. McGraw-Hill.

Berlyne, D. E. (1962). Uncertainty and epistemic curiosity. *British Journal of Psychology, 53*(1), 27–34. https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1962.tb00811.x

Berlyne, D. E. (1966). Curiosity and exploration. *Science, 153*(3731), 25–33. https://doi.org/10.1126/science.153.3731.25

Berridge, C. W. ve Spencer, R. C. (2016). Differential cognitive actions of norepinephrine a2 and a1 receptor signaling in the prefrontal cortex. *Brain Research, 1641,* 189–196. https://doi.org/10.1016/j.brainres.2015.11.024

Berridge, K. C. (1996). Food reward: Brain substrates of wanting and liking. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 20*(1), 1–25.

Berridge, K. C. (1999). Pleasure, pain, desire, and dread: Hidden core processes of emotion. D. Kahneman, E. Diener ve N. Schwarz (Ed.), *Well-being: Foundations of hedonic psychology* (252–557). Russell Sage Foundation.

Berridge, K. C. (2001). Reward learning: Reinforcement, incentives, and expectations. T. L. Medin (Ed.), *Psychology of learning and motivation - advances in research and theory* (223–278). Academic Press.

Berridge, K. C. (2003). Pleasures of the brain. *Brain and Cognition, 52*(1), 106–128. https://doi.org/10.1016/S0278-2626(03)00014-9

Bıkmaz Bilgen, O. ve Doğan, N. (2017). Puanlayıcılar arası güvenirlik belirleme tekniklerinin karşılaştırılması. *Eğitimde ve Psikolojide Ölçme ve Değerlendirme Dergisi, 8*(1), 63–63. https://doi.org/10.21031/epod.294847

Bi, S., Maes, M., Stevens, G. W. J. M., de Heer, C., Li, J.-B., Sun, Y. ve Finkenauer, C. (2025). Trust and subjective well-being across the lifespan: A multilevel meta-analysis of cross-sectional and longitudinal associations. *Psychological Bulletin, 151*(6), 737–766. https://doi.org/10.1037/bul0000480

Biçer, R. (2011). Kişilik ve bir Kur'an terimi olarak şakile. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 31*(2), 399–418. https://doi.org/10.17152/gefd.60964

Biederman, I. ve Vessel, E. A. (2006). Perceptual pleasure and the brain. *American Scientist, 94*(3), 247–253. https://www.jstor.org/stable/27858773

Black, W. ve Babin, B. J. (2019). Multivariate data analysis: Its approach, evolution, and impact. B. J. Babin ve M. Sarstedt (Ed.), *The great facilitator* (121–130). Springer International Publishing.

Blanco-Donoso, L. M., Hodzic, S., Garrosa, E., Carmona-Cobo, I. ve Kubicek, B. (2023). Work intensification and its Effects on mental health: The role of workplace curiosity. *The Journal of Psychology*, *157*(7), 423–450. https://doi.org/10.1080/00223980.2023.2235069

Blumenberg, H. (1983). *The legitimacy of the modern age*. MIT Press.

Bogen, J. E. ve Bogen, G. M. (1976). Wernicke's region–where is it? Annals of the New York. *Academy of Sciences*, *280*(1), 834–843. https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1976.tb25546.x

Boone, K. B. (2018). Assessment of neurocognitive performance validity. J. E. Morgan ve J. H. Ricker (Ed.), *Textbook of clinical neuropsychology* (39–50). Routledge.

Botvinick, M. M., Braver, T. S., Barch, D. M., Carter, C. S. ve Cohen, J. D. (2001). Conflict monitoring and cognitive control. *Psychological Review*, *108*(3), 624–652. https://doi.org/10.1037/0033-295X.108.3.624

Bouchard, T. J. ve Loehlin, J. C. (2001). Genes, evolution, and personality. *Behavior Genetics*, *31*(3), 243–272.

Boyle, G. J. (1989). Breadth-depth or state-trait curiosity? A factor analysis of state-trait curiosity and state anxiety scales. *Personality and Individual Differences*, *10*(2), 175–183. https://doi.org/10.1016/0191-8869(89)90201-8

Brainard, D. H. (1997). The psychophysics toolbox. *Spatial Vision*, *10*(4), 433–436. https://doi.org/10.1163/156856897X00357

Brennan, R. L. ve Prediger, D. J. (1981). Coefficient kappa: Some uses, misuses, and alternatives. *Educational and Psychological Measurement*, *41*(3), 687–699. https://doi.org/10.1177/001316448104100307

Brickman, P. (1975). Adaptation level determinants of satisfaction with equal and unequal outcome distributions in skill and chance situations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *32*(2), 191–198. https://doi.org/10.1037//0022-3514.32.2.191

Brislin, R. W. (1970). Back-translation for cross-cultural research. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *1*(3), 185–216. https://doi.org/10.1177/135910457000100301

Brown, G. D. A., Neath, I. ve Chater, N. (2007). A temporal ratio model of memory. *Psychological Review*, *114*(3), 539–576. https://doi.org/10.1037/0033-295X.114.3.539

Bruchmann, M., Herper, K., Konrad, C., Pantev, C. ve Huster, R. J. (2010). Individualized EEG source reconstruction of stroop interference with masked color words. *NeuroImage*, *49*(2), 1800–1809. https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2009.09.032

Brunyé, T. T., Smith, A. M., Horner, C. B. ve Thomas, A. K. (2018). Verbal long-term memory is enhanced by retrieval practice but impaired by prefrontal direct current stimulation. *Brain and Cognition*, *128*, 80–88. https://doi.org/10.1016/j.bandc.2018.09.008

Buhner, N. Y., Rogozina, I. V., Tsyganenko, N. V., Tiskova, O. V. ve Bespalova, N. N. (2022). Relationship between gender and subjective well-being: Survey of married couples. *SHS Web of Conferences*, 134, 00128. https://doi.org/10.1051/shsconf/202213400128

Burger, M., Courchesne, S., Kostarakos, I., Peroni, C., Sarracino, F. ve Stavropoulos, S. (2025). Subjective well-being and regional productivity in the European Union. *The Annals of Regional Science*, *74*(3), 88. https://doi.org/10.1007/s00168-025-01415-0

Burke, E. (1824). *A philosophical enquiry into the origin of our ideas of the sublime and beautiful: With an introductory discourse concerning taste and several other additions*. Robertson & Co.

Bush, G., Luu, P. ve Posner, M. I. (2000). Cognitive and emotional influences in anterior cingulate cortex. *Trends in Cognitive Sciences*, *4*(6), 215–222. https://doi.org/10.1016/S1364-6613(00)01483-2

Büyükcebeci, A. (2017). *Ergenlerde sosyal dışlanma, yalnızlık ve okul öznel iyi oluş arasındaki ilişki: Empatik eğilimin aracı rolü*. [Doktora Tezi]. Yıldız Teknik Üniversitesi.

Büyükgöze Kavas, A. ve Ünal, Ş. (2019). Çalışma iradesi ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Kariyer Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, *2*(2), 194–214.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, E. Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. PEGEM.

Cameron, P. (1975). Mood as an indicant of happiness: Age, sex, social class, and situational differences. *Journals of Gerontology*, *30*(2), 216–224. https://doi.org/10.1093/geronj/30.2.216

Campbell, D. T. ve Fiske, D. W. (1959). Convergent and discriminant validation by the multitrait-multimethod matrix. *Psychological Bulletin*, *56*(2), 81–105. https://doi.org/10.1037/h0046016

Carlson, D. S., Perry, S. J., Kacmar, M., Wan, M. (Maggie) ve Thompson, M. J. (2024). When work and family collide: 'Resource Caravans' of personal and contextual resources in remote work. *New Technology, Work and Employment*, *39*(1), 19–38. https://doi.org/10.1111/ntwe.12274

Casillo, S. M., Luy, D. D. ve Goldschmidt, E. (2020). A history of the lobes of the brain. *World Neurosurgery*, *134*, 353–360.

Celik, P., Storme, M., Davila, A. ve Myszkowski, N. (2016). Work-related curiosity positively predicts worker innovation. *Journal of Management Development*, *35*(9), 1184–1194. https://doi.org/10.1108/JMD-01-2016-0013

Ceylan, Ş., Kahraman, Ö. G. ve Ülker, P. (2015). Çocukların meraklarına ilişkin annelerin ve öğretmenlerin düşünceleri: Bilim kavramı. *Karabük University Journal of Institute of Social Sciences*, *5*(1), 1–16. https://doi.org/10.14230/joiss108

Chang, A. M., Chau, J. P. C. ve Holroyd, E. (1999). Translation of questionnaires and issues of equivalence. *Journal of Advanced Nursing*, *29*(2), 316–322. https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.1999.00891.x

Chang, Y. ve Shih, H. (2019). Work curiosity: A new lens for understanding employee creativity. *Human Resource Management Review*, *29*(4), 100672. https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2018.10.005

Chayer, C. ve Freedman, M. (2001). Frontal lobe functions. *Current Neurology and Neuroscience Reports*, *1*(6), 547–552. https://doi.org/10.1007/s11910-001-0060-4

Chen, K. ve Hsu, Y. (2021). Developing a model of backpackers' exploratory curiosity. *Tourism and Hospitality Management*, *27*(1), 1–23. https://doi.org/10.20867/thm.27.1.1

Chen, N., Chen, H.-C. ve Lin, S.-Y. (2019). Effect of education–occupation mismatch on happiness. *International Journal of Social Economics*, *47*(1), 86–110. https://doi.org/10.1108/IJSE-04-2019-0283

Chen, S., Westman, M. ve Hobfoll, S. E. (2015). The commerce and crossover of resources: Resource conservation in the service of resilience. *Stress and Health*, *31*(2), 95–105. https://doi.org/10.1002/smi.2574

Chen, Z., Zhao, X., Fan, J. ve Chen, A. (2018). Functional cerebral asymmetry analyses reveal how the control system implements its flexibility. *Human Brain Mapping*, *39*(12), 4678–4688. https://doi.org/10.1002/hbm.24313

Chen, Z. ve Zou, L. (2021). The stroop effect under the ınterference of language. *Proceedings of the 2021 International Conference on Public Relations and Social Sciences (ICPRSS 2021)*, 432–435. https://doi.org/10.2991/assehr.k.211020.195

Chen, H. Y., Chang, Y. Y., ve Yang, Y. J. (2025). How does work curiosity affect employees' creativity and innovation: Do task characteristics matter? *Technovation*, 146, Article 103288.

Chowdhury, S. F. (2020). *EEG based assessment of emotional wellbeing in smart environment*. [Master Thesis]. University of Oulu.

Ciminli, A. (2022). Okulda öznel iyi oluşun yordayıcıları olarak akademik öz-yeterlik ve umut. *Uluslararası Türk Kültür Coğrafyasında Sosyal Bilimler Dergisi*, *7*(1), 37–50. https://doi.org/10.55107/turksosbilder.1063908

Cirhinlioglu, F. G. ve Ok, Ü. (2010). İnanç ya da dünya görüşü biçimleri ile intihara yönelik tutum, depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler. *Cumhuriyet Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *34*(1), 1–8. http://dergi.cumhuriyet.edu.tr/cumusosbil/article/view/1008000503

Civil, S. N. (2021). *Evli bireylerde cinsiyet rolleri ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin öznel iyi oluşa etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Clark, L. A. ve Watson, D. (1993). Constructing validity basic issues in objective scale development. *Psychosocial Assessment, 7*(3), 309–319.

Clark, S. ve Seider, S. (2017). Developing critical curiosity in adolescents. Equity & *Excellence in Education*, *50*(2), 125–141. https://doi.org/10.1080/10665684.2017.1301835

Clinebell, H. J. J. (1965). *The mental health ministry of the local church*. Abingdon Press.

Cohen, J. (1960). A coefficient of agreement for nominal scales. *Educational and Psychological Measurement*, *20*(1), 37–46.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Lawrence Erlbaum Associates.

Cohen, J. D., Dunbar, K. ve McClelland, J. L. (1990). On the control of automatic processes: A parallel distributed processing account of the stroop effect. *Psychological Review*, *97*(3), 332–361. https://doi.org/10.1037//0033-295x.97.3.332

Collie, A., Maruff, P., Darby, D. G. ve McStephen, M. (2003). The effects of practice on the cognitive test performance of neurologically normal individuals assessed at brief test-retest intervals. *Journal of the International Neuropsychological Society*, *9*(3), 419–428. https://doi.org/10.1017/S1355617703930074

Corbetta, M., Kincade, J. M., Ollinger, J. M., McAvoy, M. P. ve Shulman, G. L. (2000). Voluntary orienting is dissociated from target detection in human posterior parietal cortex. *Nature Neuroscience*, *3*(3), 292–297. https://doi.org/10.1038/73009

Corbetta, M. ve Shulman, G. L. (2002). Control of goal-directed and stimulus-driven attention in the brain. *Nature Reviews Neuroscience*, *3*(3), 201–215. https://doi.org/10.1038/nrn755

Costa, P. T. ve McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, *38*(4), 668–678. https://doi.org/10.1037/0022-3514.38.4.668

Costa, P. T., Terracciano, A. ve McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: Robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, *81*(2), 322–331. https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.2.322

Coster, W. J. ve Mancini, M. C. (2015). Recommendations for translation and cross-cultural adaptation of instruments for occupational therapy research and practice. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, *26*(1), 50. https://doi.org/10.11606/issn.2238-6149.v26i1p50-57

Coutts, J. J. ve Hayes, A. F. (2023). Questions of value, questions of magnitude: An exploration and application of methods for comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, *55*(7), 3772–3785. https://doi.org/10.3758/s13428-022-01988-0

Cowan, N. (1988). Evolving conceptions of memory storage, selective attention, and their mutual constraints within the human ınformation-processing system. *Psychological Bulletin*, *104*(2), 163–191. https://doi.org/10.1037/0033-2909.104.2.163

Craig, M., Dewar, M., Turner, G., Collier, T. ve Kapur, N. (2022). Evidence for superior encoding of detailed visual memories in deaf signers. *Scientific Reports*, *12*(1), 1–9. https://doi.org/10.1038/s41598-022-13000-y

Cronbach, L. J. (1951). Coefficient Alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, *16*(3), 297–334. https://doi.org/10.1007/BF02310555

Cropanzano, R., Weiss, H. M., Hale, J. M. S. ve Reb, J. (2003). The structure of affect: Reconsidering the relationship between negative and positive affectivity. *Journal of Management*, *29*(6), 831–857. https://doi.org/10.1016/S0149-2063(03)00081-3

Crowder, R. G. (1993). Short-term memory: Where do we stand? *Memory & Cognition*, *21*(2), 142–145. https://doi.org/10.3758/BF03202725

Csikszentmihalyi, M., Rathunde, K. ve Whalen, S. (1997). *Talented teenagers: The roots of success and failure*. Cambridge University Press.

Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. *Choice Reviews Online*, *28*(01), 28-0597-28–0597. https://doi.org/10.5860/choice.28-0597

Csikszentmihalyi, M., Abuhamdeh, S. ve Nakamura, J. (2014). Flow. R. Chevy (Ed.), *Flow and the foundations of positive psychology* (227–238). Springer Netherlands.

Cuevas, K., Calkins, S. D. ve Bell, M. A. (2016). To stroop or not to stroop: Sex-related differences in brain-behavior associations during early childhood. *Psychophysiology*, *53*(1), 30–40. https://doi.org/10.1111/psyp.12464

Cummins, R. (2000). Personal income and subjective well-being: A review. *Journal of Happiness Studies*, *1*(2), 133–158.

Çakmak, Ö. (2008). Eğitimin ekonomi ve kalkınmaya etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11, 33–41.

Çakmur, H. (2012). Araştırmalarda ölçme-güvenilirlik-geçerlilik. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, *11*(3), 339–344. https://doi.org/10.5455/pmb.1-1322486024

Çapık, C., Gözüm, S. ve Aksayan, S. (2018). Intercultural scale adaptation stages, language and culture adaptation: Updated guideline. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*, *26*(3), 199–210. https://doi.org/10.26650/fnjn397481

Çelik, Z. ve Uslu, A. (2023). *Çevrim içi bilgi arama süreci*. Nobel Bilimsel Eserler.

Çetin, F. ve Basım, H. N. (2012). Örgütsel psikolojik sermaye: Bir ölçek uyarlama çalışması. *Amme İdaresi Dergisi*, *5*(1), 121–137.

Çetin, F., Turgut, H. ve Sözen, H. C. (2015). Öznel iyi oluşun yordanmasında sabit kişilik örüntüsü: Psikolojik sermayenin aracılık rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, *30*(76), 68–75.

Çevik, S. ve Taşar, M. O. (2016). Urban-rural differences in subjective well-being: Turkey. *Horticulture and Landscape Architecture*, *37*, 23–39.

Da Rosa Piccolo, L., Sbicigo, J. B., Grassi-Oliveira, R. ve de Salles, J. F. (2014). Do socioeconomic status and stress reactivity really impact neurocognitive performance? *Psychology and Neuroscience*, *7*(4), 567–575. https://doi.org/10.3922/j.psns.2014.4.16

Dan-Glauser, E. S. ve Scherer, K. R. (2011). The geneva affective picture database (GAPED): A new 730-picture database focusing on valence and normative significance. *Behavior Research Methods*, *43*(2), 468–477. https://doi.org/10.3758/s13428-011-0064-1

Darfler, M., Cruz-Garza, J. G. ve Kalantari, S. (2022). An EEG-based investigation of the effect of perceived observation on visual memory in virtual environments. *Brain Sciences*, *12*(2). https://doi.org/10.3390/brainsci12020269

Day, H. I. (1982). Curiosity and the interested explorer. *Performance & Instruction*, *21*(4), 19–22. https://doi.org/10.1002/pfi.4170210410

Dayan, P., Kakade, S. ve Montague, P. R. (2000). Learning and selective attention. *Nature Neuroscience*, *3*(S11), 1218–1223. https://doi.org/10.1038/81504

De Neve, J., Diener, E., Tay, L. ve Xuereb, C. (2013). The objective benefits of subjective well-being. J. Helliwell, R. Layard ve J. Sachs (Ed.), *World Happiness Report OECD* (1236/1–35). UN Sustainable Development Solutions Network.

De Neve, K. M. ve Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *124*(2), 197–229. https://doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197

De Toledo-Morrell, L., Dickerson, B., Sullivan, M. P., Spanovic, C., Wilson, R. ve Bennett, D. A. (2000). Hemispheric differences in hippocampal volume predict verbal and spatial memory performance in patients with Alzheimer's disease. *Hippocampus*, *10*(2), 136–142.

De Witt, I. ve Rauschecker, J. P. (2013). Wernicke's area revisited: Parallel streams and word processing. *Brain and Language*, *127*(2), 181–191. https://doi.org/10.1016/j.bandl.2013.09.014

De Vries, I. E. J., van Driel, J. ve Olivers, C. N. L. (2017). Posterior α EEG dynamics dissociate current from future goals in working memory-guided visual search. *Journal of Neuroscience*, *37*(6), 1591–1603. https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2945-16.2016

Deci, E. L., Olafsen, A. H. ve Ryan, R. M. (2017). Self-determination theory in work organizations: The state of a science. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, *4*(1), 19–43. https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113108

Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, *11*(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (1993). Self determination theory and its significance for pedagogy. *Zeitschrift für Pädagogik*, *19*(1), 223–228. https://doi.org/10.1190/1.1815811

Delgado, M. R., Locke, H. M., Stenger, V. A. ve Fiez, J. A. (2003). Dorsal striatum responses to reward and punishment: Effects of valence and magnitude manipulations. *Cognitive, Affective and Behavioral Neuroscience*, *3*(1), 27–38.

Delgado, M. R., Nystrom, L. E., Fissell, C., Noll, D. C. ve Fiez, J. A. (2000). Tracking the hemodynamic responses to reward and punishment in the striatum. *Journal of Neurophysiology*, *84*(6), 3072–3077.

Della Sala, S., Gray, C., Spinnler, H. ve Trivelli, C. (1998). Frontal lobe functioning in man: The riddle revisited. *Archives of Clinical Neuropsychology*, *13*(8), 663–682. https://doi.org/10.1016/S0887-6177(97)00093-0

DeMaris, A. (2018). Marriage advantage in subjective well-being: Causal effect or unmeasured heterogeneity? *Marriage & Family Review*, *54*(4), 335–350.

Demerouti, E. (2025). Job demands-resources and conservation of resources theories: How do they help to explain employee well-being and future job design? *Journal of Business Research*, *192*(May), 115296. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2025.115296

Demirel, M. ve Coşkun, Y. D. (2009). Üniversite öğrencilerinin meraklılık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *9*(18), 111–134.

Dempster, A. P. (1971). An overview of multivariate data analysis. *Journal of Multivariate Analysis*, *1*(3), 316–346.

Dezutter, J., Waterman, A. S., Schwartz, S. J., Luyckx, K., Beyers, W., Meca, A., Kim, S. Y., Whitbourne, S. K., Zamboanga, B. L., Lee, R. M., Hardy, S. A., Forthun, L. F., Ritchie, R. A., Weisskirch, R. S., Brown, E. J. ve Caraway, S. J. (2014). Meaning in life in emerging adulthood: A person-oriented approach. *Journal of Personality*, *82*(1), 57–68. https://doi.org/10.1111/jopy.12033

Dhamala, M., Pagnoni, G., Wiesenfeld, K., Zink, C. F., Martin, M. ve Berns, G. S. (2003). Neural correlates of the complexity of rhythmic finger tapping. *NeuroImage*, *20*(2), 918–926.

Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, 64, 135–168. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *American Psychological Association*, *95*(3), 542–575.

Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, *31*(2), 103–157. https://doi.org/10.1007/BF01207052

Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, *55*(1), 34–43. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34

Diener, E. (2009a). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. E. Diener (Ed.), *Assessing well-being* (25–65). Springer.

Diener, E. (2009b). Subjective well-being. E. Diener (Ed.), *The Science of Well-Being* (11–58). Springer.

Diener, E. ve Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, *3*(1), 1–43. https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. ve Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, *1*(49), 71–75.

Diener, E. ve Fujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*(5), 926–935.

Diener, E., Heintzelman, S. J., Kushlev, K., Tay, L., Wirtz, D., Lutes, L. D. ve Oishi, S. (2017). Findings all psychologists should know from the new science on subjective well-being. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, *58*(2), 87–104. https://doi.org/10.1037/cap0000063

Diener, E., Lucas, R. E. ve Oishi, S. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, *4*(1), 1–78. https://doi.org/10.1525/collabra.115

Diener, E., Lucas, R. E. ve Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, *61*(4), 305–314. https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305

Diener, E., Oishi, S. ve Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.

Diener, E., Oishi, S. ve Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, *2*(4), 253–260. https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6

Diener, E. ve Ryan, K. (2009). Subjective well-being: A general overview. *South African Journal of Psychology*, *39*(4), 391–406.

Diener, E., Sandvik, E., Pavot, W. ve Gallagher, D. (1991). Response artifacts in the measurement of subjective well-being. *Social Indicators Research*, *24*(1), 35–56. https://doi.org/10.1007/BF00292649

Diener, E. ve Seligman, M. E. P. (2009). Beyond money: Toward an economy of well-being. E. Diener (Ed.), *The Science of well-being* (201–265), Springer.

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. ve Smith, H. L. (1999). Subjective weil-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*(2), 276–302.

Dietrich, H., Patzina, A., Chesters, J. ve Reissner, V. (2022). School-to-work transition and subjective well-being in Australia. *The British Journal of Sociology*, *73*(1), 78–111. https://doi.org/10.1111/1468-4446.12895

DiMaria, C. H., Peroni, C. ve Sarracino, F. (2020). Happiness matters: Productivity gains from subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, *21*(1), 139–160. https://doi.org/10.1007/s10902-019-00074-1

Dinçel, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel ödevleri ve psikolojik problemler*. [Yüksek Lisans Tezi]. Ankara Üniversitesi.

Ding, H., Orwig, T. A., Rong, J., Tatere, H. Y., Liu, C., Schramm, E., Pathiravasan, C. H., Murabito, J. M. ve Lin, H. (2026). Associations between smartphone-based finger tapping and cognitive performance in older adults: Observational study. *Journal of Medical Internet Research*, 28, e82463–e82463. https://doi.org/10.2196/82463

Disabato, D. J., Goodman, F. R., Kashdan, T. B., Short, J. L. ve Jarden, A. (2016). Different types of well-being? A cross-cultural examination of hedonic and eudaimonic well-being. *Psychological Assessment*, *28(*5), 471–482. https://doi.org/10.1037/pas0000209

Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, *1*(14), 56–64. https://doi.org/10.31671/dogus.2018.95

Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2012). Akademisyenlerde işle ilgili temel ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş. *Ege Akademik Bakış, 12*(3), 383–389.

Doğan, T. ve Eryılmaz, A. (2013). İki boyutlu benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale University Journal of Education, 33*(33), 107–117. https://doi.org/https://doi.org/10.9779/PUJE434

Dolan, P., Peasgood, T. ve White, M. (2008). Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being. *Journal of Economic Psychology*, *29*(1), 94–122. https://doi.org/10.1016/j.joep.2007.09.001

Dolunay Cuğ, F. (2022). Öz duyarlık, iyimserlik ve öznel iyi oluş arasında öznel zindeliğin aracı rolü. *Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi*, *5*(1), 19–32. https://doi.org/10.33400/kuje.961445

Donohoe, G., Deary, I. J., Glahn, D. C., Malhotra, A. K. ve Burdick, K. E. (2013). Neurocognitive phenomics: Examining the genetic basis of cognitive abilities. *Psychological Medicine*, *43*(10), 2027–2036.

Duncan, C. C., Barry, R. J., Connolly, J. F., Fischer, C., Michie, P. T., Näätänen, R., Polich, J., Reinvang, I. ve Van Petten, C. (2009). Event-related potentials in clinical research: Guidelines for eliciting, recording, and quantifying mismatch negativity, P300, and N400. *Clinical Neurophysiology*, *120(*11), 1883–1908.

Duncan, J., Seitz, R. J., Kolodny, J., Bor, D., Herzog, H., Ahmed, A., Newell, F. N. ve Emslie, H. (2000). A neural basis for general intelligence. *Science*, *289*(5478), 457–460. https://doi.org/10.1126/science.289.5478.457

Duran, Ş. (2020). Yaratıcı öz. *Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, *4*(1), 46–59.

Duran, S. ve Barlas, G. Ü. (2015). Zihinsel engelli bireylerin ebeveynlerinin öznel iyi oluş, öz duyarlık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimler Dergisi*, *7*(3), 69–79.

Edmondson, A. (1999). Psychological safety and learning behavior in work teams. Administrative *Science Quarterly*, *44*(2), 350–383.

Edmondson, A. C. ve Lei, Z. (2014). Psychological safety: The history, renaissance, and future of an interpersonal construct. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1, 23–43.

Ellison, C. G., Gay, D. A. ve Glass, T. A. (1989). Does religious commitment contribute to ındividual life satisfaction? *Social Forces*, *68*(1), 100–123. https://doi.org/10.1093/sf/68.1.100

Emir, E. (2020). *Serbest zaman doyumu, ilgilenimi ve algılanan özgürlük ilişkisi: Fiziksel aktivite yoluyla kadınların güçlendirilmesi*. [Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Emir, E. ve Yıldız, K. (2023). Merak ve keşfetme ile durumsal içsel motivasyonun rekreasyonel akış deneyimini yordayıcı etkisi: Doğa sporcuları üzerine bir araştırma. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, *6*(3), 703–714. https://doi.org/https://doi.org/10.38021asbid.1212113

Engel, G. L. (1980). The clinical application of the biopsychosocial model. *American Journal of Psychiatry*, *137*(5), 535–544. https://doi.org/10.1176/ajp.137.5.535

Engin, A. O., Calapoğlu, M. ve Gürbüzoğlu, S. (2008). Uzun süreli bellek ve öğrenme. *Sosyal Bilimler Enstitüsü*, 2, 251–262.

Epstein, R. M. (2014). Realizing engel's biopsychosocial vision: Resilience, compassion, and quality of care. *International Journal of Psychiatry in Medicine*, *47*(4), 275–287. https://doi.org/10.2190/PM.47.4.b

Ercan, İ. ve Kan, İ. (2004). Ölçeklerde güvenirlik ve geçerlik. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, *30*(3), 211–216.

Erdem, A. R. (2024). Bilim. A. R. Erdem (Ed.), *Bilim tarihi* (1–23). Eğiten Kitap.

Erden, A., Erden, H. ve Aytaç, T. (2023). Teachers' well-being levels by gender and marital status: A meta-analysis study. *Asia Pacific Journal of Education and Society*, *11*(Special Issue), 38–60. https://doi.org/10.47215/aji.1304646

Erdoğan, M. (2019). *Bireylerin kişilik özellikleri, temel değerlendirmeleri, iletişim becerileri ile öznel iyi oluş hali düzeyleri arasında nedenselliğin incelenmesi: Üniversite düzeyinde turizm eğitimi alan öğrenciler üzerinde bir araştırma*. [Doktora Tezi]. İstanbul Üniversitesi.

Erdoğan, S. (2004). *Sürekli değişkenler için güvenilirlik analizinde kullanılan ilişki katsayılarının değişken varyansından ve etki büyüklüğünden etkilenme durumları*. [Yüksek Lisans Tezi]. Mersin Üniversitesi.

Eren Gümüştekin, G. ve Gültekin, F. (2009). Stres kaynaklarının kariyer yönetimine etkileri. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *23*(3), 147–158. https://dergipark.org.tr/tr/pub/dpusbe/issue/4765/65489

Ericsson, K. A. ve Kintsch, W. (1995). Long-term working memory. *Psychological Review*, *102*(2), 211–245. https://doi.org/10.1037/0033-295X.102.2.211

Eryılmaz, A. (2009). Ergen öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, *7*(4), 975–989.

Eryılmaz, A. (2011). Yetişkin öznel iyi oluşu ile pozitif psikoterapi bağlamında birincil ve ikincil yetenekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, *14*(1), 17–28.

Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2015). Ergenlikte öznel iyi oluş vee beş faktörlü kişilik modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, *11*(3), 189–203.

Eslinger, P. J. ve Grattan, L. M. (1993). Frontal lobe and frontal-striatal substrates for different forms of human cognitive flexibility. *Neuropsychologia*, *31*(1), 17–28. https://doi.org/10.1016/0028-3932(93)90077-D

Esslen, M., Pascual-Marqui, R. D., Hell, D., Kochi, K. ve Lehmann, D. (2004). Brain areas and time course of emotional processing. *NeuroImage*, *21*(4), 1189–1203. https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2003.10.001

Esteban-Gonzalo, S., Esteban-Gonzalo, L., Cabanas-Sánchez, V., Miret, M. ve Veiga, O. L. (2020). The investigation of gender differences in subjective wellbeing in children and adolescents: The up & down study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(8), 2732. https://doi.org/10.3390/ijerph17082732

Everitt, B. S. (1975). Multivariate analysis: The need for data, and other problems. *British Journal of Psychiatry*, *126*(3), 237–240.

Everts, R., Simon Harvey, A., Lillywhite, L., Wrennall, J., Abbott, D. F., Gonzalez, L., Kean, M., Jackson, G. D. ve Anderson, V. (2010). Language lateralization correlates with verbal memory performance in children with focal epilepsy. *Epilepsia*, *51*(4), 627–638. https://doi.org/10.1111/j.1528-1167.2009.02406.x

Ewers, N. P. (2020). *Is it worth the hit? Examining the cognitive effects of subconcussive impacts in sport using event-related potentials*. [Master of Science]. McMaster University, Hamilton.

Fan, J., Mccandliss, B., Fossella, J., Flombaum, J. ve Posner, M. (2005). The activation of attentional networks. *NeuroImage*, *26*(2), 471–479. https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2005.02.004

Faul, F., Erdfelder, E., Lang, A.-G. ve Buchner, A. (2007). G*power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, *39*(2), 175–191.

Feeney, B. C. ve Thrush, R. L. (2010). Relationship influences on exploration in adulthood: The characteristics and function of a secure base. *Journal of Personality and Social Psychology*, *98*(1), 57–76.

Feist, G. J., Bodner, T. E., Jacobs, J. F., Miles, M. ve Tan, V. (1995). Integrating top-down and bottom-up structural models of subjective well-being: A longitudinal investigation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*(1), 138–150. https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.1.138

Feldman Hall, O. ve Nassar, M. R. (2021). The computational challenge of social learning. *Trends in Cognitive Sciences*, *25*(12), 1045–1057. https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.09.002

Ferrante, F. (2009). Education, aspirations and life satisfaction. *Kyklos*, *62*(4), 542–562. https://doi.org/10.1111/j.1467-6435.2009.00450.x

Ferreira, N. ve Potgieter, I. L. (2018). Career-related dispositional factors in relation to retention within the retail sector: An exploratory study. *Journal of Psychology in Africa*, *28*(5), 400–406. https://doi.org/10.1080/14330237.2018.1527545

Ferriss, A. L. (2002). Religion and the quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 3, 199–215.

Field, A. (2024). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics.* SAGE Publications.

Fincham, F. D. (2000). The kiss of the porcupines: From attributing responsibility to forgiving. *Personal Relationships*, *7*(1), 1–23. https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2000.tb00001.x

Fineburg, A. C. (2004). Introducing positive psychology to the introductory psychology student. P. A. Linley ve S. Joseph (Ed.), *Positive psychology in practice* (197–209). John Wiley & Sons.

Fiske, A. P. (2020). The lexical fallacy in emotion research: Mistaking vernacular words for psychological entities. *Psychological Review*, *127*(1), 95–113. https://doi.org/10.1037/rev0000174

Flores, L. P. (2002). Occipital lobe morphological anatomy: Anatomical and surgical aspects. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, *60*(3 A), 566–571. https://doi.org/10.1590/s0004-282x2002000400010

Frank, K. ve Hou, F. (2018). Over-education and well-being: How does education-occupation mismatch affect the life satisfaction of university-educated immigrant and non-immigrant workers? *Ethnicity & Health*, *23*(8), 884–901. https://doi.org/10.1080/13557858.2017.1316832

Frederick, S. ve Loewenstein, G. (1999). Hedonic adaptation. E. Diener ve N. Schwarz (Ed.), *Well-being: The foundations of hedonic psycholog* (302–329). Russell Sage Foundation.

Fredrickson, B. L. (1998). What Good Are Positive Emotions? *Review of General Psychology*, *2*(3), 300–319. https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.300

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, *56*(3), 218–226. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218

Fredrickson, B. L. ve Joiner, T. (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological Science*, *13*(2), 172–175.

Friedman, G. N., Johnson, L. ve Williams, Z. M. (2018). Long-term visual memory and its role in learning suppression. *Frontiers in Psychology*, *9*(October), 1–8. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01896

Fuster, J. M. (1993). Frontal lobes. *Current Opinion in Neurobiology*, *3*(2), 160–165. https://doi.org/10.1016/0959-4388(93)90204-C

Gainotti, G. (2021). Is there a causal link between the left lateralization of language and other brain asymmetries? A review of data gathered in patients with focal brain lesions. *Brain Sciences*, *11*(12), 1644. https://doi.org/10.3390/brainsci11121644

Galinsky, A. D., Maddux, W. W., Gilin, D. ve White, J. B. (2008). Why it pays to get inside the head of your opponent: The differential effects of perspective taking and empathy in negotiations. *Psychological Science*, *19*(4), 378–384.

Gallagher, M. W. ve Lopez, S. J. (2007). Curiosity and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, *2*(4), 236–248.

Ganster, D. C. ve Rosen, C. C. (2013). Work stress and employee health: A multidisciplinary review. *Journal of Management*, *39*(5), 1085-1122.

Garaizar, P. ve Vadillo, M. A. (2014). Accuracy and precision of visual stimulus timing in psychopy: No timing errors in standard usage. *PLOS ONE*, *9*(11), 1–8. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0112033

Garaizar, P., Vadillo, M. A., López-De-Ipiña, D. ve Matute, H. (2014). Measuring software timing errors in the presentation of visual stimuli in cognitive neuroscience experiments. *PLOS ONE*, 9(1).

Garn, H., Waser, M., Deistler, M., Schmidt, R., Dal-Bianco, P., Ransmayr, G., Zeitlhofer, J., Schmidt, H., Seiler, S., Sanin, G., Caravias, G., Santer, P., Grossegger, D., Fruehwirt, W. ve Benke, T. (2014). Quantitative EEG in alzheimer's disease: Cognitive state, resting state and association with disease severity. *International Journal of Psychophysiology*, *93*(3), 390–397.

Gay, L. R. (1985). *Educational evaluation and measurement*. A Bell & Howell.

Gegenfurtner, A. ve Vauras, M. (2012). Age-related differences in the relation between motivation to learn and transfer of training in adult continuing education. *Contemporary Educational Psychology, 37*(1), 33–46.

Gencer, N. (2018). Öznel iyi oluş: Genel bir bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 11*(3), 2621–2638.

Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerllik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi, 15*(46), 19–26.

George, D. ve Mallery, P. (2016). *IBM SPSS statistics 23 step by step*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9781315545899

Ging Jehli, N. R. (2022). *Characterizing adult attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD): A multidisciplinary approach using computational modeling, novel neurocognitive tests, and eye-tracking*. [Doctorate Dissertation]. The Ohio State University.

Glanzer, M. (1958). Curiosity, exploratory drive, and stimulus satiation. *Psychological Bulletin, 55*(5), 302–315. https://doi.org/10.1037/h0044731

Go, Y. M., Yu, S. H., Park, H. Y., Lee, M. ve Jeong, J. H. (2024). FingerNet: EEG decoding of a fine motor imagery with finger-tapping task based on a deep neural network. *Electrical Engineering and Systems Science*. https://doi.org/https://doi.org/10.48550/arXiv.2403.03526

Goodman, F. R., Disabato, D. J., Kashdan, T. B. ve Machell, K. A. (2017). Personality strengths as resilience: A one-year multiwave study. *Journal of Personality, 85*(3), 423–434. https://doi.org/10.1111/jopy.12250

Goldberg, C. ve Crespo, V. (2003). Curiosity as a guide to the virtuous life. *Pastoral Psychology, 51*(4), 283–292. https://doi.org/10.1023/A:1022581215304

Gottlieb, J. (2012). Attention, learning, and the value of information. *Neuron, 76*(2), 281–295. https://doi.org/10.1016/j.neuron.2012.09.034

Gottlieb, J. ve Oudeyer, P. Y. (2018). Towards a neuroscience of active sampling and curiosity. *Nature Reviews Neuroscience, 19*(12), 758–770. https://doi.org/10.1038/s41583-018-0078-0

Gottlieb, J., Oudeyer, P. Y., Lopes, M. ve Baranes, A. (2013). Information-seeking, curiosity, and attention: Computational and neural mechanisms. *Trends in Cognitive Sciences, 17*(11), 585–593.

Gökoğlu, C. (2023). *Çocuk ve ergen ruh sağlığı ve hastalıkları yataklı servisinde tedavi gören ergenlerde cinsel istismar öyküsünün nörobilişsel işlevlere etkisi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.

Göksu, M. Z. (2020). Nörobilim ve din eğitimi (din eğitimi - akıl ilişkisinin çağdaş yorumu). T. Akyüz (Ed.), *Akıl Kitabı-4* (153–175). Ravza Yayınları.

Gören, M. H. (2022). *Ergenlerin kimlik gelişimleri ile öznel iyi oluşları arasında ahlaki olgunluklarının aracı rolü*. [Yüksek Lisans Tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.

Grattan, L. M. (1991). Frontal lobe damage in children and adults: A comparative review. *Developmental Neuropsychology*, *7*(3), 283–326.

Green, D. (1990). Instrument for the measurement of individual and societal attitudes toward drugs. *International Journal of the Addictions*, *25*(2), 141–157. https://doi.org/10.3109/10826089009056205

Greenwood, R. ve Hinings, C. R. (1996). Understanding radical organizational change: Bringing together the old and the new institutionalism. *Academy of Management Review*, *21*(4), 1022–1054. https://doi.org/10.5465/amr.1996.9704071862

Gruber, M. J., Gelman, B. D. ve Ranganath, C. (2014). States of curiosity modulate hippocampus-dependent learning via the dopaminergic circuit. *Neuron*, *84*(2), 486–496. https://doi.org/10.1016/j.neuron.2014.08.060

Gruber, M. J. ve Ranganath, C. (2019). How curiosity enhances hippocampus-dependent memory: The prediction, appraisal, curiosity, and exploration (PACE) framework. *Trends in Cognitive Sciences*, *23*(12), 1014–1025.

Gulde, P., Vojta, H., Hermsdörfer, J. ve Rieckmann, P. (2021). State and trait of finger tapping performance in multiple sclerosis. *Scientific Reports*, *11*(1), 17095. https://doi.org/10.1038/s41598-021-96485-3

Gunsilius, C. Z., Price, M. M., Rogers, S. L., Flynn, E. ve Jha, A. P. (2024). Paying attention to attention: A program evaluation of faculty-delivered mindfulness-based attention training to optimize wellness and professionalism in medical students. *BMC Medical Education*, *24*(1), 182.

Gunzler, D. D. ve Morris, N. (2015). A tutorial on structural equation modeling for analysis of overlapping symptoms in co-occurring conditions using MPlus. *Statistics in Medicine*, *34*(24), 3246–3280. https://doi.org/10.1002/sim.6541

Güçlü, N. (2001). Stres yönetimi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *21*(1), 91–109.

Güler, M. ve Dönmez, A. (2011). İyi olma hali bağlamında uyum düzeyi kuramı ve hedonik döngü. *Türk Psikoloji Yazıları*, *14*(27), 38–45.

Güngör, A. (2017). Eğitimde pozitif psikolojiyi anlamak. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, *15*(2), 154–166.

Güngör, S. M. (2008). Öğrenme ve bellek. *Cerrahpaşa Öğrenci Bilimsel Dergisi*, *1*(1), 30–34.

Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.

Haciahmet, C. C., Frings, C., Beste, C., Münchau, A. ve Pastötter, B. (2023). Posterior delta/theta EEG activity as an early signal of stroop conflict detection. *Psychophysiology*, *60*(3), 1–17. https://doi.org/10.1111/psyp.14195

Haidt, J. (2001). The emotional dog and its rational tail: A social intuitionist approach to moral judgment. *Psychological Review*, *108*(4), 814–834. https://doi.org/10.1037/0033-295X.108.4.814

Halbesleben, J. R. B., Neveu, J. P., Paustian-Underdahl, S. C. ve Westman, M. (2014). Getting to the "COR": Understanding the role of resources in conservation of resources theory. *Journal of Management*, *40*(5), 1334–1364. https://doi.org/10.1177/0149206314527130

Halbesleben, J. R. B. ve Wheeler, A. R. (2015). To invest or not? The role of coworker support and trust in daily reciprocal gain spirals of helping behavior. *Journal of Management*, *41*(6), 1628–1650.

Hall, E. O. C., Wilson, M. E. ve Frankenfield, J. A. (2003). Translation and restandardization of an instrument: The early infant temperament questionnaire. *Journal of Advanced Nursing*, *42*(2), 159–168. https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2003.02599.x

Hanakawa, T., Immisch, I., Toma, K., Dimyan, M. A., Van Gelderen, P. ve Hallett, M. (2003). Functional properties of brain areas associated with motor execution and imagery. *Journal of Neurophysiology*, *89*(2), 989–1002. https://doi.org/10.1152/jn.00132.2002

Hanna, S., El-Ayadi, M. ve Abdelazeim, F. (2024). Identifying fine motor difficulties in children with acute lymphoblastic leukemia: A scoping review. *Supportive Care in Cancer*, *32*(7), 488. https://doi.org/10.1007/s00520-024-08667-0

Hardy, J. H., Ness, A. M. ve Mecca, J. (2017). Outside the box: Epistemic curiosity as a predictor of creative problem solving and creative performance. *Personality and Individual Differences*, 104, 230–237.

Haring-Hidore, M., Stock, W. A., Okun, M. A. ve Witter, R. A. (1985). Marital status and subjective well-being: A research synthesis. *Journal of Marriage and the Family*, *47*(4), 947. https://doi.org/10.2307/352338

Harrison, P. (2001). Curiosity, forbidden knowledge, and the reformation of natural philosophy in early modern England. *Isis*, 92(2), 265–290. https://doi.org/10.1086/385182

Harrison, S. H. (2009). *Curiosity in organizations*. [Doctorate Dissertation]. Arizona State University.

Harrison, S. H., Sluss, D. M. ve Ashforth, B. E. (2011). Curiosity adapted the cat: The role of trait curiosity in newcomer adaptation. *Journal of Applied Psychology*, *96*(1), 211–220. https://doi.org/10.1037/a0021647

Hart, J. T. (1965). Memory and the feeling-of-knowing experience. *Journal of Educational Psychology*, *56*(4), 208–216. https://doi.org/10.1037/h0022263

Hartwigsen, G., Bengio, Y. ve Bzdok, D. (2021). How does hemispheric specialization contribute to human-defining cognition? *Neuron*, *109*(13), 2075–2090. https://doi.org/10.1016/j.neuron.2021.04.024

Harvey, L. O. ve Mertens, A. J. (2020). The stroop effect: Does congruence matter ? *Psychology of Perception*, Fall, 1–12.

Hausler, M., Strecker, C., Huber, A., Brenner, M., Höge, T. ve Höfer, S. (2017). Distinguishing relational aspects of character strengths with subjective and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, *8*(JUL), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01159

Hayden, C. D., Murphy, B. P., Hardiman, O. ve Murray, D. (2022). Measurement of upper limb function in ALS: A structured review of current methods and future directions. *Journal of Neurology*, *269*(8), 4089–4101. https://doi.org/10.1007/s00415-022-11179-8

Hayes, A. F. (2022). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. The Guilford Press.

Haynes, F. E. (1930). *Criminology*. McGraw-Hill.

Headey, B. ve Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(4), 731–739. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.4.731

Headey, B. ve Wearing, A. (1991). Subjective well-being: A stocks and flows framework. F. Strack, M. Argyle ve N. Schwarz (Ed.), *Subjective well-being: An interdiciplinary perspective* (49-73). Pergamon Press.

Headey, B. ve Wearing, A. (1989). Personality, life events, and subjective well-being: Toward a dynamic equilibrium model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(4), 731–739. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.4.731

Hebb, D. O. (1955). Drives and the C. N. S. (conceptual nervous system). *Psychological Review*, *62*(4), 243–254. https://doi.org/10.1037/h0041823

Henkens, J. H. D., Kalmijn, M. ve de Valk, H. A. G. (2022). Life satisfaction development in the transition to adulthood: Differences by gender and ımmigrant background. *Journal of Youth and Adolescence*, *51*(2), 305–319. https://doi.org/10.1007/s10964-021-01560-7

Hensel, D., Iorga, A., Wolter, L. ve Znanewitz, J. (2017). Conducting neuromarketing studies ethically-practitioner perspectives. *Cogent Psychology*, *4*(1). https://doi.org/10.1080/23311908.2017.1320858

Henson, R. K. (2001). A primer on coefficient alpha. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, *34*(3), 177–189.

Henson, R. K. ve Roberts, J. K. (2006). Use of exploratory factor analysis in published research. *Educational and Psychological Measurement*, *66*(3), 393–416. https://doi.org/10.1177/0013164405282485

Herzberg, F. (1968). One more time: How do you motivate your employees. *Harward Business Review*, 87–90.

Ho, H. C. Y., Yeung, D. Y. ve Kwok, S. Y. C. L. (2014). Development and evaluation of the positive psychology intervention for older adults. *Journal of Positive Psychology*, *9*(3), 187–197. https://doi.org/10.1080/17439760.2014.888577

Hobfoll, S. E. (1989). Conversation of resources. *American Psychologist*, *44*(3), 513–524.

Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology*, *50*(3), 337–421. https://doi.org/10.1111/1464-0597.00062

Hobfoll, S. E., Halbesleben, J., Neveu, J. P. ve Westman, M. (2018). Conservation of resources in the organizational context: The reality of resources and their consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 5, 103–128. https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640

Hobfoll, S. E. ve Schumm, J. A. (2002). Toward a comprehensive understanding of community coalitions: Moving from practice to theory. R. J. DiClemente, R. A. Crosby ve M. C. Kegler (Ed.), *Emerging theories in health promotion practice and research* (157–193). Jossey-Bass.

Hobfoll, S. E., Freedy, J., Lane, C. ve Geller, P. (1990). Conservation of social resources: Social support resource theory. *Journal of Social and Personal Relationships*, *7*(4), 465–478. https://doi.org/10.1177/0265407590074004

Hockey, G. R. J. (1997). Compensatory control in the regulation of human performance under stress and high workload: A cognitive-energetical framework. *Biological Psychology*, *45*(1–3), 73–93. https://doi.org/10.1016/S0301-0511(96)05223-4

Hosie, P., Willemyns, M. ve Sevastos, P. (2012). The impact of happiness on managers' contextual and task performance. *Asia Pacific Journal of Human Resources*, *50*(3), 268–287. https://doi.org/10.1111/j.1744-7941.2012.00029.x

Howell, R. T. ve Howell, C. J. (2008). The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *134*(4), 536–560. https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.4.536

Huang, W. ve Yuan, C. (2022). Decent work and employee performance: A conservation of resources perspective. *Journal of Managerial Psychology*, *37*(8), 716–728. https://doi.org/10.1108/JMP-09-2021-0505

Hui, Q., Yao, C., Li, M. ve You, X. (2022). Upward social comparison sensitivity on teachers' emotional exhaustion: A moderated moderation model of self-esteem and gender. *Journal of Affective Disorders*, 299, 568–574. https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.081

Huo, J. (2016). *An image complexity measurement algorithm with visual memory capacity and an EEG study*. Proceedings of 2016 SAI Computing Conference, 264–268. https://doi.org/10.1109/SAI.2016.7555993

Huta, V. ve Waterman, A. S. (2014). Eudaimonia and its distinction from hedonia: Developing a classification and terminology for understanding conceptual and operational definitions. *Journal of Happiness Studies*, *15*(6), 1425–1456. https://doi.org/10.1007/s10902-013-9485-0

Hwang, G., Jacobs, J., Geller, A., Danker, J., Sekuler, R. ve Kahana, M. J. (2005). EEG correlates of verbal and nonverbal working memory. *Behavioral and Brain Functions,* 1, 1–13. https://doi.org/10.1186/1744-9081-1-20

Ikemoto, S. ve Panksepp, J. (1999). The role of nucleus accumbens dopamine in motivated behavior: A unifying ınterpretation with special reference to reward-seeking. *Brain Research Reviews*, *31*(1), 6–41.

Imanaka, K., Nishizawa, S. ve Yamacuchi, M. (1991). Possible factors mediating lateralization effect in limb positioning movements and hemispheric specialization. *Natural Science*, *31*(2), 695–713.

Infurna, F. J., Gerstorf, D. ve Lachman, M. E. (2020). Midlife in the 2020s: Opportunities and challenges. *American Psychologist*, *75*(4), 470–485. https://doi.org/10.1037/amp0000591

Infurna, F. J., Staben, O. E., Lachman, M. E. ve Gerstorf, D. (2021). Historical change in midlife health, well-being, and despair: Cross-cultural and socioeconomic comparisons. *American Psychologist*, *76*(6), 870–887. https://doi.org/10.1037/amp0000817

Inzlicht, M., Schmeichel, B. J. ve Macrae, C. N. (2014). Why self-control seems (but may not be) limited. *Trends in Cognitive Sciences*, *18*(3), 127–133. https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.12.009

Ishaq, E., Bashir, S., Abdul Karim Khan, Hassan, M. M. ve Zakariya, R. (2021). Epistemic curiosity and perceived workload: A moderated mediation model of achievement striving and overwork climate. *The International Journal of Human Resource Management*, *32*(18), 3888–3911.

Iwamura, Y. (2003). *Somatosensory association cortices*. International Congress Series, 1250(C), 3–14. https://doi.org/10.1016/S0531-5131(03)00971-3

Izgi, B., Moore, T. M., Yalcinay-Inan, M., Port, A. M., Kuscu, K., Gur, R. C. ve Yapici Eser, H. (2022). Test–retest reliability of the Turkish translation of the Penn Computerized Neurocognitive Battery. *Applied Neuropsychology: Adult*, *29*(5), 1258–1267. https://doi.org/10.1080/23279095.2020.1866572

İnan, İ. (2012). *The philosophy of curiosity*. Routledge.

İnan, İ. E., Altınok, N. ve Özcan, B. M. (2025). *Sosyal bilimlerde nörobilişsel performansın ölçümlenmesi: PsychoPy programı ve EEG*. 4. Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresi, 89–104.

İştar, E. (2012). Stres ve verimlik ilişkisi. *Akademik Bakış Dergisi*, 33(4), 1–21.

James, G. D., Yee, L. S., Harshfield, G. A., Blank, S. G. ve Pickering, T. G. (1986). The influence of happiness, anger, and anxiety on the blood pressure of borderline hypertensives. *Psychosomatic Medicine*, *48*(7), 502–508. https://doi.org/10.1097/00006842-198609000-00005

James, W. (1899). *Talks to teachers on psychology and to students on some of life's ideals*. Harvard UP.

Janani, M. ve Vijayalakshmi, V. (2025). Agility and the three musketeers: The interplay of epistemic curiosity, joy, and rumination. *Acta Psychologica*, *258*(January), 105215. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105215

Janoff-Bulman, R. ve Marshall, G. (1982). Mortality, well-being, and control: A study of a population of institutionalized aged. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *8*(4), 691–698. https://doi.org/10.1177/0146167282084014

Jansen, A., Sehlmeyer, C., Pfleiderer, B., Sommer, J., Konrad, C., Zwitserlood, P. ve Knecht, S. (2009). Assessment of verbal memory by fMRI: Lateralization and functional neuroanatomy. *Clinical Neurology and Neurosurgery*, *111*(1), 57–62. https://doi.org/10.1016/j.clineuro.2008.08.005

Jepma, M., Verdonschot, R. G., van Steenbergen, H., Rombouts, S. A. R. B. ve Nieuwenhuis, S. (2012). Neural mechanisms underlying the induction and relief of perceptual curiosity. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, *6*(February 2012), 1–9. https://doi.org/10.3389/fnbeh.2012.00005

Jesus, L. M. T. ve Valente, A. R. (2016). Cross-cultural adaptation of health assessment instruments. *Speech, Language and Hearing Laboratory*, April.

Jirout, J. ve Klahr, D. (2012). Children's scientific curiosity: In search of an operational definition of an elusive concept. *Developmental Review*, *32*(2), 125–160. https://doi.org/10.1016/j.dr.2012.04.002

John, E. R., Prichep, L. S., Kox, W., Valdés-Sosa, P., Bosch-Bayard, J., Aubert, E., Tom, M., DiMichele, F. ve Gugino, L. D. (2001). Invariant reversible QEEG effects of anesthetics. *Consciousness and Cognition*, *10*(2), 165–183.

Johnson, P. O. ve Neyman, J. (1936). Tests of certain linear hypotheses and their application to some educational problems. *Statistical Research Memoirs*, 1, 57–93.

Johnson, S. (1820). The works of Samuel Johnson: The rambler. A. Murphy (Ed.), *The works of Samuel Johnson: The rambler*. G. Walker.

Johnston, D. W. ve Stavrunova, O. (2021). Subjective wellbeing dynamics. *Australian Economic Review*, *54*(4), 518–529. https://doi.org/10.1111/1467-8462.12442

Jones, A., Wilkinson, H. J. ve Braden, I. (1961). Information deprivation as a motivational variable. *Journal of Experimental Psychology*, *62*(2), 126–137. https://doi.org/10.1037/h0045333

Jonides, J., Lewis, R. L., Nee, D. E., Lustig, C. A. ve Berman, M. G. (2008). The mind and brain of STM. *Annual Review Psychology*, *59*(15.1–15.32), 193–224. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093615.The

Joshi, U. (2010). Subjective well-being by gender. *Journal of Economics and Behavioral Studies*, *1*(1), 20–26.

Jovanovic, V. ve Brdaric, D. (2012). Did curiosity kill the cat? Evidence from subjective well-being in adolescents. *Personality and Individual Differences*, *52*(3), 380–384. https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.043

Jovanović, V. ve Gavrilov-Jerković, V. (2014). The good, the bad (and the ugly): The role of curiosity in subjective well-being and risky behaviors among adolescents. *Scandinavian Journal of Psychology*, *55*(1), 38–44. https://doi.org/10.1111/sjop.12084

Junghaenel, D. U., Schneider, S., Orriens, B., Jin, H., Lee, P.-J., Kapteyn, A., Meijer, E., Zelinski, E., Hernandez, R. ve Stone, A. A. (2022). Inferring cognitive abilities from response times to web-administered survey items in a population-representative sample. *Journal of Intelligence*, *11*(1), 3. https://doi.org/10.3390/jintelligence11010003

Kaczmarek, L. D., Baczkowski, B., Enko, J., Baran, B. ve Theuns, P. (2014). Subjective well-being as a mediator for curiosity and depression. *Polish Psychological Bulletin*, *45*(2), 200–204. https://doi.org/10.2478/ppb-2014-0025

Kagan, J., Sontag, L. W., Baker, C. T., & Nelson, V. L. (1958). Personality and IQ change. The Journal of Abnormal and Social Psychology, 56(2), 261–266. https://doi.org/10.1037/h0040884

Kahan, D. M., Landrum, A., Carpenter, K., Helft, L. ve Hall Jamieson, K. (2017). Science curiosity and political information processing. *Political Psychology*, 38, 179–199. https://doi.org/10.1111/pops.12396

Kahn, W. A. (1990). Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work. *Academy of Management Journal*, *33*(4), 692–724. https://doi.org/10.5465/256287

Kahneman, D. ve Krueger, A. B. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being. *Journal of Economic Perspectives*, *20*(1), 3–24. https://doi.org/10.1257/089533006776526030

Kakade, S. ve Dayan, P. (2002). Dopamine: Generalization and bonuses. *Neural Networks*, *15*(4–6), 549–559. https://doi.org/10.1016/S0893-6080(02)00048-5

Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Asil Yayın.

Kamp Dush, C. M., Taylor, M. G. ve Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological well-being across the life course. *Family Relations*, *57*(2), 211–226. https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00495.x

Kanbur, A. ve Kanbur, E. (2018). Turkish adaptation of the workplace cyberbullying measure: A validity and reliability testing study. *Psikoloji Çalışmaları / Studies in Psychology*, 38, 237–258. https://doi.org/10.26650/sp2018-0018

Kanbur, E., Kanbur, A. ve Özdemir, B. (2017). Psikolojik dayanıklılık ile örgütsel vatandaşlık davranışı arasındaki ilişkide iş doyumunun aracılık rolü: Havacılık sektöründe bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, *4*(2), 127-141. https://doi.org/10.18394/iid.321941

Kang, M. J., Hsu, M., Krajbich, I. M., Loewenstein, G., McClure, S. M., Wang, J. T. Y. ve Camerer, C. F. (2009). The wick in the candle of learning: Epistemic curiosity activates reward circuitry and enhances memory. *Psychological Science*, *20*(8), 963–973. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02402.x

Kapıkıran, Ş. ve Susar Kırmızı, F. (2019). Öğretmen adaylarının merak ve keşfetme algıları ile okumaya yönelik tutumları arasındaki ilişki. Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, *5*(2), 251–265. https://doi.org/10.31592/aeusbed.585328

Karakoç, F. Y. ve Dönmez, L. (2014). Basic principles in scale development studies. *Tıp Eğitimi Dünyası*, *13*(40), 39–49.

Karaköse, R. (2014). *Rumi meditasyonun beyin üzerindeki etkilerinin nörogörüntüleme ile değerlendirilmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Üsküdar Üniversitesi.

Karasek, R. A. (1979). Job demands, job control and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Qua*rterly, *24*(June), 285–308.

Karnath, H. O., Ferber, S. ve Himmelbach, M. (2001). Spatial awareness is a function of the temporal not the posterior parietal lobe. *Nature*, *411*(6840), 950–953. https://doi.org/10.1038/35082075

Karwowski, M. (2012). Did curiosity kill the cat? Relationship between trait curiosity, creative self-efficacy and creative personal identity. *Europe's Journal of Psychology*, *8*(4), 547–558. https://doi.org/10.5964/ejop.v8i4.513

Kashdan, T. B. ve Fincham, F. D. (2002). Facilitating creativity by regulating curiosity. *American Psychologist*, *57*(5), 373–374. https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.5.373

Kashdan, T. B. ve Fincham, F. D. (2004). Facilitating curiosity: A social and self-regulatory perspective for scientifically based interventions. P. A. Linley ve S. Joseph (Ed.), *Positive psychology in practice* (482–503). John Wiley & Sons.

Kashdan, T. B., Gallagher, M. W., Silvia, P. J., Winterstein, B. P., Breen, W. E., Terhar, D. ve Steger, M. F. (2009). The curiosity and exploration inventory-II: Development, factor structure, and psychometrics. *Journal of Research in Personality*, *43*(6), 987–998. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2009.04.011

Kashdan, T. B., Goodman, F. R., Disabato, D. J., McKnight, P. E., Kelso, K. ve Naughton, C. (2020). Curiosity has comprehensive benefits in the workplace: Developing and validating a multidimensional workplace curiosity scale in United States and German employees. *Personality and Individual Differences*, *155*(August 2019), 109717. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109717

Kashdan, T. B. ve Roberts, J. E. (2004). Trait and state curiosity in the genesis of intimacy: Differentiation from related constructs. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *23*(6), 792–816. https://doi.org/10.1521/jscp.23.6.792.54800

Kashdan, T. B., Rose, P. ve Fincham, F. D. (2004). Curiosity and exploration: Facilitating positive subjective experiences and personal growth opportunities. *Journal of Personality Assessment*, 82(3), 291–305. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8203_05

Kashdan, T. B. ve Silvia, P. J. (2009). Curiosity and interest: The benefits of thriving on novelty and challenge. S. J. Lopez ve C. R. Snyder (Ed.), *The Oxford handbook of positive psychology* (366–374). Oxford University Press.

Kashdan, T. B. ve Steger, M. F. (2007). Curiosity and pathways to well-being and meaning in life: Traits, states, and everyday behaviors. *Motivation and Emotion*, *31*(3), 159–173. https://doi.org/10.1007/s11031-007-9068-7

Kashdan, T., Harrison, S. H., Polman, E. ve Kark, R. (2023). Curiosity in organizations: Addressing adverse reactions, trade-offs, and multi-level dynamics. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 179, 104274. https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2023.104274

Kasof, J. (1997). Creativity and breadth of attention. *Creativity Research Journal*, *10*(4), 303–315. https://doi.org/10.1207/s15326934crj1004_2

Katı, Ö. (2020). *An examination of the relationship between childhood trauma, resilience and subjective well-being in adulthood*. [Yüksek Lisans Tezi].Yeditepe Üniversitesi.

Keller, J. ve Blomann, F. (2008). Locus of control and the flow experience: An experimental analysis. *European Journal of Personality*, *22*(7), 589–607.

Keller, S. S., Crow, T., Foundas, A., Amunts, K. ve Roberts, N. (2009). Broca's area: Nomenclature, anatomy, typology and asymmetry. *Brain and Language*, *109*(1), 29–48. https://doi.org/10.1016/j.bandl.2008.11.005

Kelley, W. M., Miezin, F. M., McDermott, K. B., Buckner, R. L., Raichle, M. E., Cohen, N. J., Ollinger, J. M., Akbudak, E., Conturo, T. E., Snyder, A. Z. ve Petersen, S. E. (1998). Hemispheric specialization in human dorsal frontal cortex and medial temporal lobe for verbal and nonverbal memory encoding. *Neuron*, *20*(5), 927–936. https://doi.org/10.1016/S0896-6273(00)80474-2

Kermen, U. ve Sarı, T. (2014). Üniversite öğrencilerinde ihtiyaç doyumu ve öznel iyi oluş arasindaki ilişkinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *14*(2), 175–185.

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, *43*(2), 207–222. https://doi.org/10.2307/3090197

Khairudin, R., Nasir, R., Halim, F. W., Zainah, A. Z., Wan Shahrazad, W. S., Ismail, K. ve Valipour, G. M. (2012). Emotion and explicit verbal memory: Evidence using malay lexicon. *Asian Social Science*, *8*(9), 38–45. https://doi.org/10.5539/ass.v8n9p38

Kılcı, Ş. (2023). *Siyasi partilerin 19 Mayıs Atatürk'ü Anma, Gençlik ve Spor Bayramı video mesajlarının elektroensefalograf (EEG) ile analizi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.

Kılıç, S. (2015). Kappa test. *Journal of Mood Disorders*, *5*(3), 142. https://doi.org/10.5455/jmood.20150920115439

Kırdök, O. ve Bölükbaşı, A. (2018). The role of senior university students' career adaptability in predicting their subjective well-being. *Journal of Education and Training Studies*, *6*(5), 47. https://doi.org/10.11114/jets.v6i5.3010

Kırımlı, E. N. (2024). *Acil servise inme kliniği ile başvuran hastaların çekilen beyin bilgisayarlı tomografi ve beyin manyetik rezonans görüntülerinin acil tıp asistanları tarafından değerlendirilmesi*. [Uzmanlık Tezi]. Karadeniz Teknik Üniversitesi.

Kidd, C. ve Hayden, B. Y. (2015). The psychology and neuroscience of curiosity. *Neuron*, *88*(3), 449–460. https://doi.org/10.1016/j.neuron.2015.09.010

Kiernan, J. A. (2012). Anatomy of the temporal lobe. *Epilepsy Research and Treatment*, 2012, 1–12. https://doi.org/10.1155/2012/176157

Killgore, W. D. S., Gruber, S. A. ve Yurgelun-Todd, D. A. (2007). Depressed mood and lateralized prefrontal activity during a stroop task in adolescent children. *Neuroscience Letters*, *416*(1), 43–48. https://doi.org/10.1016/j.neulet.2007.01.081

Kim, H. ve Lee, B. (2026). Exploring the determinants of subjective well-being in older adults: A cross-national analysis of social, political, economic, and demographic factors. *Journal of Happiness Studies*, *27*(2), 30. https://doi.org/10.1007/s10902-026-01010-w

Klein, R. J., Liu, T., Diehl, D. ve Robinson, M. D. (2017). The personality-related implications of stroop performance: Stress-contingent self-control in daily life. *Journal of Research in Personality*, 70, 156–165. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2017.07.006

Kline, R. B. (2018). Response to Leslie Hayduk's review of principles and practice of structural equation modeling. *Canadian Studies in Population*, *45*(3–4), 188–195. https://doi.org/10.25336/csp29418

Knyazeva, M. G., Kurganskaya, M. E., Kurgansky, A. V., Njiokiktjien, C. J. ve Vildavsky, V. J. (1994). Interhemispheric interaction in children of 7-8: Analysis of EEG coherence and finger tapping parameters. *Behavioural Brain Research*, *61*(1), 47–58. https://doi.org/10.1016/0166-4328(94)90007-8

Knyazeva, M., Koeda, T., Njiokiktjien, C., Jonkman, E. J., Kurganskaya, M., De Sonneville, L. ve Vildavsky, V. (1997). EEG coherence changes during finger tapping in acallosal and normal children: A study of inter and intrahemispheric connectivity. *Behavioural Brain Research*, *89*(1–2), 243–258. https://doi.org/10.1016/S0166-4328(97)00070-3

Kolko, D. J. ve Kazdin, A. E. (1989). Assessment of dimensions of childhood firesetting among patients and nonpatients: The firesetting risk interview. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *17*(2), 157–176. https://doi.org/10.1007/BF00913791

Koo, T. K. ve Li, M. Y. (2016). A guideline of selecting and reporting intraclass correlation coefficients for reliability research. J*ournal of Chiropractic Medicine*, *15*(2), 155–163. https://doi.org/10.1016/j.jcm.2016.02.012

Kowal, J. ve Fortier, M. S. (1999). Motivational determinants of flow: Contributions from self-determination theory. *The Journal of Social Psychology*, *139*(3), 355–368. https://doi.org/10.1080/00224549909598391

Köhler, S., Black, S. E., Sinden, M., Szekely, C., Kidron, D., Parker, J. L., Foster, J. K., Moscovitch, M., Wincour, G., Szalai, J. P. ve Bronskill, M. J. (1998). Memory impairments associated with Hippocampal versus Parahippocampal-gyrus Atrophy: an MR Volumetry Study in Alzheimer's Disease. *Neuropsychologia*, *36*(9), 901–914. https://doi.org/10.1016/S0028-3932(98)00017-7

Kreitler, H. ve Kreitler, S. (1972). The cognitive determinants of defensive behaviour. *The British Journal of Social and Clinical Psychology*, *11*(4), 359–372. https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1972.tb00827.x

Kreitler, S., Kreitler, H. ve Zigler, E. (1974). Cognitive orientation and curiosity. *British Journal of Psychology*, *65*(1), 43–52. https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1974.tb02769.x

Kreitler, S., Zigler, E. ve Kreitler, H. (1975). The nature of curiosity in children. *Journal of School Psychology*, *13*(3), 185–200. https://doi.org/10.1016/0022-4405(75)90002-3

Kristoffersen, I. (2018). Great expectations: Education and subjective wellbeing. *Journal of Economic Psychology*, *66*(March), 64–78. https://doi.org/10.1016/j.joep.2018.04.005

Kruglanski, A. W., Orehek, E., Higgins, E. T., Pierro, A. ve Shalev, I. (2010). Modes of self-regulation: Assessment and locomotion as independent determinants in goal pursuit. R. H. Hoyle (Ed.), *Handbook of personality and self-regulation* (375–402). Wiley-Blackwell.

Kuboyama, N., Nabetani, T., Shibuya, K. I., Machida, K. ve Ogaki, T. (2004). The effect of maximal finger tapping on cerebral activation. *Journal of Physiological Anthropology and Applied Human Science*, *23*(4), 105–110. https://doi.org/10.2114/jpa.23.105

Kurtbaş, İ. (2011). Merak(ın) sosyolojisi psikolojik dürtü, sosyal uyaran, kültürel nosyon ve ideolojik bir konsept olarak "sosyal merak". *Sosyoloji Araştırmaları Dergisi, 14*(2), 17–58.

Kutz, D. F., Fröhlich, S., Rudisch, J., Müller, K. ve Voelcker-Rehage, C. (2022). Finger tapping as a biomarker to classify cognitive status in 80+-year-olds. *Journal of Personalized Medicine*, *12*(2), 286. https://doi.org/10.3390/jpm12020286

Küçük, O. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ekin Yayınevi.

Kyllonen, P. ve Zu, J. (2016). Use of response time for measuring cognitive ability. *Journal of Intelligence*, *4*(4), 14. https://doi.org/10.3390/jintelligence4040014

Landis, J. R. ve Koch, G. G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data. *Biometrics*, *33*(1), 159. https://doi.org/10.2307/2529310

Langevin, R. (1971). Is curiosity a unitary construct? *Canadian Journal of Psychology*, *25*(4), 360–374. https://doi.org/10.1037/h0082397

Larrabee, G. J. ve Curtiss, G. (1995). Construct validity of various verbal and visual memory tests. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, *17*(4), 536–547. https://doi.org/10.1080/01688639508405144

Larson, R. (1978). Thirty years of research on the subjective well-being of older Americans. *Journals of Gerontology*, *33*(1), 109–125.

Latino, F. ve Tafuri, F. (2024). Physical activity and cognitive functioning. *Medicina* (Lithuania), *60*(2), 1–16. https://doi.org/10.3390/medicina60020216

Lawton, M. P. (1994). Personality and affective correlates of leisure activity participation by older people. *Journal of Leisure Research*, *26*(2), 138–157.

Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.

Lazarus, R. S. ve Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Lee, G. P., Meador, K. J., Loring, D. W., Smith, J. R., Flanigin, H. F., Huh, K., Murro, A. M., King, D. W. ve Gallagher, B. B. (1990). Behavioral activation of human hippocampal EEG: Relationship to recent memory. *Journal of Epilepsy*, *3*(3), 137–142. https://doi.org/10.1016/0896-6974(90)90099-K

Lelkes, O. (2002). *Well-being and inequality in transition. The case of Hungary*. [Doctorate Dissertation]. London School of Economics and Political Science.

Leon, M. I. ve Shadlen, M. N. (1999). Effect of expected reward magnitude on the response of neurons in the dorsolateral prefrontal cortex of the macaque. *Neuron*, *24*(2), 415–425. https://doi.org/10.1016/S0896-6273(00)80854-5

Lewis, A. S. ve Overton, M. L. (1996). Eigenvalue optimization. R. E. Bank (Ed.), *Acta numerica* (149-190). Cambridge University Press.

Lezak, M. D., Howieson, D. B. ve Loring, D. W. (2004). *Neuropsychological assessment*. Oxford University Press.

Li, M., Dang, X., Chen, Y., Chen, Z., Xu, X., Zhao, Z. ve Wu, D. (2024). Cognitive processing speed and accuracy are intrinsically different in genetic architecture and brain phenotypes. *Nature Communications*, *15*(1), 7786. https://doi.org/10.1038/s41467-024-52222-8

Liegeois-Chauvel, C., Musolino, A. ve Chauvel, P. (1991). Localization of the primary auditory area in man. *Brain*, *114A*(1), 139–153. https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.brain.a101854

Lin, I. F. ve Kondo, H. M. (2024). Brain circuits in autonomous sensory meridian response and related phenomena. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, *379*(1908). https://doi.org/10.1098/rstb.2023.0252

Litman, J. A. (2005). Curiosity and the pleasures of learning: Wanting and liking new information. *Cognition and Emotion*, *19*(6), 793–814. https://doi.org/10.1080/02699930541000101

Litman, J. A. (2008). Interest and deprivation factors of epistemic curiosity. *Personality and Individual Differences*, *44*(7), 1585–1595. https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.01.014

Litman, J. A., Hutchins, T. L. ve Russon, R. K. (2005). Epistemic curiosity, feeling-of-knowing, and exploratory behaviour. *Cognition and Emotion*, *19*(4), 559–582. https://doi.org/10.1080/02699930441000427

Litman, J. A. ve Jimerson, T. L. (2004). The measurement of curiosity as a feeling of deprivation. *Journal of Personality Assessment*, *82*(2), 147–157. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8202_3

Litman, J. A. ve Silvia, P. J. (2006). The latent structure of trait curiosity: Evidence for interest and deprivation curiosity dimensions. *Journal of Personality Assessment*, *86*(3), 318–328. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8603_07

Litman, J. A. ve Spielberger, C. D. (2003). Measuring epistemic curiosity and its diversive and specific components. *Journal of Personality Assessment*, *80(*1), 75–86. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA8001_16

Ljungberg, A. K., Fossum, B., Fürst, C. J. ve Hagelin, C. L. (2015). Translation and cultural adaptation of research ınstruments-guidelines and challenges: An example in FAMCARE-2 for use in Sweden. *Informatics for Health and Social Care*, *40*(1), 67–78. https://doi.org/10.3109/17538157.2013.872111

Locke, E. A. ve Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year Odyssey. *American Psychologist*, *57*(9), 705–717. https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705

Loewenstein, G. (1994). The psychology of curiosity: A review and reinterpretation. *Psychological Bulletin*, *116*(1), 75–98. https://doi.org/10.1037/0033-2909.116.1.75

Longo, Y., Coyne, I., Joseph, S. ve Gustavsson, P. (2016). Support for a general factor of well-being. *Personality and Individual Differences*, 100, 68–72.

Lowry, N. ve Johnson, D. W. (1981). Effects of controversy on epistemic curiosity, Achievement, and Attitudes. *Journal of Social Psychology*, *115*(1), 31–43. https://doi.org/10.1080/00224545.1981.9711985

Lucas, R. E. (2007). Adaptation and the set-point model of subjective well-being: Does happiness change after major life events? *Current Directions in Psychological Science*, *16*(2), 75–79. https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00479.x

Lucas, R. E., Diener, E. ve Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, *71*(3), 616–628.

Luhmann, M., Hofmann, W., Eid, M. ve Lucas, R. E. (2012). Subjective well-being and adaptation to life events: a meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, *102*(3), 592.

Lupien, S. J., McEwen, B. S., Gunnar, M. R. ve Heim, C. (2009). Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behaviour and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, *10*(6), 434–445. https://doi.org/10.1038/nrn2639

Lyubomksky, S., Sheldon, K. M. ve Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, *9*(2), 111–131. https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.111

Macartney-Filgate, M. S. ve Vriezen, E. R. (1988). Intercorrelation of clinical tests of verbal memory. *Archives of Clinical Neuropsychology*, *3*(2), 121–126. https://doi.org/10.1016/0887-6177(88)90057-1

Macaskill, A. ve Denovan, A. (2014). Assessing psychological health: The contribution of psychological strengths. *British Journal of Guidance and Counselling*, *42*(3), 320–337. https://doi.org/10.1080/03069885.2014.898739

MacCallum, R. C., Widaman, K. F., Zhang, S. ve Hong, S. (1999). Sample size in factor analysis. *Psychological Methods*, *4*(1), 84–99. https://doi.org/10.1037/1082-989X.4.1.84

MacDonald, A. W., Cohen, J. D., Stenger, V. A. ve Carter, C. S. (2000). Dissociating the role of the dorsolateral prefrontal and anterior cingulate cortex in cognitive control. *Science*, *288*(5472), 1835–1838. https://doi.org/10.1126/science.288.5472.1835

MacLeod, C. M. (1991). Half a century of reseach on the stroop effect: An integrative review. *Psychological Bulletin*, *109*(2), 163–203. https://doi.org/10.1037/0033-2909.109.2.163

Makai-Bölöni, S., Thijssen, E., Van Brummelen, E. M. J., Groeneveld, G. J. ve Doll, R. J. (2021). Touchscreen-based finger tapping: Repeatability and configuration effects on tapping performance. *PLOS ONE*, *16*(12), 1–17. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0260783

Maki, P. M. (2015). Verbal memory and menopause. *Maturitas*, *82*(3), 288–290. https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2015.07.023

Malone, T. W. (1981). Toward a theory of intrinsically motivating instruction. *Cognitive Science*, *5*(4), 333–369. https://doi.org/10.1016/S0364-0213(81)80017-1

Maruff, P., Lim, Y. Y., Prang, K. H., Cysique, L., Pietrzak, R. H. ve Snyder, P. J. (2009). A method for cross-cultural adaptation of a verbal memory assessment. *Behavior Research Methods*, *41*(4), 1190–1200. https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1190

Maslow, A. H. (1954). The instinctoid nature of basic needs. *Journal of Personality*, *22*(3), 326–347. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1954.tb01136.x

Maw, W. H. ve Maw, E. W. (1966). Children's curiosity and parental attitudes. *Journal of Marriage and the Family*, *28*(3), 343–345. https://doi.org/10.2307/349885

Maw, W. H. ve Maw, E. W. (1968). Self-Appraisal of curiosity. *Journal of Educational Research*, *61*(10), 462–465. https://doi.org/10.1080/00220671.1967.10883734

Mayes, L. C. (1991). Exploring internal and external worlds reflections on being curious. *The Psychoanalytic Study of the Child*, *46*(1991), 3–36. https://doi.org/10.1080/00797308.1991.11822355

McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. *Physiological Reviews*, *87*(3), 873–904. https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006

McGraw, K. O. ve Wong, S. P. (1996). Forming inferences about some intraclass correlation coefficients. *Psychological Methods*, *1*(1), 30–46. https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.1.30

McLeod, B. D., Jensen-Doss, A., Tully, C. B., Southam-Gerow, M. A., Weisz, J. R. ve Kendall, P. C. (2016). The role of setting versus treatment type in alliance within youth therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *84*(5), 453–464. https://doi.org/10.1037/ccp0000081

McLeod, B. D. ve Weisz, J. R. (2005). The therapy process observational coding system - alliance scale: Measure characteristics and prediction of outcome in usual clinical practice. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *73*(2), 323–333. https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.2.323

McNay, M. (1985). Science: All the wonder things. *Childhood Education*, *61*(5), 375–378. https://doi.org/10.1080/00094056.1985.10522361

McReynolds, P. (1962). Exploratory behavior: A theoretical interpretation. *Psychological Reports*, *11*(6), 311–318. https://doi.org/10.2466/PR0.11.6.311-318

Medley, M. L. (1980). Life satisfaction across four stages of adult life. International *Journal of Aging and Human Development*, *11*(3), 193–209.

Meng, L. F., Lu, C. P. ve Li, Y. W. (2008). Hemispheric lateralization of event-related brain potentials in different processing phases during unimanual finger movements. *Sensors*, *8*(4), 2900–2912. https://doi.org/10.3390/s8042900

Meredith, W. (1993). Measurement invariance, factor analysis and factorial invariance. *Psychometrika*, *58*(4), 525–543.

Metzner, W. ve Juranek, J. (1997). A sensory brain map for each behavior? *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, *94*(26), 14798–14803. https://doi.org/10.1073/pnas.94.26.14798

Meyerhoff, H. S. ve Papenmeier, F. (2020). Individual differences in visual attention: A short, reliable, open-source, and multilingual test of multiple object tracking in psychoPy. *Behavior Research Methods*, *52*(6), 2556–2566.

Michalos, A. C. (1985). Multiple discrepancies theory (MDT). *Social Indicators Research*, *16*(4), 347–413. https://doi.org/10.1007/BF00333288

Migdow, J. S. (2008). A failure of curiosity. *Psychoanalytic Social Work*, *15*(1), 43–52. https://doi.org/10.1080/15228870802111781

Miles, J. N. ve Shevlin, M. (1998). Effects of sample size, model specification and factor loadings on the GFI in confirmatory factor analysis. *Personality and Individual Differences*, 25, 85–90.

Miller, D. (1993). The architecture of simplicity. *Academy of Management Review*, *18*(1), 116–138. https://doi.org/10.5465/amr.1993.3997509

Miller, E. K. ve Cohen, J. D. (2001). An integrative theory of prefrontal cortex function. *Annual Review of Neuroscience*, *24*(1), 167–202. https://doi.org/10.1146/annurev.neuro.24.1.167

Mish, F. C. (2003). *Merriam Webster's collegiate dictionary*. Springfield. https://books.google.com.tr/books?id=TAnheeIPcAEC&printsec=frontcover&hl=tr#v=onepage&q=curiosity&f=false

Mitrushina, M., Boone, K. B., Razani, J. ve D'elia, L. F. (2005). *Handbook of normative data for neuropsychological assessment*. Oxford University Press. https://books.google.com/books?id=wNuk5A4kglgC&lpg=PR15&ots=kRgFgk-1NM&lr&hl=tr&pg=PA4#v=onepage&q&f=false

Miyake, A., Friedman, N. P., Emerson, M. J., Witzki, A. H., Howerter, A. ve Wager, T. D. (2000). The unity and diversity of executive functions and their contributions to complex "frontal lobe" tasks: A latent variable analysis. *Cognitive Psychology*, *41*(1), 49–100. https://doi.org/10.1006/cogp.1999.0734

Moller, A. C., Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2006). Self-determination theory and public policy: Improving the quality of consumer decisions without using coercion. *Journal of Public Policy and Marketing*, *25*(1), 104–116. https://doi.org/10.1509/jppm.25.1.104

Moneta, G. B. (2021). On the measurement and conceptualization of flow. S. Engeser (Ed.), *Advances in flow research* (23–51). Springer.

Moradi, S., Nima, A. A., Ricciardi, M. R., Archer, T. ve Garcia, D. (2014). Exercise, character strengths, well-being, and learning climate in the prediction of performance over a 6-month period at a call center. *Frontiers in Psychology*, *5*(JUN), 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00497

Morris, R. G., Ahmed, S., Syed, G. M. ve Toone, B. K. (1993). Neural correlates of planning ability: Frontal lobe activation during the tower of london test. *Neuropsychologia*, *31*(12), 1367–1378. https://doi.org/10.1016/0028-3932(93)90104-8

Müceldili, B., Tatar, B. ve Erdil, O. (2020). Can curious employees be more agile? The role of cognitive style and creative process engagement in agility performance. *Global Business and Organizational Excellence*, *39*(6), 39–52.

Munk, M. H. J., Roelfsema, P. R., König, P., Engel, A. K. ve Singer, W. (1996). Role of reticular activation in the modulation of intracortical synchronization. *Science*, *272*(5259), 271–274. https://doi.org/10.1126/science.272.5259.271

Munsinger, H. ve Kessen, W. (1964). Uncertainty, structure, and preference. *Psychological Monographs: General and Applied*, *78*(9), 1–24.

Muraven, M. ve Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, *126*(2), 247–259. https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.2.247

Murayama, K. (2019). Neuroscientific and psychological approaches to incentives: Commonality and multifaceted views. K. A. Renninger ve S. A. Hidi (Ed.), *The Cambridge handbook of motivation and learning* (141–162). Cambridge University Press.

Murayama, K. (2022). A reward-learning framework of knowledge acquisition: An integrated account of curiosity, interest, and intrinsic–extrinsic rewards. *Psychological Review*, *129*(1), 175–198. https://doi.org/10.1037/rev0000349

Murayama, K., FitzGibbon, L. ve Sakaki, M. (2019). Process account of curiosity and interest: A reward-learning perspective. *Educational Psychology Review*, *31*(4), 875–895. https://doi.org/10.1007/s10648-019-09499-9

Murdock, B. B. ve Okada, R. (1970). Interresponse times in single-trial free recall. *Journal of Experimental Psychology*, *86*(2), 263–267. https://doi.org/10.1037/h0029993

Murta, T., Chaudhary, U. J., Tierney, T. M., Dias, A., Leite, M., Carmichael, D. W., Figueiredo, P. ve Lemieux, L. (2017). Phase–amplitude coupling and the BOLD signal: A simultaneous intracranial EEG (icEEG) - fMRI study in humans performing a finger-tapping task. *NeuroImage*, 146, 438–451.

Mussel, P. (2010). Epistemic curiosity and related constructs: Lacking evidence of discriminant validity. *Personality and Individual Differences*, *49*(5), 506–510. https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.05.014

Mussel, P. (2013). Introducing the construct curiosity for predicting job performance. *Journal of Organizational Behavior*, *34*(4), 453–472. https://doi.org/10.1002/job.1809

Mussel, P., Spengler, M., Litman, J. A. ve Schuler, H. (2012). Development and validation of the german work-related curiosity scale. *European Journal of Psychological Assessment*, *28*(2), 109–117. https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000098

Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, *6*(1), 10–19. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x

Nagel, B. J., Herting, M. M., Maxwell, E. C., Bruno, R. ve Fair, D. (2013). Hemispheric lateralization of verbal and spatial working memory during adolescence. *Brain and Cognition*, *82*(1), 58–68.

Nakamura, J. ve Csikszentmihalyi, M. (2014). The concept of flow. M. Csikszentmihalyi (Ed.), *Flow and the foundations of positive psychology: The collected works* (239–263). Springer.

Naylor, F. D. (1981). A state-trait curiosity inventory. *Australian Psychologist*, *16*(2), 172–183. https://doi.org/10.1080/00050068108255893

Nielsen, J. A., Zielinski, B. A., Ferguson, M. A., Lainhart, J. E. ve Anderson, J. S. (2013). An evaluation of the left-brain vs. right-brain hypothesis with resting state functional connectivity magnetic resonance imaging. *PLOS ONE*, *8*(8), e71275. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0071275

Niemiec, C. P. ve Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom. *Theory and Research in Education*, *7*(2), 133–144.

Nordenfelt, L. (1993). *Quality of life, health and happiness*. Avebury.

Norman, K. E. ve Héroux, M. E. (2013). Measures of fine motor skills in people with tremor disorders: Appraisal and interpretation. *Frontiers in Neurology*, *4*(May), 1–12. https://doi.org/10.3389/fneur.2013.00050

Norris, D. (2017). Short-term memory and long-term memory are still different. *Psychological Bulletin*, *143*(9), 992–1009. https://doi.org/10.1037/bul0000108

Nunnally, J. C. (1978). An overview of psychological measurement. B. B. Wolman (Ed.), *Clinical diagnosis of mental disorders* (97–146). Springer.

O'Connor, R. (1993). *Issues in the measurement of health- related quality of life*. Working Paper 30, Centre for Health Program Evaluation.

O'Rourke, L. ve Hatcher, N. (2013). *A step-by-step approach to using SAS for factor analysis and structural equation modeling*. SAS.

Oh, H. S. ve Yang, H. (2022). Coping strategies mediate the relation between executive functions and life satisfaction in middle and late adulthood: A structural equational analysis. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, *29*(5), 761–780. https://doi.org/10.1080/13825585.2021.1917502

Okun, M. A., Stock, W. A., Haring, M. J. ve Witter, R. A. (1984). Health and Subjective well-being: A meta-analysis. *International Journal of Aging and Human Development*, 19(2), 111–132. https://doi.org/10.2190/QGJN-0N81-5957-HAQD

Okun, M. A., Stock, W. A. ve Covey, R. E. (1982). Assessing the effects of older adult education on subjective well-being. *Educational Gerontology*, *8*(6), 523–536. https://doi.org/10.1080/0360127820080601

Osmanoğlu, D. E. ve Kaya, H. İ. (2013). Öğretmen adaylarının yükseköğretime dair memnuniyet durumları ile öznel iyi oluş durumlarının değerlendirilmesi: Kafkas Üniversitesi örneği. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *12*(12), 45–70.

Oswald, A. J., Proto, E. ve Sgroi, D. (2015). Happiness and productivity. *Journal of Labor Economics*, *33*(4), 789–822. https://doi.org/10.1086/681096

Özdemir, Z. (2018). Sağlık bilimlerinde likert tipi tutum ölçeği geliştirme. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, *5*(1), 60–68. https://doi.org/10.31125/hunhemsire.431132

Özeren, Ö. Ç. (2021). Cinsel tacizde bulunmaya yatkınlık ölçeği: Türkçeye uyarlama. *Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi*, *6*(12), 93–113.

Özkan, B. (2011). Ergenlerin cinsel eğitimine farklı bir bakış. C. İncesu ve O. Kızıl Ünlü (Ed.), *Cinselllik ve cinsel eğitim* (122–129). Türkiye Aile Sağlığı ve Planlaması Vakfı.

Pallant, J. (2005). *SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for windows*. McGraw-Hill.

Palmore, E. ve Kivett, V. (1977). Change in life satisfaction: A longitudinal study of persons aged 46-70. *Journal of Gerontology*, *32*(3), 311–316. https://doi.org/10.1093/geronj/32.3.311

Pane, E. S., Wibawa, A. D. ve Purnomo, M. H. (2019). Improving the accuracy of EEG emotion recognition by combining valence lateralization and ensemble learning with tuning parameters. *Cognitive Processing*, *20*(4), 405–417. https://doi.org/10.1007/s10339-019-00924-z

Paşa, M. (2007). *Stresin bireysel performans üzerindeki etkileri ve bir uygulama*. [Doktora Tezi]. Uludağ Üniversitesi.

Pathak, D., Agrawal, P., Efros, A. A. ve Darrell, T. (2017). Curiosity-driven exploration by self-supervised prediction. *IEEE Computer Society Conference on Computer Vision and Pattern Recognition Workshops*, *July*(1), 488–489. https://doi.org/10.1109/CVPRW.2017.70

Pavot, W. ve Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, *5*(2), 164–172. https://doi.org/10.1037/1040-3590.5.2.164

Pedersen, M. (2024). Managing and measuring cognitive performance. *Imotions*. [Çevrim-içi: https://imotions.com/blog/insights/managing-and-measuring-cognitive-performance/], Erişim tarihi: 10.03.2024.

Peirce, J. W., Gray, J. R., Simpson, S., MacAskill, M. R., Höchenberger, R., Sogo, H., Kastman, E., Lindeløv, J. (2019). PsychoPy2: Experiments in behavior made easy. *Behavior Research Methods*, *51*(1), 195–203. https://doi.org/10.3758/s13428-018-01193-y

Peirce, J. W. (2007). PsychoPy-psychophysics software in python. *Journal of Neuroscience Methods*, *162*(1–2), 8–13. https://doi.org/10.1016/j.jneumeth.2006.11.017

Peirce, J. W. (2009). Generating stimuli for neuroscience using psychoPy. *Frontiers in Neuroinformatics*, *2*(JAN), 1–8. https://doi.org/10.3389/neuro.11.010.2008

Penney, R. K. ve McCann, B. (1964). The children's reactive curiosity scale. *Psychological Reports*, *15*(1), 323–334.

Pessoa, L. (2017). A network model of the emotional brain. *Trends in Cognitive Sciences*, *21*(5), 357–371. https://doi.org/10.1016/j.tics.2017.03.002

Peters, M. (1980). Why the preferred hand taps more quickly than the non-preferred hand: Three experiments on handedness. *Canadian Journal of Psychology*, *34*(1), 62–71. https://doi.org/10.1037/h0081014

Peterson, B. S., Skudlarski, P., Gatenby, J. C., Zhang, H., Anderson, A. W. ve Gore, J. C. (1999). An fMRI study of stroop word-color interference: Evidence for cingulate subregions subserving multiple distributed attentional systems. *Biological Psychiatry*, *45*(10), 1237–1258.

Peterson, C. ve Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press.

Peterson, C ve Park, N. (2004). Classification and measurement of character strengths: Implications for practice. P. Linley ve S. Joseph (Ed.), *Positive psychology in practice* (433–446). John Wiley & Sons.

Peterson, C., Park, N. ve Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, *6*(1), 25–41. https://doi.org/10.1007/s10902-004-1278-z

Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N. ve Seligman, M. E. P. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, *2*(3), 149–156. https://doi.org/10.1080/17439760701228938

Peterson, L. ve Peterson, M. J. (1959). Short-term retention of individual verbal items. *Journal of Experimental Psychology*, *58*(3), 193–198.

Pfeiffer, C. A. ve Wetstone, S. L. (1988). Health locus of control and well-being in systemic lupus erythematosus. *Arthritis & Rheumatism*, *1*(3), 131–138. https://doi.org/10.1002/art.1790010303

Pflug, A., Gompf, F., Muthuraman, M., Groppa, S. ve Kell, C. A. (2019). Differential contributions of the two human cerebral hemispheres to action timing. *eLife*, 8, 1–26. https://doi.org/10.7554/eLife.48404

Piccolino, A. (2023). Cross-validation and initial investigation of two abbreviated methods of the finger tapping test. *Applied Neuropsychology: Adult*, *30*(1), 54–62. https://doi.org/10.1080/23279095.2021.1909593

Pihlblad, C. T. ve Adams, D. L. (1972). Widowhood, social participation and life satisfaction. *Aging and Human Development*, *3*(4), 323–330. https://doi.org/10.2190/dnq7-tm1k-3rxb-tk23

Pinto, J. O., Dores, A. R., Peixoto, B. ve Barbosa, F. (2023). Ecological validity in neurocognitive assessment: Systematized review, content analysis, and proposal of an instrument. *Applied Neuropsychology: Adult*, *32*(2), 577-594.

Po, M. M. ve Aung, S. (2019). Curiosity and subjective well-being of grade 10 students from Kyaukpadaung Township. *Universities Research Journal*, *12*(6).

Pollock, P. H. ve Edwards, B. C. (2025). *An IBM SPSS companion to political analysis*. SAGE Publications.

Porricelli, D., Tecilla, M., Pucci, V., Di Rosa, E., Mondini, S. ve Cappelletti, M. (2024). Cognitive reserve modulates mental health in adulthood. *Aging Clinical and Experimental Research*, *36*(1), 139. https://doi.org/10.1007/s40520-024-02776-w

Posner, M. I. (1980). Orienting of attention. *Quarterly Journal of Experimental Psychology*, *32*(1), 3–25. https://doi.org/10.1080/00335558008248231

Posner, M. I. ve Boies, S. J. (1971). Components of attention. *Psychological Review*, *78*(5), 391–408. https://doi.org/10.1037/h0031333

Posner, M. I. ve Dehaene, S. (1994). Attentional networks. *Trends in Neurosciences*, *17*(2), 75–79. https://doi.org/10.1016/0166-2236(94)90078-7

Posner, M. I. ve Fan, J. (2008). Attention as an organ system. J. R. Pomerantz (Ed.), *Topics in Integrative neuroscience from cells to cognition* (31–61). Cambridge University Press.

Posner, M. I. ve Rothbart, M. K. (2007). Research on attention networks as a model for the integration of psychological science. *Annual Review of Psychology*, *58*(1), 1–23. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085516

Posner, M. I., Rothbart, M. K. ve Tang, Y.-Y. (2015). Enhancing attention through training. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 4, 1–5.

Postman, L., Egan, J. P. ve Davis, J. (1948). Rate of recall as a measure of learning: I. the effects of retroactive inhibition. *Journal of Experimental Psychology, 38*(5), 535–546. https://doi.org/10.1037/h0060673

Pressman, S. D. ve Cohen, S. (2005). Does positive affect ınfluence health? *Psychological Bulletin, 131*(6), 925–971. https://doi.org/10.1037/0033-2909.131.6.925

Prihandinisari, C. C. (2017). *The influence of work motivation, organisational commitment, and job satisfaction on the intention to leave a public organisation in Indonesia*. [Doctoral Dissertation]. Charles Sturt University.

Prudon, P. (2015). Confirmatory factor analysis as a tool in research using questionnaires: A critique. *Comprehensive Psychology*, 4, 1–19.

Razavi, M., Janfaza, V., Yamauchi, T., Leontyev, A., Longmire-Monford, S. ve Orr, J. (2022). OpenSync: An open-source platform for synchronizing multiple measures in neuroscience experiments. *Journal of Neuroscience Methods*, 369, 109458. https://doi.org/10.1016/j.jneumeth.2021.109458

Register-Mihalik, J. K., Kontos, D. L., Guskiewicz, K. M., Mihalik, J. P., Conder, R. ve Shields, E. W. (2012). Age-related differences and reliability on computerized and paper-and-pencil neurocognitive assessment batteries. *Journal of Athletic Training, 47*(3), 297–305.

Reio, T. G. ve Callahan, J. L. (2004). Affect, curiosity and socialization-related learning: A path analysis of antecedents to job performance. *Journal of Business and Psychology, 19*(1), 3–22. https://doi.org/10.1023/B:JOBU.0000040269.72795.ce

Reio Jr., T., Petrosko, J., Wiswell, A. ve Thongsukmag, J. (2006). The measurement and conceptualization of curiosity. *The Journal of Genetic Psychology, 167*(2), 117–135. https://doi.org/10.3200/GNTP.167.2.117-135

Reio, T. G. ve Sanders–Reio, J. (2020). Curiosity and well–being in emerging adulthood. *New Horizons in Adult Education and Human Resource Development, 32*(1), 17–27. https://doi.org/10.1002/nha3.20270

Reio, T. G. ve Wiswell, A. (2000). Field investigation of the relationship among adult curiosity, workplace learning, and job performance. *Human Resource Development Quarterly, 11*(1), 5–30.

Reisoğlu, S. ve Yazıcı, H. (2017). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordamada beş faktör kişilik özellikleri, mizah tarzları ve duygusal zekânın rolü. *Journal of History Culture and Art Research, 6*(4), 888–912. https://doi.org/10.7596/taksad.v6i4.973

Rezai, K., Andreasen, N. C., Alliger, R., Cohen, G., Swayze, V. ve O'Leary, D. S. (1993). The neuropsychology of the prefrontal cortex. *Archives of Neurology, 50*(6), 636–642. https://doi.org/10.1001/archneur.1993.00540060066020

Rochford, R. A. (2004). *Effects of learning-style responsive materials on underachieving remedial writings students at an urban community college* [Doctoral Dissertation]. St. John's University.

Rolls, E. T., Hornak, J., Wade, D. ve McGrath, J. (1994). Emotion-related learning in patients with social and emotional changes associated with frontal lobe damage. Journal of Neurology, *Neurosurgery and Psychiatry, 57*(12), 1518–1524. https://doi.org/10.1136/jnnp.57.12.1518

Roth, N. ve Bättig, K. (1991). Effects of cigarette smoking upon frequencies of EEG alpha rhythm and finger tapping. *Psychopharmacology, 105*(2), 186–190. https://doi.org/10.1007/BF02244307

Røysamb, E., Tambs, K., Reichborn-Kjennerud, T., Neale, M. C. ve Harris, J. R. (2003). Happiness and health: Environmental and genetic contributions to the relationship between subjective well-being, perceived health, and somatic illness. *Journal of Personality and Social Psychology, 85*(6), 1136–1146.

Rúa-Hidalgo, I., Galmes-Cerezo, M., Cristofol-Rodríguez, C. ve Aliagas, I. (2021). Understanding the emotional impact of GIFs on instagram through consumer neuroscience. *Behavioral Sciences, 11*(8), 108–123.

Rui, Z. ve Gu, Z. (2021). A review of EEG and fMRI measuring aesthetic processing in visual user experience research. *Computational Intelligence and Neuroscience*, 2021. https://doi.org/10.1155/2021/2070209

Rüger, H., Hoherz, S., Schneider, N. F., Fliege, H., Bellinger, M. M. ve Wiernik, B. M. (2023). The effects of urban living conditions on subjective well-being: The case of german foreign service employees. *Applied Research in Quality of Life, 18*(4), 1939–1963. https://doi.org/10.1007/s11482-023-10169-w

Ryan, R. M. (1982). Control and information in the intrapersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology, 43*(3), 450–461. https://doi.org/10.1037//0022-3514.43.3.450

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2008). Self-determination theory and the role of basic psychological needs in personality and the organization of behavior. O. P. John, R. W. Robins ve L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (654–678). The Guilford Press.

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*(1), 68–78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, *61*(April), 101860. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860

Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2022). Self-determination theory. F. Maggino (Ed.), *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (1–7). Springer.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*(6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*(4), 719–727.

Saföz Güven, İ. G. (2008). *Fen ve genel lise öğrencilerinin cinsiyet ve sosyometrik statülerine göre öznel iyi oluş düzeyleri, genel sağlık örüntüleri ve psikolojik belirti türleri*. [Yüksek Lisans Tezi]. Çukurova Üniversitesi.

Salthouse, T. A. (1996). The processing-speed theory of adult age differences in cognition. *Psychological Review*, *103*(3), 403–428.

Sarıipek, D. B. (2017). "İhtiyaç" kavramı ekseninde sosyal koruma: Temel ihtiyaçlar yaklaşımı. *İnsan ve İnsan Dergisi*, *4*(12), 43–65. https://doi.org/10.29224/insanveinsan.313027

Sauter, M., Draschkow, D. ve Mack, W. (2020). Building, hosting and recruiting: A brief introduction to running behavioral experiments online. *Brain Sciences*, *10*(4), 1–11. https://doi.org/10.3390/BRAINSCI10040251

Schack, B., Chen, A. C. N., Mescha, S. ve Witte, H. (1999). Instantaneous EEG coherence analysis during the stroop task. *Clinical Neurophysiology*, *110*(8), 1410–1426. https://doi.org/10.1016/S1388-2457(99)00111-X

Schaufeli, W. B., Bakker, A. B. ve Van Rhenen, W. (2009). How changes in job demands and resources predict burnout, work engagement, and sickness absenteeism. *Journal of Organizational Behavior*, *30*(7), 893–917. https://doi.org/10.1002/job.595

Schaufeli, W. B. ve Taris, T. W. (2014). A critical review of the job demands-resources model: Implications for improving work and health. G. F. Bauer ve O. Hämmig (Ed.), *Bridging occupational, organizational and public health: A transdisciplinary approach* (43–68). Springer Science+Business Media Dordrecht.

Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R. M. ve Funder, D. C. (2004). Personality and life satisfaction: A facet-level analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *30*(8), 1062–1075. https://doi.org/10.1177/0146167204264292

Schinka, J. A. ve Velicer, W. F. (2003). *Research methods in psychology*. I. B. Weiner (Ed.), Handbook of psychology (3-188). John Wiley & Sons.

Schmidhuber, J. (2006). Developmental robotics, optimal artificial curiosity, creativity, music, and the fine arts. *Connection Science*, *18*(2), 173–187. https://doi.org/10.1080/09540090600768658

Schmitt, F. F. ve Lahroodi, R. (2008). The epistemic value of curiosity. *Educational Theory*, *58*(2), 125–148. https://doi.org/10.1111/j.1741-5446.2008.00281.x

Schnall, P. L., Devereux, R. B., Pickering, T. G. ve Schwartz, J. E. (1992). The relationship between 'job strain' workplace diastolic blood pressure, and left ventricular mass index: A correction. *JAMA: The Journal of the American Medical Association*, *267*(9), 1209. https://doi.org/10.1001/jama.1992.03480090057027

Schüler, J. (2010). Achievement incentives determine the effects of achievement-motive incongruence on flow experience. *Motivation and Emotion*, *34*(1), 2–14. https://doi.org/10.1007/s11031-009-9150-4

Seeber, M., Scherer, R. ve Müller-Putz, G. R. (2016). EEG oscillations are modulated in different behavior-related networks during rhythmic finger movements. *The Journal of Neuroscience*, *36*(46), 11671–11681. https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.1739-16.2016

Seo, M. G., Barrett, L. F. ve Bartunek, J. M. (2004). The role of affective experience in work motivation. *Academy of Management Review*, *29*(3), 423–439. https://doi.org/10.5465/AMR.2004.13670972

Seval, H. (2006). Çatışmanın etkileri ve yönetimi. *Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *8*(15), 245–254.

Sgroi, D. (2015). *Happiness and productivity: Understanding the happy-productive worker*. Social Market Foundation, 1–20. www.warwick.ac.uk/cage

Shaikh, A. G. ve Zee, D. S. (2018). Eye movement research in the twenty-first century-a window to the brain, mind, and more. *Cerebellum*, *17*(3), 252–258. https://doi.org/10.1007/s12311-017-0910-5

Shallice, T. ve Burgess, P. W. (1991). Deficits in strategy application following frontal lobe damage in man. *Brain*, *114*(2), 727–741. https://doi.org/10.1093/brain/114.2.727

Shand, A. F. (1914). Curiosity. A. F. Shand (Ed.), *The foundations of Character: Being a study of the tendencies of the emotions and sentiments* (438–454). MacMillan.

Sheikholeslami, C., Yuan, H., He, E. J., Bai, X., Yang, L. ve He, B. (2007). *A high resolution EEG study of dynamic brain activity during video game play*. Annual International Conference of the IEEE Engineering in Medicine and Biology - Proceedings, 2489–2491.

Sheldon, K. M. ve Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *76*(3), 482–497.

Sheldon, K. M., Jose, P. E., Kashdan, T. B. ve Jarden, A. (2015). Personality, effective goal-striving, and enhanced well-being: Comparing 10 candidate personality strengths. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *41*(4), 575–585. https://doi.org/10.1177/0146167215573211

Shirani, A., Newton, B. D. ve Okuda, D. T. (2017). Finger tapping impairments are highly sensitive for evaluating upper motor neuron lesions. *BMC Neurology*, *17*(1), 55. https://doi.org/10.1186/s12883-017-0829-y

Shmotkin, D. (1990). Subjective well-being as a function of age and gender: A multivariate look for differentiated trends. *Social Indicators Research*, *23*(3), 201–230. https://doi.org/10.1007/BF00293643

Shrout, P. E. ve Fleiss, J. L. (1979). Intraclass correlations: Uses in assessing rater reliability. *Psychological Bulletin*, *86*(2), 420–428. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18839484

Sıddık, K. (2004). 2 x 2 tablolarında bazı örnek genişlikleri ve I. tip hata seviyeleri (a) için kappa (K) istatistiğine ait ampirik olarak gerçekleşen kritik değerler. *Tarım Bilimleri Dergisi*, *10*(2), 169–173.

Siedlecki, K. L., Yazdani, N., Minahan, J. ve Falzarano, F. (2020). Examining processing speed as a predictor of subjective well-being across age and time in the German aging survey. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, *27*(1), 66–82. https://doi.org/10.1080/13825585.2019.1585514

Silverstein, S. M., Berten, S., Olson, P., Paul, R., Williams, L. M., Cooper, N. ve Gordon, E. (2007). Development and validation of a world-wide-web-based neurocognitive assessment battery: WebNeuro. *Behavior Research Methods*, *39*(4), 940–949. https://doi.org/10.3758/BF03192989

Silvia, P. J. (2005). What is interesting? Exploring the appraisal structure of interest. *Emotion*, *5*(1), 89–102. https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.1.89

Silvia, P. J. (2008a). Appraisal components and emotion traits: Examining the appraisal basis of trait curiosity. *Cognition and Emotion*, *22*(1), 94–113. https://doi.org/10.1080/02699930701298481

Silvia, P. J. (2008b). Interest-the curious emotion. *Current Directions in Psychological Science*, *17*(1), 57–60. https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2008.00548.x

Silvia, P. J. (2012). Curiosity and motivation. R. M. Ryan (Ed.), *The Oxford handbook of human motivation* (156–166). Oxford University Press.

Silvia, P. J. (2017). Curiosity. P. O'Keefe ve J. Harackiewicz (Ed.), *The science of interest* (97–107). Springer International Publishing.

Simon, E. J., Dickey, J. L., Hogan, K. A. ve Reece, J. B. (2017). *Campbell temel biyoloji*. E. Gündüz ve İ. Türkan (Çev.). Palme Yayıncılık. https://ws1.turcademy.com/ww/webviewer.php?doc=20608

Sirgy, M. J. (2012). *The psychology of quality of life*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-007-4405-9

Siuly, S., Li, Y. ve Zhang, Y. (2016). *EEG signal analysis and classification: Techniques and applications*. Springer.

Smith, C. A. ve Lazarus, R. S. (1990). Emotion and adaptation. L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (609–637). The Guilford Press.

Smith, G. C. (1991). The brain and higher mental function. Australian and New Zealand *Journal of Psychiatry*, *25*(2), 215–230.

Snyder, H. R. (2013). Major depressive disorder is associated with broad impairments on neuropsychological measures of executive function: A meta-analysis and review. *Psychological Bulletin*, *139*(1), 81–132. https://doi.org/10.1037/a0028727

Spanouli, A. ve Hofmans, J. (2021). A resource-based perspective on organizational citizenship and counterproductive work behavior: The role of vitality and core self-evaluations. *Applied Psychology*, *70*(4), 1435–1462. https://doi.org/10.1111/apps.12281

Spearman, C. (1961). The proof and measurement of association between two things. J. J. Jenkins ve D. G. Paterson (Ed.), *Studies in individual differences: The search for intelligence* (45–58). Appleton-Century-Crofts.

Sperber, A. D. (2004). Translation and validation of study ınstruments for cross-cultural research. *Gastroenterology*, *126*(1), 124–128. https://doi.org/10.1053/j.gastro.2003.10.016

Sperling, G. (2019). The information available in brief visual presentations. *Essential Sources in the Scientific Study of Consciousness*, *74*(11), 325–356. https://doi.org/10.7551/mitpress/2834.003.0028

Springer, K. W., Pudrovska, T. ve Hauser, R. M. (2011). Does psychological well-being change with age? Longitudinal tests of age variations and further exploration of the multidimensionality of Ryff's model of psychological well-being. *Social Science Research*, *40*(1), 392–398. https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2010.05.008

Stack, S. ve Eshleman, J. R. (1998). Marital status and happiness: A 17-nation study. *Journal of Marriage and the Family*, *60*(2), 527.

Staw, B. M. ve Barsade, S. G. (1993). Affect and managerial performance: A test of the sadder-but-wiser vs. happier-and-smarte hypothese. *Administrative Science Quarterly*, *38*(2), 304–331.

Steel, P., Schmidt, J. ve Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *134*(1), 138–161. https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138

Steptoe, A., Deaton, A. ve Stone, A. A. (2015). Subjective wellbeing, health, and ageing. *The Lancet*, *385*(9968), 640–648. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)61489-0

Stevens, S. S. (1946). On the theory of scales of measurement. *Science*, *103*(2684), 677–680. https://doi.org/10.1126/science.103.2684.677

Stewart-Rozema, J. (2019). *Careful curiosity: Curiosity as an epistemic and ethical virtue.* [Doctoral Dissertation]. Emory University.

Strasburger, H. (2020). *Software for visual psychophysics: An overview*. http://www.hans.strasburger.de/psy_soft.html

Stroop, J. R. (1935). Studies of interference in serial verbal reactions. *Journal of Experimental Psychology*, *18*(6), 643–662. https://doi.org/10.1037/h0054651

Susanty, E., Sijbrandij, M., van Dijk, W., Srisayekti, W., de Vries, R. ve Huizink, A. C. (2022).The effects of psychological interventions on neurocognitive functioning inposttraumatic stress disorder: A systematic review. *European Journal of Psychotraumatology, 13(1),* 2071527.

Suzumura, S., Osawa, A., Kanada, Y., Keisuke, M., Takano, E., Sugioka, J., Natsumi, M., Nagahama, T., Shiramoto, K., Kuno, K., Kizuka, S., Satoh, K., Sakurai, H., Sano, Y., Mizuguchi, T., Kandori, A. ve Kondo, I. (2022). Finger tapping test for assessing the risk of mild cognitive impairment. *Hong Kong Journal of Occupational Therapy*, *35*(2), 137–145.

Şahin, M., Aydın, B., Sarı, S. V., Kaya, S. ve Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, *20*(3), 827–836.

Şanal Güngör, B. (2020). *Tek ebeveynle ve iki ebeveynle yaşayan ergenlerin öznel iyi oluşuna göre okulda öznel iyi oluş ve arkadaşa bağlanma düzeylerinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi].Yıldız Teknik Üniversitesi.

Şengönül, G. M. (2023). *Tarihi yapılarda çağdaş ek yaklaşımlarının insan algıları üzerindeki etkilerinin nörobilişsel analizi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Erciyes Üniversitesi.

Şentürk, O. (2020). *Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü çalışanlarının rekreasyonel aktivitelere katılımlarının sorgulama becerileri, merak ve keşfetme düzeyleri açısından incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Düzce Üniversitesi.

Şimşek, A. İ. (2022). *Öğretmen zihniyeti ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi: Sınıf öğretmenleri örneği*. [Yüksek Lisans Tezi]. Kocaeli Üniversitesi.

Tabacnick, B. G. ve Fidel, L. S. (2007). *Using multivariate statistics*. Pearson.

Tamdogon, O. G. (2006). Creativity in education: Clearness in perception, vigorousness in curiosity. *Education for Information, 24*(2–3), 139–151. https://doi.org/10.3233/EFI-2006-242-303

Tanrısever, C. (2018). Paket tur satın alan müşterilerin şikâyet analizi. *Turizm Akademik Dergisi*, *5*(1), 114–123.

Tay, L. ve Diener, E. (2011). Needs and subjective well-being around the world. *Journal of Personality and Social Psychology*, *101*(2), 354–365.

Tay, L., Li, M., Myers, D. ve Diener, E. (2014). Religiosity and subjective well-being: An international perspective. C. Kim-Prieto (Ed.), *Religion and spirituality across cultures* (163–175). Springer.

Teismann, H., Schubert, R., Reilmann, R. ve Berger, K. (2022). Effects of age and sex on outcomes of the Q-motor speeded finger tapping and grasping and lifting tests-findings from the population-based BiDirect Study. *Frontiers in Neurology*, 13. https://doi.org/10.3389/fneur.2022.965031

Tek, Z. (2017). Düşlerin yorumu'ndan Ziya Paşa'nın Rüya'sına: Bir savunma mekanizması olarak fantezi. *Türklük Bilimi Araştırmaları, 22*(42), 227–257. https://doi.org/10.17133/tubar.365392

Ten Brummelhuis, L. L. ve Bakker, A. B. (2012). A resource perspective on the work–home interface: The work–home resources model. *American Psychologist, 67*(7), 545–556. https://doi.org/10.1037/a0027974

Tesch-Römer, C., Motel-Klingebiel, A. ve Tomasik, M. J. (2008). Gender differences in subjective well-being: Comparing societies with respect to gender equality. *Social Indicators Research*, *85*(2), 329–349.

Thams, F. ve Brassen, S. (2023). The need to change: Is there a critical role of midlife adaptation in mental health later in life? *eLife*, 12, 1–17. https://doi.org/10.7554/eLife.82390

Theorell, T. (1990). Working conditions and health. L. F. Berkman ve I. Kawachi (Ed.), *Social epidemiology* (95–117). Oxford University Press.

Thompson, P. S. ve Klotz, A. C. (2022). Led by curiosity and responding with voice: The influence of leader displays of curiosity and leader gender on follower reactions of psychological safety and voice. *Organizational Behavior and Human Decision Processes, 172*(3), 1–43.

Thorndike, E. L. (1939). American cities and states: Variation and correlation in institutions, activities, and the personal qualities of the residents. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *39*(1), 213–298. https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1939.tb55378.x

Todd, A. R., Bodenhausen, G. V., Richeson, J. A. ve Galinsky, A. D. (2011). Perspective taking combats automatic expressions of racial bias. *Journal of Personality and Social Psychology, 100*(6), 1027–1042. https://doi.org/10.1037/a0022308

Tokgöz Bakıroğlu, C. (2013). Sosyalleşme ve kimlik inşası ekseninde sosyal paylaşım ağları. *Akademik Bilişim*, 1–8.

Tokmak, G. (2019). Tüketimde diderot etkisi ve zeigarnik etkisine kavramsal bir bakış. *Turkish Journal of Marketing, 4*(1), 42–61. https://doi.org/10.30685/tujom.v4i1.39

Tomkins, S. S. (1962). *Affect, Imagery, Consciousness: The Positive Affects*. Springer.

Tompkins, G. E. ve Tway, E. (1985). Keeping language curiosity alive in elementary school children: Adventuring with words. *Childhood Education, 61(*5), 361–365. https://doi.org/10.1080/00094056.1985.10522358

Toplak, M. E., West, R. F. ve Stanovich, K. E. (2013). Practitioner review: Do performance-based measures and ratings of executive function assess the same construct? *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 54*(2), 131–143. https://doi.org/10.1111/jcpp.12001

Trahan, D. E., Larrabee, G. J. ve Quintana, J. W. (1990). Visual recognition memory in normal adults and patients with unilateral vascular lesions. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology, 12*(6), 857–872. https://doi.org/10.1080/01688639008401027

Turan, M. B. (2015). *Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin meraklılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yüksek Lisans Tezi]. Erciyes Üniversitesi.

Turner, S. A. ve Silvia, P. J. (2006). Must interesting things be pleasant? A test of competing appraisal structures. *Emotion, 6*(4), 670–674. https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.4.670

Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. [Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi.

Tuzgöl Dost, M. (2005). Öznel iyi oluş ölçeği'nin geliştirilmesi: Gerçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, *3*(23), 103–111.

Türkçapar, M. H., Örsel, S., Uğurlu, M., Sargın, E., Turhan, M., Akkoyunlu, S., Hatıloğlu, U. ve Karakaş, G. (2008). Kişilik inanç ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenirligi. *Klinik Psikiyatri*, 10, 177–191.

Türkdoğan, T. (2010). *Üniversite öğrencilerinde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyinin öznel iyi oluş düzeyini yordamadaki rolü*. [Yüksek Lisans Tezi]. Pamukkale Üniversitesi.

Tüzün, İ. K. (2017). Yönetimde erken dönem: Klasik ve neoklasik yaklaşımlar. H. C. Sözen ve H. N. Basım (Ed.), *Örgüt kuramları* (11–33). Beta Yayıncılık.

Uddin, L. Q., Nomi, J. S., Hébert-Seropian, B., Ghaziri, J. ve Boucher, O. (2017). Structure and function of the human insula. *Journal of Clinical Neurophysiology, 34*(4), 300–306.

Unde, S. ve Shriram, R. (2014). PSD based coherence analysis of EEG signals for stroop task. *International Journal of Computer Applications*, *95*(16), 1–5.

Usta, I. (2016). *Liderlik davranışının çalişanlarin öznel iyi oluşları ve işe yabancılaşmaya etkisi: Bir alan araştırması*. [Doktora Tezi]. Trakya Üniversitesi.

Ünal, S. (2018). Genç nesilde ötekileştirmenin dijital yüzü: Nezaket dışı siyasal değer yüklü paylaşımlar ve kutuplaşma. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, *8*(15), 1812–1866. https://doi.org/10.26466/opus.430747

Vallesi, A., Mazzonetto, I., Ambrosini, E., Babcock, L., Capizzi, M., Arbula, S., Tarantino, V., Semenza, C. ve Bertoldo, A. (2017). Structural hemispheric asymmetries underlie verbal stroop performance. *Behavioural Brain Research*, 335, 167–173. https://doi.org/10.1016/j.bbr.2017.08.024

Van der Haegen, L. ve Brysbaert, M. (2018). The relationship between behavioral language laterality, face laterality and language performance in left-handers. *PLOS ONE*, *13*(12), e0208696. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208696

Van Lieshout, L. L. F., Van Den Bosch, R., Hofmans, L., De Lange, F. P. ve Cools, R. (2020). Does dopamine synthesis capacity predict individual variation in curiosity? *BioRxiv*, 2020.10.13.337477.

Van Lieshout, L. L. F., Vandenbroucke, A. R. E., Müller, N. C. J., Cools, R. ve de Lange, F. P. (2018). Induction and relief of curiosity elicit parietal and frontal activity. *Journal of Neuroscience*, *38*(10), 2579–2588. https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2816-17.2018

Vance, D. E., Del Bene, V. A., Kamath, V., Frank, J. S., Billings, R., Cho, D. Y., Byun, J. Y., Jacob, A., Anderson, J. N., Visscher, K., Triebel, K., Martin, K. M., Li, W., Puga, F. ve Fazeli, P. L. (2024). Does olfactory training improve brain function and cognition? A systematic review. *Neuropsychology Review*, *34*(1), 155-191.

Vanderhasselt, M.-A., De Raedt, R. ve Baeken, C. (2009). Dorsolateral prefrontal cortex and stroop performance: Tackling the lateralization. *Psychonomic Bulletin & Review*, *16*(3), 609–612. https://doi.org/10.3758/PBR.16.3.609

Vansteenkiste, M., Ryan, R. M. ve Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and Emotion*, *44*(1), 1-31. https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1

Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness (factoren van invloed op het geluk)* Reidel Publishing. https://doi.org/10.1007/978-94-009-6432-7

Vernon, J. ve Hoffman, J. (1956). Effect of sensory deprivation on learning rate in human beings. *Science*, *123*(3207), 1074–1075. https://doi.org/10.1126/science.123.3207.1074-a

Veroff, J., Feld, S. ve Gurin, G. (1962). Dimensions of subjective adjustment. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, *64*(3), 192–205. https://doi.org/10.1037/h0043247

Volf, N. V. ve Razumnikova, O. M. (1999). Sex differences in EEG coherence during a verbal memory task in normal adults. *International Journal of Psychophysiology*, *34*(2), 113–122. https://doi.org/10.1016/S0167-8760(99)00067-7

Von Stumm, S. ve Ackerman, P. L. (2013). Investment and intellect: A review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, *139*(4), 841–869. https://doi.org/10.1037/a0030746

Von Stumm, S., Hell, B. ve Chamorro-Premuzic, T. (2011). The hungry mind: Intellectual curiosity is the third pillar of academic performance. *Perspectives on Psychological Science*, *6*(6), 574–588. https://doi.org/10.1177/1745691611421204

Wairagkar, M. (2017). *EEG data for voluntary finger tapping movement.* University of Reading.

Wan Ismail, W. O. A. S., Hanif, M., Mohamed, S. B., Hamzah, N. ve Rizman, Z. I. (2016). Human emotion detection via brain waves study by using electroencephalogram (EEG). *International Journal on Advanced Science, Engineering and Information Technology*, *6*(6), 1005–1011. https://doi.org/10.18517/ijaseit.6.6.1072

Wang, H. ve Li, J. (2015). How trait curiosity influences psychological well-being and emotional exhaustion: The mediating role of personal initiative. *Personality and Individual Differences*, 75, 135–140. https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.11.020

Ward, E. J., Chun, M. M. ve Kuhl, B. A. (2013). Repetition suppression and multi-voxel pattern similarity differentially track implicit and explicit visual memory. *Journal of Neuroscience*, *33*(37), 14749–14757. https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.4889-12.2013

Watson, D. ve Clark, L. A. (1991). Self- versus peer ratings of specific emotional traits: Evidence of convergent and discriminant validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, *60*(6), 927–940. https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.6.927

Watson, D. ve Clark, L. A. (1997). Measurement and mismeasurement of mood: Recurrent and emergent issues. *Journal of Personality Assessment*, *68*(2), 267–296. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6802_4

Watson, D., Clark, L. A. ve Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*(6), 1063–1070.

Webster, D. M. ve Kruglanski, A. W. (1994). Individual differences in need for cognitive closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, *67*(6), 1049–1062.

Weekes, N. Y. ve Zaidel, E. (1996). The effects of procedural variations on lateralized stroop effects. *Brain and Cognition*, *31*(3), 308–330. https://doi.org/10.1006/brcg.1996.0049

Weible, J. L. ve Zimmerman, H. T. (2016). Science curiosity in learning environments: Developing an attitudinal scale for research in schools, homes, museums, and the community. *International Journal of Science Education*, *38*(8), 1235–1255. https://doi.org/10.1080/09500693.2016.1186853

Weiss, S. ve Mueller, H. M. (2003). The contribution of EEG coherence to the ınvestigation of language. *Brain and Language*, *85*(2), 325–343. https://doi.org/10.1016/S0093-934X(03)00067-1

West, R. ve Alain, C. (2000). Age-related decline in inhibitory control contributes to the increased stroop effect observed in older adults. *Psychophysiology*, *37*(2), 179–189. https://doi.org/10.1017/S0048577200981460

West, R. ve Bell, M. A. (1997). Stroop color-word interference and electroencephalogram activation: Evidence for age-related decline of the anterior attention system. *Neuropsychology*, *11*(3), 421–427. https://doi.org/10.1037//0894-4105.11.3.421

Westman, M., Hobfoll, S. E., Chen, S., Davidson, O. B. ve Laski, S. (2004). Organizational stress through the lens of conservation of resources (COR) theory. P. L. Perrewe ve D. C. Ganster (Ed.), *Research in Occupational Stress and Well Being* (167–220), Emerald Group Publishing.

White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, *66*(5), 297–333. https://doi.org/10.1037/h0040934

Whitesides, G. M. (2018). Curiosity and science. *Angewandte Chemie International Edition*, *57*(16), 4126–4129. https://doi.org/10.1002/anie.201800684

Wiegand, I., Hennig-Fast, K., Kilian, B., Müller, H. J., Töllner, T., Möller, H. J., Engel, R. R. ve Finke, K. (2016). EEG correlates of visual short-term memory as neuro-cognitive endophenotypes of ADHD. *Neuropsychologia*, 85, 91–99. https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2016.03.011

Wiegand, I., Lauritzen, M. J., Osler, M., Mortensen, E. L., Rostrup, E., Rask, L., Richard, N., Horwitz, A., Benedek, K., Vangkilde, S. ve Petersen, A. (2017). EEG correlates of visual short-term memory in older age vary with adult lifespan cognitive development. *Neurobiology of Aging*, 62, 210–220. https://doi.org/10.1016/j.neurobiolaging.2017.10.018

Wilson, W. R. (1960). *An attempt to determine some correlates and dimensions of hedonic tone*. [Doctorate Dissertation]. Northwestern University.

Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, *67*(4), 294–306. https://doi.org/10.1037/h0024431

Winkielman, P. ve Berridge, K. C. (2004). Unconscious emotion. *Current Directions in Psychological Science*, *13*(3), 120–123. https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00288.x

Winkler, I. ve Cowan, N. (2005). From sensory to long-term memory. *Experimental Psychology*, *52*(1), 3–20. https://doi.org/10.1027/1618-3169.52.1.3

Witter, R. A., Okun, M. A., Stock, W. A. ve Haring, M. J. (1984). Education and Subjective well-being: A meta-analysis. *Educational Evaluation and Policy Analysis*, *6*(2), 165–173. https://doi.org/10.3102/01623737006002165

Wolff, M. J., Ding, J., Myers, N. E. ve Stokes, M. G. (2015). Revealing hidden states in visual working memory using electroencephalography. *Frontiers in Systems Neuroscience*, *9*(september), 1–12. https://doi.org/10.3389/fnsys.2015.00123

Wolk, S. ve Telleen, S. (1976). Psychological and social correlates of life satisfaction as a function of residential constraint. *Journals of Gerontology*, *31*(1), 89–98. https://doi.org/10.1093/geronj/31.1.89

Wright, T. A. ve Hobfoll, S. E. (2004). Commitment, psychological well-being and job performance: An examination of conservation of resources (COR) theory and job burnout. *Journal of Business and Management*, *9*(4), 389–406.

Wutzl, B., Leibnitz, K. ve Murata, M. (2024). An analysis of the correlation between the asymmetry of different EEG-sensor locations in diverse frequency bands and short-term subjective well-being changes. *Brain Sciences*, *14*(3), 267. https://doi.org/10.3390/brainsci14030267

Xanthopoulou, D., Bakker, A. B., Demerouti, E. ve Schaufeli, W. B. (2009). Reciprocal relationships between job resources, personal resources, and work engagement. *Journal of Vocational Behavior*, *74*(3), 235–244. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2008.11.003

Xia, J., Mazaheri, A., Segaert, K., Salmon, D. P., Harvey, D., Shapiro, K., Kutas, M. ve Olichney, J. M. (2020). Event-related potential and EEG oscillatory predictors of verbal memory in mild cognitive impairment. *Brain Communications*, *2*(2). https://doi.org/10.1093/braincomms/fcaa213

Xia, Y., Wang, G. ve Yang, F. (2024). A nationwide study of the impact of social quality factors on life satisfaction among older adults in rural China. *Scientific Reports*, *14*(1), 11614. https://doi.org/10.1038/s41598-024-61398-4

Xu, Y. Y., Feng, Z. Q., Xie, Y. J., Zhang, J., Peng, S. H., Yu, Y. J. ve Li, M. (2018). Frontal alpha EEG asymmetry before and after positive psychological interventions for medical students. *Frontiers in Psychiatry*, *9*(SEP), 1–10. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2018.00432

Yantis, S. ve Jonides, J. (1984). Abrupt visual onsets and selective attention: Evidence from visual search. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*, *10*(5), 601–621. https://doi.org/10.1037/0096-1523.10.5.601

Yaşlıoğlu, M. M. (2017). Sosyal bilimlerde faktör analizi ve geçerlilik: Keşfedici ve doğrulayıcı faktör analizlerinin kullanılması. *İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi*, 46, 74–85.

Yeşil, S. ve Meriç, Ş. N. (2025). Epistemik merakın bireysel yaratıcılık, iş tatmini ve bireysel performans üzerine etkisinde örgütsel desteğin düzenleyici rolü. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, *18*(1), 392–410. https://doi.org/10.25287/ohuiibf.1559196

Yetim, Ü. (1991). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu*. [Doktora Tezi]. İzmir Üniversitesi.

Yoon, S.-H., Oh, J., Um, Y. H., Seo, H. J., Hong, S. C., Kim, T. W. ve Jeong, J.-H. (2024). Differences in electroencephalography power and asymmetry at frontal region in young adults with attention-deficit/hyperactivity disorder: A quantitative electroencephalography study. *Clinical Psychopharmacology and Neuroscience*, *22*(3), 431–441. https://doi.org/10.9758/cpn.23.1104

Young, L., Dodell-Feder, D. ve Saxe, R. (2010). What gets the attention of the temporo-parietal junction? An fMRI investigation of attention and theory of mind. *Neuropsychologia*, *48*(9), 2658–2664. https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2010.05.012

Yow, Y. J., Li, X., ve Ng, J. C. K. (2022). Dimensions, measures, and contexts in psychological investigations of curiosity: A scoping review. *Behavioral Sciences*, *12*(12), 493. https://doi.org/10.3390/bs12120493

Yurcu, G. ve Kocakula, Ö. (2015). Konaklama işletmelerinde çalışan yalnızlığının öznel iyi oluş üzerine etkisi. *Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *2*(1), 30–41. https://doi.org/https://doi.org/10.30803/adusobed.188839

Yurdugül, H. (2005). *Ölçek geliştirme çalışmalarında kapsam geçerliği için kapsam geçerlik indekslerinin kullanılması*. 16. Ulusal Eğiitm Bilimleri Kongresi, 1–6.

Zhang, J. (2019). Secrets of the brain: An introduction to the brain anatomical structure and biological function. *arXiv Preprint, IFM Lab Tutorial Series*, April, 1–34. http://arxiv.org/abs/1906.03314

Zhang, Y. ve Chen, M. (2018). Character strengths, strengths use, future self-continuity and subjective well-being among chinese university students. *Frontiers in Psychology*, *9*(JUN), 1–14.

Zhang, H. ve Ishikawa, M. (2009). Characterization of particle swarm optimization with diversive curiosity. *Neural Computing and Applications*, *18*(5), 409–415. https://doi.org/10.1007/s00521-009-0252-4

Zhang, L., Sun, J., Sun, B., Luo, Q. ve Gong, H. (2014). Studying hemispheric lateralization during a stroop task by near-infrared spectroscopy. H. Hirschberg, S. J. Madsen, E. D. Jansen, Q. Luo, S. K. Mohanty ve N. V. Thakor (Ed.), *Optical techniques in neurosurgery, neurophotonics, and optogenetics* (183-188). SPIE.

Zhang, Z., Zhao, Y., Du, H. ve Adelijiang, M. (2025). The degree of educational participation in later life and subjective well-being in China: Based on attitudes to self-aging perspective. *Humanities and Social Sciences Communications*, *12*(1), 1793. https://doi.org/10.1057/s41599-025-06023-z

Zheng, W.-L., Zhu, J.-Y., Peng, Y. ve Lu, B.-L. (2014). *EEG-based emotion classification using deep belief networks*. 2014 IEEE International Conference on Multimedia and Expo (ICME), 1–6. https://doi.org/10.1109/ICME.2014.6890166

Zuckerman, M. ve Litle, P. (1986). Personality and Curiosity about Morbid and Sexual Events. Personality and Individual Differences, 7(1), 49–56. https://doi.org/10.1016/0191-8869(86)90107-8

Zwick, W. R. ve Velicer, W. F. (1982). Factors influencing four rules for determining the number of components to retain. *Multivariate Behavioral Research*, *17*(2), 253–269. https://doi.org/10.1207/s15327906mbr1702_5

EKLER

EK A Veri Toplama Aracı

İşyerinde Merak Ölçeği – Workplace Curiosity Scale

İşinizi ve işyerinizi düşündüğünüzde, lütfen her bir ifadenin sizi ne kadar yansıttığını belirtiniz.
1 – Çok az ya da hiç
2 – Az
3 – Ne fazla ne az
4 – Fazla
5 – Çok fazla

Madde	
Keşif Hazzı	
1	Zihnimin iş dışında karmaşık……
2	Farklı fikirlerle denemeler……
3	İşyerinde, bilgi……
4	Birşey hakkında……
Yoksunluk Hassasiyeti	
1	İşyerinde karmaşık……
2	Karmaşık bir iş……
3	Bir çözüm bulma……
4	İşyerinde karmaşık……
Strese Dayanım	
1	İş kaygı uyandırdığında, ……
2	Sıkıntıya düşme……
3	Korkutucu görünse……
4	İlgimi çeken……
Fikirlere Açıklık	
1	Farklı düşünen……
2	Farklı fikirlere……
3	Mevcut düşünce……
4	Bir soruna……

EK A'nın Devamı

Yaşam Doyum Ölçeği

Kendi yaşamınızı değerlendirmenizi istiyoruz. Aşağıda verilen beş ifadeye katılabilir ya da katılmayabilirsiniz. Bu ifadelere katılıp katılmadığınızı aşağıda gösterilen puanlama sistemini kullanarak gösteriniz.
1 – Tamamen Karşıyım (veya tamamen yanlış)
2 – Karşıyım (veya genelde yanlış)
3 – Biraz karşıyım (veya biraz yanlış)
4 – Ne katılıyorum ne katılmıyorum (ne doğru ne yanlış)
5 – Biraz katılıyorum (veya biraz doğru)
6 – Katılıyorum (veya genelde doğru)
7 – Tamamen katılıyorum (veya tamamen doğru)

Madde	
1	Hayatım birçok yönlerden idealiminkine yakın
2	Hayat şartlarım mükemmel
3	Hayatımdan memnunum
4	Hayattan şimdiye kadar istediğim şeyleri elde ettim
5	Eğer hayata yeniden başlasaydım hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim

Olumlu/Olumsuz Duygu Ölçeği

Bu ölçek farklı duyguları tanımlayan bir takım sözcükler içermektedir. Son iki hafta nasıl hissettiğinizi düşünüp her maddeyi okuyunuz. Uygun cevabı her maddenin yanında ayrılan yere (puanları daire içine alarak) işaretleyiniz.
1 – Çok az veya hiç 2 – Biraz 3 – Ortalama 4 – Oldukça 5 – Çok fazla

1. İlgili 1 2 3 4 5
2. Sıkıntılı 1 2 3 4 5
3. Heyecanlı 1 2 3 4 5
4. Mutsuz 1 2 3 4 5
5. Güçlü 1 2 3 4 5
6. Suçlu 1 2 3 4 5
7. Ürkmüş 1 2 3 4 5
8. Düşmanca 1 2 3 4 5
9. Hevesli 1 2 3 4 5
10. Gururlu 1 2 3 4 5
11. Asabi 1 2 3 4 5
12. Uyanık 1 2 3 4 5
(dikkati açık)
13. Utanmış 1 2 3 4 5
14. İlhamlı 1 2 3 4 5
(yaratıcı düşüncelerle dolu)
15. Sinirli 1 2 3 4 5
16. Kararlı 1 2 3 4 5
17. Dikkatli 1 2 3 4 5
18. Tedirgin 1 2 3 4 5
19. Aktif 1 2 3 4 5
20. Korkmuş 1 2 3 4 5