

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ  
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK  
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN EKO-KAYGI DÜZEYLERİ İLE  
GELECEK YÖNELİMİ, UMUT VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ  
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**HAZIRLAYAN**

**SUZAN ÇETİNER**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ANKARA – 2025**

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK**  
**YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN EKO-KAYGI DÜZEYLERİ İLE**  
**GELECEK YÖNELİMİ, UMUT VE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ DÜZEYLERİ**  
**ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**HAZIRLAYAN**  
**SUZAN ÇETİNER**

**TEZ DANIŞMANI**  
**DOÇ. DR. HİCRAN ÇETİN GÜNDÜZ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**ANKARA – 2025**

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı çerçevesinde Suzan Çetiner tarafından hazırlanan bu çalışma, aşağıdaki jüri tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 18 / 06 / 2025

**Tez Adı:** Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeyleri ile Gelecek Yönelimi, Umut ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

**Tez Jüri Üyeleri ( Unvanı, Adı - Soyadı, Kurumu)**

**İmza**

Prof. Dr. Figen Çok, Başkent Üniversitesi

.....

Doç.Dr. Eylem Gökçe Cengiz, Ankara Üniversitesi

.....

Doç. Dr. Hicran Çetin Gündüz, Başkent Üniversitesi

.....

**ONAY**

Prof. Dr. Servet ÖZDEMİR

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

Tarih: ... / ... / .....

**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**  
**YÜKSEK LİSANS TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU**

Tarih: 14 / 07 / 2025

Öğrencinin Adı, Soyadı: Suzan ÇETİNER

Öğrencinin Numarası: 22220046

Anabilim Dalı: Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı

Programı: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışmanın Unvanı/Adı, Soyadı: Doç. Dr. Hicran ÇETİN GÜNDÜZ

Tez Başlığı: Üniversite Öğrencilerin Eko-Kaygı Düzeyleri ile Gelecek Yönelimi, Umut ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yukarıda başlığı belirtilen Yüksek Lisans tez çalışmamın; Giriş, Ana Bölümler ve Sonuç Bölümünden oluşan, toplam 76 sayfalık kısmına ilişkin 14/07/2025 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından TURNITIN adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %9'dur. Uygulanan filtrelemeler:

1. Kaynakça hariç
2. Alıntılar hariç
3. Beş (5) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

“Başkent Üniversitesi Enstitüleri Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Usul ve Esaslarını” inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Öğrenci İmzası:.....

**ONAY**

Tarih: 14 /07 /2025

Öğrenci Danışmanı Unvan, Ad, Soyad, İmza:

Doç. Dr. Hicran ÇETİN GÜNDÜZ

.....

## TEŞEKKÜR

Zorlu ama bir o kadar da öğretici geçen, büyük bir heyecan ve umutla başladığım tez sürecimin sonuna gelirken mesleki ve kişisel anlamda gelişimime değerli katkılar sunan bu yolculukta yanımda olan ve desteklerini esirgemeyen herkese gönülden teşekkür etme zamanı...

Tez çalışmamın planlanmasında, araştırılmasında ve yürütülmesinde bana yol gösteren, bilimsel bir bakış açısı geliştirmemi sağlayan, içinden çıkamadığım her durumda bilgi birikimiyle yoluma ışık tutup beni cesaretlendiren ve sabırla bana yol gösteren değerli hocam tez danışmanım Doç. Dr. Hicran Çetin Gündüz'e en derin teşekkürlerimi sunarım. Yolumu aydınlatan önerileri ve samimi desteği olmasaydı bu çalışma bu noktaya gelemezdi.

Yüksek lisans eğitimim boyunca kendisinin bilgisi ve yönlendirmelerinden yararlandığım, motivasyonu ve katkıları için değerli hocam Prof. Dr. Figen Çok'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tez savunma jüri davetimizi kabul ederek ayrıntılı ve titiz bir gözle çalışmamı değerlendirip kıymetli öneri ve görüşlerini ileten ve tezimin gelişimi için bilgi birikimiyle geribildirimlerini paylaşan değerli hocam Doç.Dr. Eylem Gökçe Cengiz'e teşekkür ederim.

Sadece mutlu anlarımda değil zorlu ve stresli süreçlerimde de yanımda olan, bana her zaman başarabileceğimi hatırlatan ve zorluklarla mücadele etmemde bana güç veren sevgili arkadaşım Paşacan Baştabak'a tüm kalbimle teşekkür ederim.

En zor zamanlarda umutla gelen kişi, yüreği sevgiyle dolu kıymetli arkadaşım Şevval Berfin Tül'e teşekkür ederim.

Varlığıyla bana güç veren, her zaman arkamda olduğunu hissettiğim, öğretileriyle hayatıma yön veren ve emeklerini asla ödeyemeyeceğim babam Fuat Çetiner'e ve sevgili annem Necla Çetiner'e destekleri için çok teşekkür ediyorum.

Bu değerli yolculukta benimle birlikte olan, katkı sağlayan ve beni motive eden tüm değerli insanlara minnettarım.

SUZAN ÇETİNER  
Ankara 2025

## **ÖZET**

**SUZAN ÇETİNER**

### **Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeyleri ile Gelecek Yönelimi, Umut ve Psikolojik İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

**Başkent Üniversitesi**

**Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı**

**Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı**

**2025**

Bu çalışmada üniversite öğrencilerin eko-kaygı düzeyleri ile gelecek yönelimi, umut ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi hedeflemiştir. Bu kapsamda bağımsız değişken olarak eko-kaygı düzeyi, bağımlı değişken olarak gelecek yönelimi, umut ve psikolojik iyi oluş düzeyi ele alınmıştır. Bu amaç doğrultusunda ilişkisel tarama modelinde bir çalışma yürütülmüştür. Araştırma 2024-2025 eğitim-öğretim yılında, Ankara ilinde farklı devlet ve vakıf üniversitelerinin Eğitim Fakültelerinde öğrenim gören 393 kadın ve 209 erkek olmak üzere 602 üniversite öğrencisiyle yürütülmüştür. Verileri toplamak amacıyla Eko-Anksiyete Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği ve araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Öğrencilerin Eko-Anksiyete Ölçeğinden aldıkları puanların kişisel bilgi formunda bulunan sosyodemografik değişkenlere göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla; cinsiyet ve yaş değişkeni için Bağımsız Örneklem T-Testi yapılmıştır. Eko-kaygı düzeylerinin algılanan sosyoekonomik düzey, yaşamının çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölge, haftalık sosyal medyada geçirilen süre, haftalık haberleri takip etmek için ayrılan süre ve çevre dostu davranışlara katılma durumu değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılarak incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin umut, psikolojik iyi oluş ve gelecek yönelimlerini anlamlı düzeyde yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre eko-kaygı düzeyinin

demografik değişkenlere göre incelenmesi sonucunda eko-kaygı düzeyi ile algılanan sosyoekonomik düzey arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken yaş, cinsiyet, yaşamının çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölge, haftalık sosyal medyada geçirilen süre, haftalık haberleri takip etmek için ayrılan süre ve evre dostu davranışlara katılma durumu arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Eko-kaygının gelecek yönelimi, umut ve psikolojik iyi oluşun istatistiksel olarak anlamlı birer yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bulgular ilgili alan yazın ışığında tartışılmış ve geleceğe yönelik öneriler sunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** niversite ğrencileri, Eko-Kaygı, ,Umut, Psikolojik İyi Oluş, Geleceğe Yönelik Tutum

## **ABSTRACT**

**SUZAN ÇETİNER**

### **Investigation of the Relationship Between University Students' Eco-Anxiety Level and Future Orientation, Hope and Psychological Well-Being Levels**

**Başkent University**

**Institute of Educational Sciences**

**Guidance and Psychological Counseling Master Degree Program**

**2025**

This study aimed to examine the relationship between university students' eco-anxiety levels and their future orientation, hope and psychological well-being levels. In this context, eco-anxiety level was taken as the independent variable and future orientation, hope and psychological well-being levels were taken as the dependent variables. For this purpose, a study was conducted in the relational survey model. The research was conducted with 602 university students, 393 female and 209 male, studying in the Education Faculties of different public and foundation universities in Ankara in the 2024-2025 academic year. In the study, data were obtained by using the Eco-Anxiety Scale, the Dispositional Hope Scale, the Psychological Well-Being Scale, the Attitude Towards the Future Scale and the Personal Information Form. An Independent Sample T-Test was conducted for gender and age variables to determine whether the scores of the students on the Eco-Anxiety Scale differed significantly according to the sociodemographic variables included in the personal information form. One-Way Analysis of Variance (ANOVA) was used to examine whether eco-anxiety levels differed significantly according to variables such as perceived socioeconomic level, place of residence where most of one's life is spent, geographic region where most of one's life is spent, time spent on weekly social media, time spent following weekly news, and participation in environmentally friendly behaviors. Simple linear regression analysis was used to determine whether university students' eco-anxiety levels significantly predicted their hope, psychological well-being and future. According to the results obtained, as a result of examining the eco-anxiety level according to demographic variables, no significant difference was found between the eco-anxiety level and the perceived socioeconomic level, while a significant difference was found between age, gender, the settlement where most of one's life is spent, the geographical region where most of

one's life is spent, the time spent on weekly social media, the time spent following weekly news, and the status of participating in environmentally friendly behaviors. It was concluded that eco-anxiety is a statistically significant predictor of future orientation, hope and psychological well-being. The findings were discussed in the light of the relevant literature and suggestions for the future were presented.

**Keywords:** University Students, Eco-Anxiety, Hope, Psychological Well-Being, Attitude Towards the Future

## İÇİNDEKİLER

|                                               |            |
|-----------------------------------------------|------------|
| <b>ÖZET.....</b>                              | <b>İ</b>   |
| <b>TABLolar LİSTESİ.....</b>                  | <b>İx</b>  |
| <b>ŞEKİLLER LİSTESİ.....</b>                  | <b>xİ</b>  |
| <b>SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....</b>   | <b>xİİ</b> |
| <b>BÖLÜM I.....</b>                           | <b>1</b>   |
| <b>GİRİŞ.....</b>                             | <b>1</b>   |
| 1.1.Problem Durumu.....                       | 1          |
| 1.2. Araştırmanın Amacı .....                 | 5          |
| 1.3.Araştırmanın Önemi .....                  | 6          |
| 1.4.Sayıtlılar .....                          | 9          |
| 1.5.Sınırlılıklar.....                        | 9          |
| 1.6.Tanımlar .....                            | 9          |
| 1.6.1.Eko-kaygı.....                          | 9          |
| 1.6.2. İklim değışikliğı .....                | 9          |
| 1.6.3. Geleceğı yönelik tutum .....           | 9          |
| 1.6.4. Umut.....                              | 10         |
| 1.6.5. Psikolojik iyi oluş .....              | 10         |
| <b>BÖLÜM II .....</b>                         | <b>11</b>  |
| <b>KURAMSAL ÇERÇEVE .....</b>                 | <b>11</b>  |
| 2.1. İklim Değışikliğı ve Ekolojik Kriz ..... | 11         |
| 2.2. Eko-Kaygı .....                          | 14         |
| 2.3. Eko-Kaygı ve Gençler .....               | 16         |
| 2.4. Eko-Kaygıyı Etkileyen Faktörler .....    | 17         |
| 2.4.1.Cinsiyet.....                           | 17         |
| 2.4.2. Yaş.....                               | 18         |
| 2.4.3. Sosyoekonomik düzey .....              | 19         |
| 2.4.4 Doğaya bağıllık .....                   | 19         |
| 2.8. Ekolojik Sistem Kuramı .....             | 20         |
| 2.8.1. Mikrosistem .....                      | 21         |
| 2.8.2. Mezosistem .....                       | 22         |
| 2.8.3. Ekzosistem .....                       | 23         |
| 2.8.4. Makrosistem.....                       | 23         |
| 2.8.5. Kronosistem .....                      | 24         |
| 2.5. Geleceğı Yönelik Tutum .....             | 24         |

|                                                                                                                                                                                  |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.6. Umut .....                                                                                                                                                                  | 26        |
| 2.7. Psikolojik İyi Oluş.....                                                                                                                                                    | 29        |
| 2.9. İlgili Araştırmalar.....                                                                                                                                                    | 31        |
| 2.9.1. Eko-kaygı ile ilgili yapılan araştırmalar .....                                                                                                                           | 31        |
| 2.9.2. Geleceğe yönelik tutumla ile ilgili yapılan araştırmalar .....                                                                                                            | 33        |
| 2.9.3. Umut ile ilgili yapılan araştırmalar .....                                                                                                                                | 34        |
| 2.9.4. Psikolojik iyi oluş ile ilgili yapılan araştırmalar .....                                                                                                                 | 35        |
| <b>BÖLÜM III.....</b>                                                                                                                                                            | <b>37</b> |
| <b>YÖNTEM .....</b>                                                                                                                                                              | <b>37</b> |
| 3.1. Araştırma Modeli .....                                                                                                                                                      | 37        |
| 3.2. Çalışma Grubu .....                                                                                                                                                         | 37        |
| 3.3. Veri Toplama Araçları.....                                                                                                                                                  | 39        |
| 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu .....                                                                                                                                                 | 39        |
| 3.3.2. Eko-Anksiyete Ölçeği.....                                                                                                                                                 | 40        |
| 3.3.3. Sürekli Umut Ölçeği .....                                                                                                                                                 | 40        |
| 3.3.4. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği .....                                                                                                                                       | 41        |
| 3.3.5. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği.....                                                                                                                                           | 41        |
| 3.4. Verilerin Toplanması .....                                                                                                                                                  | 41        |
| 3.5. Verilerin Analizi.....                                                                                                                                                      | 42        |
| <b>BÖLÜM IV.....</b>                                                                                                                                                             | <b>45</b> |
| <b>BULGULAR.....</b>                                                                                                                                                             | <b>45</b> |
| 4.1. Ölçme Araçlarına Verilen Yanıtların Betimsel İstatistikleri ve Normallik Varsayımı .                                                                                        | 45        |
| 4.2. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular.....                                                           | 48        |
| 4.2.1. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine yönelik bulgular.....                                  | 48        |
| 4.2.2. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyinin yaşa göre anlamlı düzeyde Farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin bulgular.....                                                | 49        |
| 4.2.3. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölgeye göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular | 49        |
| 4.2.4. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin algılanan sosyoekonomik düzey bakımından anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular .....        | 51        |
| 4.2.5. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yerleşim birimi değişkenine göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular .....                 | 51        |
| 4.2.6. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık sosyal medyada geçirdikleri süreye göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular ..... | 52        |

|                                                                                                                                                                                       |           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 4.2.7. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık haberleri takip etme süresi değişkenine göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular ..... | 54        |
| 4.2.8. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin çevre dostu davranışlara katılımlarına göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular .....           | 55        |
| 4.3.Üniversite Öğrencilerinin Umut, Psikolojik İyi Oluş ve Geleceğe Yönelik Tutum Düzeylerinin Eko-Kaygı Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulgular.....                                | 56        |
| 4.3.1.Üniversite öğrencilerinin umut düzeylerinin eko-kaygı tarafından yordanmasına ilişkin bulgular .....                                                                            | 56        |
| 4.3.2.Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin eko-kaygı düzeyi tarafından yordanmasına ilişkin bulgular .....                                                      | 57        |
| 4.3.3.Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutumlarının eko-kaygı düzeyi tarafından yordanmasına ilişkin bulgular .....                                                         | 57        |
| <b>BÖLÜM V .....</b>                                                                                                                                                                  | <b>59</b> |
| <b>TARTIŞMA.....</b>                                                                                                                                                                  | <b>59</b> |
| 5.1. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması.....                                                                 | 59        |
| 5.3. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Sosyoekonomik Düzeye Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması .....                                                     | 62        |
| 5.4. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Yerleşim Birimi Değişkenlerine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması.....                                            | 63        |
| 5.5. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Coğrafi Bölge Değişkenlerine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması .....                                             | 63        |
| 5.6. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Sosyal Medyada Geçirilen Süre Değişkenine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması .....                                | 65        |
| 5.7. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Haberleri Takip Etme Sıklığı Değişkenine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması .....                                 | 66        |
| 5.8. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Çevre Dostu Davranışlara Katılım Değişkenine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması .....                             | 67        |
| 5.9. Üniversite Öğrencilerinin Umut Düzeylerinin Eko-Kaygı Düzeyi Açısından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması .....                                                        | 68        |
| 5.10. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Eko-Kaygı Düzeyi Açısından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması .....                                        | 69        |
| 5.11. Üniversite Öğrencilerinin Geleceğe Yönelik Tutum Düzeylerinin Eko-Kaygı Düzeyi Açısından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması .....                                     | 70        |
| <b>BÖLÜM VI.....</b>                                                                                                                                                                  | <b>73</b> |
| <b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>                                                                                                                                                         | <b>73</b> |
| 6.1. Sonuç.....                                                                                                                                                                       | 73        |
| 6.2.Öneriler .....                                                                                                                                                                    | 74        |

|                                                                           |            |
|---------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>KAYNAKLAR.....</b>                                                     | <b>77</b>  |
| <b>EKLER .....</b>                                                        | <b>104</b> |
| Ek 1. Gönüllü Katılımcı Onam Formu .....                                  | 104        |
| Ek 2. Kişisel Bilgi Formu .....                                           | 105        |
| Ek 3. Eko-Anksiyete Ölçeği (The Hogg Eco-Anxiety Scale/HEAS-13) .....     | 107        |
| Ek 4. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği .....                                    | 108        |
| Ek 5. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği.....                                  | 109        |
| EK 6. Sürekli Umut Ölçeği.....                                            | 110        |
| Ek 7. Eko-Anksiyete Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı.....           | 111        |
| Ek 8. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı ..... | 111        |
| Ek 9. Sürekli Umut Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı.....            | 111        |
| Ek 10. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı.....    | 112        |
| Ek 11. Etik Kurul İzni .....                                              | 113        |

## TABLÖLAR LİSTESİ

### Sayfa

|                                                                                                                                                      |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 3.1.....                                                                                                                                       | 38 |
| Çalışma grubunun demografik değişkenlere göre frekans ve yüzde dağılımları .....                                                                     | 38 |
| Tablo 4.1.....                                                                                                                                       | 45 |
| Veri toplama araçlarından elde edilen sonuçlara ilişkin betimsel istatistikler .....                                                                 | 45 |
| Tablo 4.2.....                                                                                                                                       | 48 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin cinsiyete göre t-testi sonuçları .....                                                              | 48 |
| Tablo 4.3.....                                                                                                                                       | 49 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yaşa göre t-testi sonuçları .....                                                                   | 49 |
| Tablo 4.4.....                                                                                                                                       | 50 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin coğrafi bölgeye göre tek yönlü ANOVA sonuçları.....                                                 | 50 |
| Tablo 4.5.....                                                                                                                                       | 51 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin algılanan sosyoekonomik düzey değişkenine göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları .....    | 51 |
| Tablo 4.6.....                                                                                                                                       | 52 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yerleşim birimi değişkenine göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları .....                 | 52 |
| Tablo 4.7.....                                                                                                                                       | 53 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık sosyal medyada geçirilen süreye göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları .....    | 53 |
| Tablo 4.8.....                                                                                                                                       | 54 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık haberleri takip süresi değişkenine göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları ..... | 54 |
| Tablo 4.9.....                                                                                                                                       | 55 |
| Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin çevre dostu davranışlara katılımına göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları .....         | 55 |
| Tablo 4.10.....                                                                                                                                      | 56 |
| Umut düzeylerinin eko-kaygı tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları.....                                          | 56 |
| Tablo 4.11.....                                                                                                                                      | 57 |
| Psikolojik iyi oluş düzeylerinin eko-kaygı tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları.....                           | 57 |

|                                                                                                                    |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tablo 4.12. ....                                                                                                   | 58 |
| Geleceğe yönelik tutumun eko-kaygı tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları..... | 58 |

## ŞEKİLLER LİSTESİ

### Sayfa

|                                                                         |     |
|-------------------------------------------------------------------------|-----|
| Şekil 4.1.....                                                          | 459 |
| Eko-anksiyete ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği.....          |     |
| Şekil 4.2.....                                                          | 47  |
| Sürekli umut ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği.....           | 47  |
| Şekil 4.3.....                                                          | 47  |
| Psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği .....   | 47  |
| Şekil 4.4.....                                                          | 47  |
| Geleceğe yönelik tutum ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği..... | 47  |

## SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

IPCC Intergovernmental Panel on Climate Change /Hükümetlerarası İklim Değişikliği Paneli

WHO World Health Organization /Dünya Sağlık Örgütü

$\beta$  Standartlandırılmış Beta

N Katsayısı Örneklem Genişliği

R Korelasyon Katsayısı

$\alpha$  Güvenirlik Katsayısı (İç Tutarlılık Katsayısı)

sd Serbestlik Derecesi

SS Standart Sapma

$\bar{X}$  Ortalama

## BÖLÜM I

### GİRİŞ

#### 1.1.Problem Durumu

Gençlik dönemi bireyin bedensel, duygusal, zihinsel ve sosyal alanlarda önemli dönüşümler geçirdiği, kimliğini oluşturma sürecinin ön planda olduğu ve geleceğe dair belirsizliklerin sorgulandığı bir gelişim evresidir (Erikson, 1968). Gençler bu dönemde kim olduklarını, ne tür değerlere sahip olduklarını, nasıl bir yaşam tarzı benimsediklerini ve nasıl bir gelecek inşa edeceklerini keşfetmeye çalışmaktadırlar. Keşif sürecinin yaşandığı bu gelişim döneminde kaygı gençler arasında sık karşılaşılan duygusal bir tepki olarak öne çıkmaktadır. Gençlerde kaygının sık görülmesinde geleceğe dair belirsizlikler, akademik başarı baskısı, kimlik karmaşası, sosyal çevre tarafından kabul alma isteği ve aileden ayrışma süreci gibi etkenler önemli rol oynamaktadır (Coleman, 2011). Bu süreçte gençlerin karşılaştıkları çevresel tehditler, sosyal ve akademik baskılar, belirsizlikler ve toplumsal beklentiler kaygı düzeyinin artmasına sebep olmaktadır. Ayrıca Piaget (1972)'e göre gelişimsel olarak yaşın ilerlemesiyle birlikte soyut düşünme becerileri belirgin olarak artmaktadır. Bu durumda gençler yalnızca kendi yaşamlarına yönelik değil toplumsal yapının ve gezegenin geleceğine yönelik sorumluluk duygusu geliştirmekte ve içinde yaşadıkları dünyanın geleceğini de sorgulama eğilimi göstermektedirler. Bronfenbrenner (1994) ise gençlerin kaygılarının sadece bireysel deneyimlerle sınırlı kalmayıp aile, okul, arkadaş çevresi, medya, kültürel normlar ve ekonomik koşullar gibi çok katmanlı çevresel sistemlerin etkisiyle de şekillendiğini ortaya koymaktadır. Çevresel faktörler gençlerin gelişim sürecini karşılıklı etkileşimlerle şekillendiren, çok katmanlı ve sürekli değişen bir yapı sunmaktadır. Gençler çevreleriyle edilgen bir ilişki kurmakla kalmayıp çevresel sistemlerini aktif biçimde yorumlar, bu sistemler üzerinde etkide bulunur ve aynı zamanda bu sistemlerin etkilerine maruz kalırlar (Bronfenbrenner, 1979). Küresel bilgi aktarımının hızlanması ve sosyal medyanın da etkisiyle günümüzde gençler çevresel sorunlarla erken yaşta karşılaşmakta ve bu durum çevresel kaygıların duygusal ve düşünsel düzeyde daha yoğun şekilde hissedilmesine sebep olmaktadır (Ojala, 2012).

İnsan ve çevre etkileşimi sonucu çevrenin tahrip edilmesi, kirlenmesi, çevre sorunlarının yaşanması ortaya çıkmıştır (Akgün, 2023). Çevresel sorunlar günümüzde bireylerin yaşamlarını doğrudan etkileyen ve giderek artan bir gerçeklik olarak karşımıza çıkmaktadır (Sanson ve Masten, 2024).

İklim değışikliği, küresel ısınma, kaynakların tükenmesi ve çevre kirliliği gibi ekolojik problemler hem dünya genelinde hem de Türkiye’de çevresel tahribatın yanı sıra ekonomik kayıplara ve halk sağlığını tehdit eden sonuçlara yol açmaktadır. Sıcaklıkların yükselmesi, su kaynaklarının azalması ve ekstrem hava olaylarındaki artış özellikle tarımsal üretim, enerji kaynaklarının sürekliliği ve biyolojik çeşitliliğin korunması açısından önemli tehditler barındırmaktadır (Sağlam, 2024). Ekolojik krizler sadece fiziksel değil aynı zamanda bireylerin ruh sağlığını etkileyen küresel bir sorun haline gelmiştir ve iklim değışikliğine yönelik felaket haberleri ve çevresel bozulmalar bireylerde geleceğe yönelik tehdit algısını artırarak eko-kaygı kavramının ortaya çıkmasına sebep olmuştur (Albrecht, 2011). Eko-kaygı bireylerin çevresel yıkımlar, iklim değışikliği ve doğal felaketlere karşı gelişen yoğun kaygı, korku, üzüntü ve suçluluk duygularını içeren çok boyutlu duygusal bir tepki olarak tanımlanmaktadır (Pihkala, 2020). Bazı araştırmalar eko-kaygının gerçek bir çevresel tehdide verilen rasyonel bir tepki olduğunu ve bireyleri enerji ve su tasarrufu sağlamak, geri dönüşüm yapmak, plastik kullanımını azaltmak, toplu taşıma ve bisiklet gibi çevre dostu ulaşım yollarını tercih etmek, doğa dostu ürünler kullanmak ve ađaç dikerek ekosisteme katkı sağlamak gibi sürdürülebilir yaşamı destekleyen eylemler olarak tanımlanan çevre dostu davranışlara ve eko-üretkenliğe yönlendirebildiğini ortaya koymaktadır (Ágoston vd., 2024; Verplanken vd., 2020; Pihkala, 2020). Ancak eko-kaygı bazı bireylerde yoğun bir sıkıntıya yol açarak günlük yaşamı, işlevselliği ve sosyal ilişkileri olumsuz etkileyebilir. Bu durum bireylerde uyum bozucu, aşırı korku, çaresizlik, umutsuzluk gibi belirtilerle kendini gösterebilmektedir (Léger-Goodes vd., 2022). Eko-kaygının yarattığı duygusal tepkiler her bireyde aynı etkiyi yaratmamakta ve çeşitli faktörlere bağlı olarak farklılık göstermektedir. Araştırmalar kadınların ve düşük sosyoekonomik düzeye sahip bireylerin çevresel tehditlere karşı daha duyarlı ve kırılgan olduğunu, doğayla yakın ilişkide olan grupların ise eko-kaygıdan daha fazla etkilendiğini ortaya koymaktadır (Coffey vd., 2021). Özellikle kuraklık, deniz seviyesinin yükselmesi ve afet riski gibi tehditlerin yoğun yaşıandığı bölgelerde yaşayan bireylerde eko-kaygı düzeyi daha yüksektir. Karadeniz gibi kıyı şeridi sık sık sel, heyelan ve taşkın gibi doğal afetlere maruz bölgelerde yaşayan bireylerde çevresel kaygıların daha yoğun olması beklenmektedir (Çankaya ve Boz, 2023). Söz konusu afetler bölgedeki bireylerin günlük yaşamını doğrudan tehdit etmekte ve yerleşimlerde önemli ekonomik zararların yanı sıra psikolojik etkiler de yaratmaktadır. Afet deneyimi çevresel kaygıları artırmakta ve bu durum eko-kaygının önemli bir tetikleyicisi olarak görölmektedir. Ayrıca kırsal ve kentsel alanlarda da çevresel risk algılarının değıştiği bilinmektedir (Kankawale ve Niedzwiedz, 2023). Eko-kaygının çeşitli faktörlere bağlı olarak değışiklik göstermesi sebebiyle bu faktörlerin incelenmesi farklı

gruplara uygun müdahalelerin geliştirilmesine yol gösterebilmesi bakımından önemli görülmektedir.

İklim değişikliği ve çevresel felaketlere bağlı olarak ortaya çıkan yoğun kaygı bireylerin günlük yaşamını, kimlik gelişimini, yaşam kararlarını ve sosyal ilişkilerini olumsuz etkileyebilmektedir. Özellikle ergenler ve genç yetişkinler, çevresel belirsizlikler ve yaşanabilir bir dünya beklentisinin azalması nedeniyle eko-kaygıya daha açık bir risk grubunu oluşturmaktadır (Ojala vd., 2021). Araştırmalar, 18-35 yaş arası gençlerin iklim kaygısının ileri yaştaki yetişkinlere göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Gençlerin psikolojik gelişim süreçleri ve iklim krizinin uzun vadeli etkileri, onların kariyer, ikamet, eğitim ve çocuk sahibi olma gibi yaşam kararlarını doğrudan etkileyerek geleceğe yönelik tutumlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Sanson ve Bellema, 2021). Geleceğe yönelik tutum bireylerin kendi yaşamları ve toplumun geleceği hakkında sahip oldukları düşünce, beklenti ve duygusal eğilimleri ifade etmektedir (Nurmi, 1991). Özellikle gençlik döneminde geleceğe ilişkin olumlu ya da olumsuz tutumlar, bireyin psikolojik sağlığı, yaşam planlaması ve karar alma süreçleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Yapılan araştırmalar, geleceğe yönelik olumsuz tutumlara sahip gençlerin daha yüksek düzeyde depresyon, anksiyete, çaresizlik ve düşük yaşam doyumu yaşadıklarını göstermektedir (Schmid vd., 2011; McKay ve Skues, 2016). Özellikle iklim değişikliği ve çevresel krizler gençlerin gelecek algısını daha karamsar hale getirmekte ve gelecek kaybı hissini tetikleyerek geleceğe yönelik olumsuz tutumlar göstermelerine sebep olmaktadır (Hickman vd., 2021). Bu durum gençlerin çocuk sahibi olma, uzun vadeli yatırım yapma veya kalıcı sosyal ilişkiler kurma gibi önemli yaşam kararlarını ertelemesine ve kimi zaman bu kararları tamamen reddetmesine yol açabilmektedir. Geleceğe yönelik olumsuz tutum aynı zamanda gençlerin çözüm odaklı yaklaşımlar geliştirme kapasitelerini de azaltmakta, çevresel ve toplumsal sorunlara yönelik pasif ve umutsuz bir bakış açısının benimsenmesine neden olabilmektedir (Ojala, 2012). Bu durum hem bireysel refah hem de toplumsal süreklilik açısından risk oluşturmaktadır. İklim değişikliği ve çevresel krizler gençler arasında geleceğe dair artan güvensizlik ve umutsuzluk duygularıyla da ilişkilendirilmektedir. Umut, özellikle gençlik döneminde psikolojik dayanıklılık, yaşam doyumu ve hedef yönelimini destekleyen temel bir koruyucu faktördür (Snyder, 2002). Ancak yapılan araştırmalar, umut düzeyinin azalmasının gençlerde psikolojik sağlığı olumsuz etkileyebileceğini ortaya koymaktadır. Umut duygusundaki azalma, depresyon, anksiyete, çaresizlik, motivasyon kaybı ve düşük yaşam memnuniyeti ile ilişkilendirilmiştir (Valle vd., 2006; Gallagher vd., 2021). Özellikle iklim değişikliği ve çevresel krizler bağlamında gençlerin geleceğe dair umutlarını kaybetmesi,

onların varoluşsal kaygılarını artırmakta ve yaşam planlarını ertelemelerine yol açabilmektedir (Hickman vd., 2021). Bu durum, gençlerin eğitim, kariyer ve aile kurma gibi temel yaşam kararlarını sorgulamasına ve toplumsal aidiyet duygularının zedelenmesine neden olabilmektedir. Eko-kaygı yaşayan bireylerin iklim değişikliğinin geçmiş, şimdiki ve gelecekteki etkilerinden dolayı psikolojik iyi oluş düzeylerinin olumsuz biçimde etkilendiği görülmektedir. Psikolojik iyi oluş, bireylerin stresle başa çıkma kapasitelerini artırmakta, yaşam doyumunu desteklemekte ve uzun vadeli ruh sağlığı üzerinde koruyucu bir etki yaratmaktadır (Diener vd., 1999). Özellikle gençler için psikolojik iyi oluş sağlıklı kimlik gelişimi, akademik başarı, sosyal uyum ve çevresel olaylara karşı sağlıklı başa çıkma stratejileri geliştirebilme açısından kritik bir rol oynamaktadır. Giderek artan sayıda çalışma iklim değişikliği sonucunda oluşan kaygısının depresif belirtilerle, psikolojik işlevselliğin bozulmasıyla ve azalan psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğunu göstermektedir. Psikolojik iyi oluş düzeyi düşük olan gençlerde depresyon, anksiyete ve stres belirtileri artmaktadır (Steinberg, 2014). Bu durum yaşam doyumunda azalma, özgüven kaybı ve özsaygının azalması, akademik başarının düşmesi, motivasyon kaybı, sosyal çekilme ve yalnızlık hissine neden olabilmektedir (Ryff, 1989; Diener vd., 1999). İklim değişikliğinin yol açtığı stres etkenleri gençlerde önceden var olan psikolojik sorunları tetikleyebilmekte ve iklim olayları nedeniyle mevcut semptomlarının daha da ağırlaşmasına yol açabilmektedir.

Gençlerin iklim değişikliğine ilişkin algı ve kaygı düzeyleri kişilik özellikleri, mizaç, değer algıları ve çevresel sistemler gibi çeşitli faktörlere bağlı olarak farklılık göstermektedir. Evrensellik ve doğaya bağlılık gibi değerlere önem veren, duyarlılığı yüksek bireyler daha yoğun eko-kaygı yaşarken olumlu mizaca ve psikolojik sağlamlığa sahip bireyler daha umut odaklı yaklaşabilmektedir. Eko-kaygı bireysel özelliklerin yanı sıra aile, arkadaş çevresi ve okul gibi sosyal sistemler tarafından da şekillenmektedir (Crandon vd., 2022). Çevresel felaketlerin sık konuşulduğu veya çevre bilincinin yüksek olduğu ortamlarda eko-kaygının artabileceği ayrıca doğal afetler ve ekonomik kayıplar gibi aileyi etkileyen stres faktörlerinin de eko-kaygıyı dolaylı olarak besleyebileceği düşünülmektedir (Pihkala, 2022). Günümüzde sosyal medya gençler için bilgiye erişim sağlayan ve sosyal etkileşimlerini şekillendiren temel bir iletişim aracı olarak önemli bir yer tutmaktadır. Ancak bireylerin sosyal medya ve dijital platformlarda sürekli olarak olumsuz, korkutucu ve felaket odaklı haberlere maruz kalması felaket kaydırması olarak adlandırılmaktadır ve bu gibi riskler özellikle iklim değişikliği ve küresel krizlerin gündeme gelmesiyle bireylerde eko-kaygı açısından tehlikeli görülmektedir (Brophy vd., 2023).

Toplumun çevre bilincinin düşük olması bireyin kendini yalnız ve izole hissedebilmesine sebep olabilmektedir. Çevresel bakımdan iklim değişikliğinin küresel etkilerinin giderek görünür hale gelmesi, özellikle genç nesillerde daha yaygın ve yoğun bir kaygı yaşanmasına neden olabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla eko-kaygı bireysel ve çevresel koşulların etkileşimiyle şekillenen çok boyutlu ve heterojen bir deneyim olarak değerlendirilmekte ve genç bireylerin geleceğe yönelik tutumlarını, umut düzeyini ve psikolojik iyi oluşunu tehdit ettiği düşünülmektedir. Bu çerçevede eko-kaygının gençler üzerindeki etkilerinin anlaşılması hem bireysel psikolojik destek süreçleri hem de çevresel politika ve eğitim programları açısından büyük önem taşımaktadır.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin eko-kaygılarının gelecek yönelimi, umut ve psikolojik iyi oluş düzeylerini ne ölçüde açıkladığını incelemektir. Bu genel amaç doğrultusunda araştırmada aşağıdaki sorulara yanıt aranmaktadır:

1. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri;

a) cinsiyetlerine göre değişmekte midir?

b) yaş değişkenine göre değişmekte midir?

c) sosyoekonomik düzeye göre değişmekte midir?

d) yaşamın çoğunu geçirdiği yerleşim birimine göre değişmekte midir?

e) yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölgeye göre değişmekte midir?

f) haftalık sosyal medya kullanımına ayırdıkları süreye göre değişmekte midir?

g) haftalık haberleri takip süresine göre değişmekte midir?

h) çevre dostu davranışlara katılım durumlarına göre değişmekte midir?

2. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri psikolojik iyi oluş düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

3. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri umut düzeyini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri geleceğe yönelik tutumlarını anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

### 1.3.Araştırmanın Önemi

Çevresel krizler doğal sistemlerin dengesinin bozulmasına bağlı olarak biyolojik çeşitlilikte azalma, ekosistem hizmetlerinin zayıflaması, doğal kaynakların tükenmesi ve artan kirlilik gibi çok boyutlu sorunları beraberinde getiren hem ekolojik hem de sosyoekonomik yapıları tehdit eden karmaşık süreçleri ifade etmektedir. İnsan faaliyetlerinin çevre üzerindeki baskısının artması, bu krizlerin derinleşmesine yol açarak sürdürülebilir yaşam koşullarını tehlikeye sokmaktadır (Rockström vd., 2009). Bu krizlerin bir sonucu olarak ortaya çıkan iklim değişikliği, atmosferdeki sera gazı yoğunluğunun yükselmesi başta olmak üzere insan kaynaklı ve doğal etmenlerin etkisiyle uzun vadede iklim sistemlerinde kalıcı değişikliklere neden olmaktadır. Bu değişimler küresel sıcaklık artışı, yağış düzenlerindeki bozulmalar ve aşırı hava olaylarının artması gibi etkilerle hem doğal ekosistemler hem de insan toplumları üzerinde kapsamlı etkiler yaratmaktadır (IPCC, 2021). İklim değişikliği ve çevresel krizlerin artan etkileri su, besin, temiz hava ve güvenli barınma gibi temel gereksinimlere ulaşımı doğrudan engellemekle kalmayıp, aşırı hava olaylarının yol açtığı travmatik deneyimlerin bireylerin ruh sağlığı üzerindeki olumsuz etkilerinin ötesinde, psikolojik ve duygusal iyilik halini geniş kapsamda tehdit etmektedir. (Clayton ve Karazsia, 2020). İklim değişikliğinin ruh sağlığı üzerinde endişe, keder, panik atak, depresyon, intihar riski ve kaygı gibi birçok etkilerinin olduğu bilinmektedir. Dünyayla ilgili duygular kavramı son zamanlarda çevresel krizle karşı karşıya kalan insanların deneyimlediği duyguları tanımlamak için kullanılmaktadır (Benoit vd., 2022). İklim değişikliğinin yaratmış olduğu küresel iklim krizi ve çevre felaketi tehdidiyle ilgili yaşanan kaygı eko-kaygı olarak tanımlanmaktadır (Wu vd., 2020). Psikolog Renee Lertzman eko-kaygıyı çevresel bir melankoli ve felç edici güçsüzlük duygusunun birleşimi olarak adlandırırken Glenn Albrecht dünyayla ilgili akıl hastalığı olarak isimlendirmiştir (Dockett, 2019). Yale İklim Değişikliği İletişimi Programı tarafından 1036 yetişkin ile 2020’de yapılan ankette katılımcıların %72’sinin küresel ısınmanın gelecek nesillere zarar vereceğini düşündüğü görülmüştür. Aynı ankette katılımcıların çoğunun kendilerini endişeli ve çaresiz hissettiği de görülmektedir (Helm vd., 2018). Benzer sonuçlar Türkiye’de yapılan anketlerde de ortaya konmaktadır. Yuvam Dünya tarafından yürütülen Türkiye’nin İklim Krizi Algısı

Araştırması bulgularına göre Türkiye’de iklim değişikliği konusunda yaşanan endişenin önceki yıllara göre arttığı ortaya çıkmaktadır (Yuvam Dünya, 2023). Özellikle genç bireylerin geleceğe dair belirsizlik ve kontrol kaybı hissi nedeniyle bu tür duygusal tepkilere daha açık hale geldiği bilinmektedir (Hickman vd., 2021). Küresel anlamda iklim değişikliğinin sosyal, kültürel ve çevresel etkilerinin sıklıkla hissedilmeye başlanmasıyla birlikte gençler internet, sosyal medya ve filmler aracılığıyla iklim değişikliğinin yıkıcı etkileri hakkındaki kıyamet senaryolarına daha fazla maruz kalmaktadırlar (Rousell ve Cutter-Mackenzie-Knowles, 2020). Aynı zamanda gençlerin iklim değişikliğinin etkileri konusunda ileri yaştaki nesillere kıyasla daha bilinçli olması onları eko-kaygıya karşı savunmasız hale getirmektedir (Brophy vd., 2023).

Eko-kaygının gençlerde ruhsal bozuklukların gelişmesine sebep olabileceği veya mevcut rahatsızlıklarını olumsuz yönde etkileyebileceği ihtimalini taşıdığı düşünülmektedir. Henüz yaşamlarının başında olan genç bireyler iklim krizinin sonuçlarını en uzun süre deneyimleyecek kuşak olarak çevresel farkındalıkla birlikte daha yoğun bir psikolojik baskı hissetmektedir (Pihkala, 2019). Eko-kaygıyı önleyebilmek için bireylerin doğru bilgi ve becerileri edinmesinin yanı sıra geleceğe dair umut duygusunu deneyimlemesi de gerekli görülmektedir (Kelsey, 2016; Li ve Monroe, 2019; Ojala, 2016; Pihkala, 2018). Umut pozitif psikologlar tarafından insanları problem çözmeye yöneltmede önemli bir unsur olarak tanımlanmaktadır. Umut, çaresizliği azaltmak ve kaygıyı düzenlemek için bireylere psikolojik güç sağlamaktadır. Yapılan araştırmalar umudun stres etkilerini azaltmaya ve engellerle başa çıkma becerilerine yardımcı olmaktadır (Li ve Monroe, 2019). Eko-kaygıyla ilgili yapılan çalışmalarda çevresel kaygının derecesinin umutla birlikte değiştiği düşünülmektedir (Ojala, 2007). Bunun nedeni olarak umut düzeyi yüksek bireylerin iklim değişikliğinin etkilerini hafifletme ve buna uyum sağlama olasılıklarının yüksek olduğu vurgulanmaktadır (Kelsey, 2016). Umut düzeyi yüksek olan kişiler kendilerini kaygı durumlarına karşı daha fazla koruyabilmektedirler. Bu kişiler daha gerçekçi hedeflere sahip olup özgüvenlerini zedeleyebilecek herhangi bir durum karşısında daha dayanıklı durulabilecek güce sahiptirler (Rahimipour vd., 2015). Araştırmalar umut düzeyi yüksek olan bireylerin yüksek düzeyde kaygı uyandıran durumlarda olası çözümler için daha fazla çaba harcadıklarını ve kaygı uyandıran durumlar karşısında daha az kaçınmacı başa çıkma yöntemi uyguladıklarını göstermektedir (Lin vd., 2020).

Yapılan araştırmalara göre iklim değişikliğinin psikolojik etkileri konusunda uzmanlaşmış olan bazı psikiyatristler tarafından travma öncesi stres bozukluğu olarak da

adlandırılan eko-kaygının özellikle gençler üzerinde psikolojik anlamda potansiyel bir zarar kaynağı olduğu görülmektedir (Kaplan, 2020). Eko-kaygı her zaman patolojik olmasa da bireylerin iyi oluşu üzerinde bir engel oluşturmaktadır (Passmore vd., 2023). Psikolojik iyi oluş, bireyin kendisi ve yaşam kalitesiyle ilgili değerlendirmelerini içeren, optimal düzeyde bir işleyişi ifade etmektedir (Telef vd., 2013). Kaygı yaratan durumların bireylerin öğrenme kalitesi, fiziksel etkiler, yılmazlık, depresyon ve psikolojik iyi oluş gibi birçok konuda olumsuz etkilerinin olduğu bilinmektedir. Kaygı bireylerin kendilerini üzgün, iştahsız, gergin ve güvensiz hissetmelerine neden olarak psikolojik iyi oluşu etkilemektedir (Li ve Hasson, 2020). Bazı araştırmalar kaygının bireylerde yarattığı olumsuz duygulanımların bireylerin psikolojik iyi oluşlarını düşürerek gelecekle ilgili hedef belirleme potansiyellerini düşürdüğünü ortaya çıkarmışlardır (Liu vd., 2009). İklim değişikliğinin bireylerde yarattığı sıkıntılı düşünce ve duyguların psikolojik iyi oluş düzeyini düşürdüğü görülmektedir. Psikolojik iyi oluş düşük olan bireyler eko-kaygıyla mücadele edecek gerekli motivasyona sahip olamamaktadırlar (Malboeuf- Hurtubise vd., 2024).

Literatür incelendiğinde birçok ülkede eko-kaygının gençleri etkilediğini ortaya koyan çalışma bulunmaktadır ancak Türkiye’de bu konuda yapılan çalışmaların oldukça sınırlı sayıda olduğu görülmektedir ve bu yaş grubundaki bireylerin eko-kaygılarının fark edilmesi gerekmektedir. Gençlerin psikososyal anlamda iyi oluşunu ve dayanıklılığını geliştirmek adına eğitimcilerin, ruh sağlığı profesyonellerinin ve araştırmacıların gençlerin yaşadığı iklim değişikliği ve buna bağlı konulardaki olumsuz duygu ve düşüncelerinin olduğunu bilmeleri ve bunun için müdahaleler geliştirmeleri önem taşımaktadır. Ayrıca gençlere sunulacak olan psikolojik danışma süreçlerinde bireylerin çevrelerine sağlıklı olarak uyum sağlamaları ve kendilerini potansiyelleri doğrultusunda geliştirebilmeleri için umut, psikolojik iyi oluş ve geleceğe yönelik tutum önemli bir yer tutmaktadır ancak eko-kaygının bu kavramlar üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir. Bu nedenle yapılacak çalışmayla eko-kaygının da bireylerin ruh sağlığı açısından bir engel teşkil edebileceğini ortaya koymanın önemli olacağı düşünülmektedir. Dünya genelinde birçok insanı ilgilendiren çevre ve iklim krizinin yarattığı kaygıya dikkat çekmek, Türkiye’de önemli bir yer tutan üniversite öğrencilerinin bu konuda yaşadığı tahmin edilen kaygı düzeyini belirlemek ve eko-kaygı düzeyinin umut, iyi oluş ve gelecek yönelimlerini ne derece yordadığını belirlemek amaçlanmıştır. Böylece gençlerin daha iyi bir gelecek planlaması, psikolojik anlamda daha dayanıklı hale gelmesi açısından önlerinde bir engel teşkil eden eko-kaygı düzeyinin fark edilmesi amaçlanmaktadır. Eko-kaygı düzeyinin düşmesiyle bahsedilen değişkenlerin artması arasında bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Umud,

iyi oluş ve gelecek yönelimiyle ilgili yapılacak olan çalışmalarda eko-kaygının da etkisinin olabileceğinin göz önünde bulundurulması açısından çalışmalara destek sağlamak amaçlanmaktadır.

#### **1.4.Sayıtlar**

Örneklemdaki katılımcıların araştırma verilerinin toplanması sürecindeki ölçme araçlarını doğru okuyup üstüne düşünerek doldurduğu ve samimiyetle cevapladıkları varsayılmaktadır.

#### **1.5.Sınırlılıklar**

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır.

1. Araştırmanın sonuçları; 2024-2025 Eğitim-Öğretim Yılı bahar yarıyılında Ankara ilinde bulunan bazı devlet ve vakıf üniversitesinin öğrencilerinden elde edilen veriler ile sınırlıdır.
2. Eko-kaygının varoluşsal kaygı ve gelecek kaygısı gibi bazı kaygı türlerinden etkilendiği görülmüştür. Bu nedenle bireylerin mevcut farklı kaygılarının bulunmasının araştırma sonuçlarını farklılaştırabileceği düşünülmektedir.

#### **1.6.Tanımlar**

##### **1.6.1.Eko-kaygı**

Eko-kaygı çevresel krizlerden ve iklim değişikliğinin olumsuz etkilerinde dolayı sürekli hissedilen suçluluk, umutsuzluk ve gelecek hakkında belirsizlik duygularının olduğu, bireylerin kendisiyle birlikte çocukları ve ileride yaşayacak nesiller için duyduğu yoğun endişe şeklinde tanımlanmaktadır (Clayton, 2020).

##### **1.6.2. İklim değişikliği**

İklim değişikliği doğal sebepler ve insan faaliyetleri gibi etkenlerin bir sonucu olarak iklimin zaman boyunca değişmesidir (Gür, 2016).

##### **1.6.3. Geleceğe yönelik tutum**

Bireyin kendi yaşamına ilişkin beklentileri doğrultusunda ileride gerçekleşmesi muhtemel durumlara karşı sergilediği olumlu ya da olumsuz değerlendirme ve davranışsal eğilimler geleceğe yönelik tutum olarak adlandırılmaktadır (Nuttin, 1964).

#### **1.6.4. Umut**

Umut bireylerin hedeflerine ulaşmak için uygun olan yolları oluşturmaları ve bu yolları kullanma motivasyonuna sahip olması şeklinde tanımlanmakta ve bu yönüyle hem düşünsel hem de harekete geçme isteğini kapsayan bir yapıyı içermektedir (Snyder, 1989).

#### **1.6.5. Psikolojik iyi oluş**

Psikolojik iyi oluş kişilerin başkalarıyla anlamlı ve şefkatli ilişkiler kurması, yaşama yönelik genel değerlendirmelerinde kendini tatmin olmuş hissetmesi, kişisel gelişim, yaşamdaki amaç ve sosyal baskılardan bağımsız özerklik açısından yaşamda olumlu duygular deneyimleme durumudur (Diener, 1984).

## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE

#### 2.1. İklim Değişikliği ve Ekolojik Kriz

Yaklaşık son 10.000 yıl boyunca Dünya Holosen olarak adlandırılan ve çevresel koşullar açısından istikrarlı olan bir dönemde yer almaktaydı. Bu istikrarlı dönem sayesinde insan medeniyetlerinin tarım, yerleşik yaşam ve teknolojik gelişmeler aracılığıyla evrilmesi mümkün olmuştur. Ancak Sanayi Devrimi'nin ardından insan kaynaklı faaliyetler küresel çevresel değişimin temel nedeni haline gelmiş ve bu durum Antroposen olarak tanımlanan yeni bir jeolojik çağın başlangıcı olarak kabul edilmiştir (Rockström vd., 2009). Antroposen dönemi, insan faaliyetlerinin Dünya sistemi üzerindeki belirleyici etkisinin arttığı bir çağı temsil etmekte olup, yalnızca bir kriz dönemi değil aynı zamanda iklim değişikliği, biyolojik çeşitlilik kaybı ve diğer çevresel sorunlarla yakından bağlantılı, çok boyutlu bir ekolojik krizin ifadesi olmaktadır. Antroposen'e geçişle birlikte Holosen'in dengeli iklim koşulları bozulmaya başlamıştır (Stromberg, 2013). Bu durum ani ve geri dönüşü mümkün olmayan çevresel değişim risklerini de beraberinde getirmiştir. İklim değişikliği ve buna bağlı çok yönlü ekolojik kriz Antroposen'in en çarpıcı çıktılarından biridir (Mauser, 2006). Başta fosil yakıt kullanımı ve endüstriyel tarım olmak üzere insan faaliyetlerinin, dünya sisteminin doğal işleyişini tehdit edecek boyutlara ulaştığı görülmektedir. İklim değişikliği, biyolojik çeşitlilik kaybı ve azot döngüsünde yaşanan bozulmalar, gezegenin güvenli sınırlarının çoktan aşılmış olduğunu göstermektedir. Bu durumda insanlığı daha az elverişli ve daha kırılgan bir çevresel geleceğin beklediği düşünülmektedir (Crutzen ve Stoermer, 2000). İklim değişikliği, atmosferde biriken sera gazlarının yoğunluğundaki artışa bağlı olarak yeryüzünün ortalama sıcaklıklarında meydana gelen yükselişle tanımlanmaktadır. CO<sub>2</sub> seviyelerindeki artışın 6 °C'ye kadar ısınmaya neden olabileceği ve bunun sonucunda da ekosistemlerin ve insan yaşamının ciddi bir boyutta tehdit altına girebileceği öngörülmektedir (Crutzen ve Wacławek, 2014). Özellikle büyük buz tabakalarının erimesi, deniz seviyesindeki hızlı yükselmeler ve ekosistemlerde ani dönüşümler gibi olaylar, geri döndürülemez sonuçlar doğurabilmektedir (Çakıroğlu, 2022). Son zamanlarda Arktik deniz buzunun yaz aylarında azalması, dağ buzullarının gerilemesi ve Grönland ile Batı Antarktika'daki buz kayıpları, Holosen'in kararlı iklim yapısının dışına çıkıldığını ortaya koymaktadır. Biyolojik çeşitlilik kaybı her ne kadar doğal bir süreç olsa da Antroposen döneminde insan etkileri bu sürecin hızını dramatik biçimde artırmıştır. Türlerin

yok oluş hızı doğal seviyelerin 100 ila 1000 kat üzerine çıkmıştır. Bu kayıpların başlıca nedenleri arasında arazi kullanımındaki değişiklikler dikkat çekmektedir. Ormanlık alanların tarım arazilerine veya yerleşim bölgelerine dönüştürülmesi, orman yangınları ve istilacı türlerin yayılımı bu süreci hızlandırmaktadır (Sümer, Alak ve Tekin, 2020). Ayrıca iklim değişikliği önümüzdeki yüzyılda biyoçeşitlilik kaybının başlıca tetikleyicilerinden biri haline gelecektir. Yapılan çalışmalar memeli, kuş ve amfibi türlerinin yaklaşık %30'u yok olma tehdidi altında olduğunu göstermektedir. Bu kayıplar yalnızca yerel ekosistemleri değil küresel ölçekte biyolojik dengenin sürdürülebilirliğini de etkilemekte olup çevresel sınırlar arası etkileşim yoluyla ekosistemlerin kırılganlığını artırma riskine sahiptir (McNutt, 2013). Ayrıca modern tarım uygulamalarının da özellikle azot ve fosfora dayalı gübreleme nedeniyle çevresel bozulmanın kaynakları arasında yer aldığı düşünülmektedir. İnsan faaliyetleri sebebiyle her yıl yaklaşık 120 milyon ton atmosferik azot, reaktif forma dönüştürülmektedir. Bu durum doğal azot döngüsünü ciddi biçimde değiştirmektedir. Bu reaktif azot, su kaynaklarını kirletmekte, toprak sistemlerinde birikmekte ve sera etkisine neden olan gazların salımını artırarak iklim değişikliğinin tetiklenmesine sebep olmaktadır (Aksay, Ketenoglu ve Kurt, 2005). Benzer şekilde fosfor akışındaki dengesizlikler de göl ve deniz ekosistemlerinde bulanıklık, oksijen yetersizliği ve biyolojik dengenin bozulması gibi sorunlara yol açmaktadır. Tüm bu gelişmeler dünyamızın ekolojik sistemlerinin direnç kapasitesini tehdit eden unsurlar olarak öne çıkmaktadır (Urry, 2015).

Hükümetlerarası İklim Değişikliği Paneli (IPCC), Şubat 2022'de yaptığı açıklamada 2040 yılından itibaren küresel ısınmanın düzeyine bağlı olarak iklim değişikliğinin küresel olarak doğal ekosistemler ve insan sağlığı açısından çok sayıda riske yol açacağını belirtmiştir (Boluda Verdu vd., 2022). İklim değişikliği insan sağlığındaki bozulmalar canlı türlerinin yok olması gibi geniş bir alanı etkilemektedir. İklim değişikliği ekolojik, sosyal, ekonomik ve psikolojik açıdan sorunlara yol açmaktadır (Sütçü ve Demirel, 2023). İklim değişikliğinin sonuçları olarak ortaya çıkan doğal afetler beklenmedik bir şekilde meydana gelir ve bireyler üzerinde derin travmatik etkiler bırakabilmektedir. Sel felaketleri, orman yangınları gibi doğa olayları birçok insanı etkilemeye devam etmektedir ve bu olayların sonucunda psikolojik problemler yaşanabilmektedir (Cankardaş ve Sofuoğlu, 2021). İklim değişikliğinin ruh sağlığı üzerindeki etkileri arasında doğrudan etkiler olarak bilinen akut travmatik olayların dolaylı etkiler olan bilinen geleceğe ilişkin belirsizlikten kaynaklanan stresin ve psikososyal etkiler olarak ifade edilen göç ve genel topluluk ve sosyal değişikliklerin yer aldığı bilinmektedir (Billiot ve Mitchell, 2019). İklim değişikliğinin gezegen üzerindeki etkileri ve felaket

olaylarının psikolojik sağlık sorunlarını tetikleyebileceği düşünölmektedir. Bu sorunlara yol açan aşırı sıcaklıklar, artan hava kirliliği, su baskınları, mevsimsel pus ve yükselen deniz seviyeleri gibi iklim değişikliği ve buna bağlı doğal afetlerin bireylerde travma sonrası stres bozukluğu (TSSB), kaygı bozuklukları, depresyon, keder, hayatta kalanların suçluluğu, umutsuzluk, sosyal ilişkilerde zorluklar ve intihar düşöncesi gibi çeşitli psikolojik sağlık sorunlarına sebep olduğu yapılan çalışmalar sonucu elde edilmiştir (Cunsolo vd., 2020). İklim değişikliğinin doğrudan etkilerinin yanında bir de dolaylı etkileri bulunmaktadır. Çeşitli nedenler sebebiyle dolaylı etkileri zor fark edilmektedir. Çünkü iklim değişikliğinin bireyler üzerindeki etkileri yavaş yavaş ve bilinçsiz bir şekilde gerçekleşmektedir. Yavaş gerçekleşen bu etkiler dikkatten kaçabilme potansiyeline sahiptir (Pihkala, 2018). Üstelik devam eden iklim değişikliğine ilişkin farkındalık ve medyada artan ilgiyle artan gelecekteki olumsuz sonuçlara ilişkin farkındalık yeni bir kavram olarak karşımıza çıkan eko-kaygı olarak adlandırılan ve potansiyel olarak yaygın bir psikolojik olgunun temelini oluşturmaktadır. Eko-kaygı kötöleşen çevresel koşulların bilgisinin uyandırdığı farklı sıkıntı verici duygular ve zihinsel durumlar olarak tanımlanmaktadır. İklim kaygısı ve eko-kaygı terimleri literatürde sıklıkla birbirinin yerine kullanılmaktadır. İnsanların çevre sorunlarına tepki olarak hissettiği tek olumsuz duygu kaygı olmasa da kaygının özellikle insanların iklim değişikliğiyle ilgili endişe duygusunu tanımlamak açısından önemli olduğu düşünölmektedir (Reyes vd., 2021). Bazı çalışmalarda iklim değişikliği de dâhil olmak üzere küresel çevre sorunlarına ilişkin endişe, insanların öncelikle kendileri ve sevdikleri için endişelenmediği, bunun yerine uzak yerlerde yaşayan insanlar, ölkeler, hayvanlar ve doğa ve gelecek nesiller gibi daha uzak yönleri düşöndüğu, ahlaki boyut içeren bir tür makro endişe olarak tanımlanmaktadır (Ojala vd., 2021). Yapılan çalışmalar iklim değişikliği ile ilgili kaygının umutsuzluk, kontrol kaybı ve çaresizlik gibi depresif belirtilere sebep olduğu ve psikolojik iyi oluş düzeyinin azalmasıyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Fritze vd., 2008).

Dünyanın dört bir yanındaki araştırma ve haber kaynaklarının iklim değişikliğinin ekosistemleri nasıl bozduğunu, yaşamları, geçim kaynaklarını ve insanların bağlı olduğu sosyoekonomik ve çevresel sistemleri nasıl değiştirdiğini giderek daha fazla vurguladığı dikkat çekmektedir. İklim değişikliğinin ruh sağlığı üzerindeki hem akut hem de kronik etkilerini gösteren bulguların özellikle son yıllarda hızla arttığı ve iklimle bağlantılı tehlikelerin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini inceleyen çok sayıda çalışma yapıldığı görölmektedir (Cunsolo vd., 2020). Kanada, ABD ve Grönland gibi ölkelerdeki gençlerle yapılan çalışmalar bu ölkelerdeki gençlerin yaklaşık yarısının iklim değişikliğinin insanlara zarar verdiğini veya gelecekte zarar

vereceğini bildirdiğini göstermektedir. Ayrıca Grönland'da yaşayanların %75'inden fazlası kişisel olarak iklim değişikliğinin etkilerini deneyimlediğini ve %38'i iklim değişikliğini düşündüklerinde çok ila orta derecede güçlü duygusal korku tepkileri yaşadıklarını belirtmişlerdir (Cunsolo vd., 2020). Amerikan Psikoloji Derneği'nin 2018 yılından yapmış olduğu araştırmalara göre 10-26 yaş arası bireylerden oluşan Z Kuşağının %68'inin iklim değişikliği sorununu da içeren gelecekle ilgili önemli miktarda stres hissettiğini bildirmiştir (Reyes vd., 2021). Türkiye'de yapılan araştırmalara baktığımızda 2023 yılında yapılan 15 yaş üstü 2215 kişiyle yürütülen Yuvam Dünya'nın iklim krizine yönelik toplumsal algıyı inceleyen çalışmasının sonuçları dikkat çekmektedir. Yapılan araştırmaya göre geçmiş yıllara oranla iklim değişikliği konusunda endişenin büyük bir artış gösterdiği görülmektedir. Geçen yıl katılımcıların %65'i iklim değişikliği konusunda endişeli olduklarını ifade ederken bu yıl bu oran %19 artarak %84'e ulaşmıştır. Geçmiş yıllarda kaydedilen en yüksek oranın 2018 yılına ait olduğu belirlenmiştir ve bunun da yüzde 76 olduğu görülmektedir. Ayrıca katılımcıların %59'u iklim değişikliği konusunda hem endişe duyduklarını hem de bu yeni duruma uyum sağlamada güçlük yaşayacaklarını dile getirmiştir (Yuvam Dünya, 2023). İklim değişikliği tüm gençler için duygusal sıkıntıya neden olma potansiyeline sahip olsa da tüm toplulukları veya bireyleri eşit derecede etkilemediği düşünülmektedir. Ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin iklim değişikliğine maruz kalma derecesi, bireyin yaşı, cinsiyeti, daha önce var olan psikolojik sorunları, sosyoekonomik durumları gibi psikolojik, sosyal ve ekonomik bağamları da içerdiği görülmektedir (Dooley vd., 2021).

## **2.2. Eko-Kaygı**

Ekolojik sorunlarla ilgili kaygı hakkındaki tartışmaların genellikle 2007 yılından sonra gerçekleştiği görülmektedir. 2010 yılında iklim değişikliği ekolojik krizin psikolojik etkileriyle ilgili olarak en çok tartışılan ve araştırılan konulardan biri olduğu görülmüştür. Pek çok alt alanı olan ve yeni ortaya çıkan iklim psikolojisi alanı çeşitli kaygı türlerine ilişkin araştırmalar yapmaktadır. Bunun yanı sıra Amerikan Psikoloji Derneği (APA) tarafından Ruh Sağlığı ve Değişen İklimimiz adlı raporun 2017 tarihli bulgularına göre eko-kaygının işe yarar bir tanımını sunarak bu konuda geniş bir farkındalık yaratmıştır. Ayrıca Avustralyalı çevre filozofu Glenn Albrecht gibi birçok araştırmacının çalışmaları eko-kaygıya dikkat çekmede etkili olmuştur (Pihkala, 2020). Eko-kaygı iklim değişikliğinin olumsuz etkilerinden dolayı bireylerin kendisi, çocukları ve gelecek nesiller adına duyduğu yoğun endişe olarak tanımlanmaktadır ve bireylerin küresel ısınmayı durduramayacağına ilişkin düşüncelerinden dolayı hayal kırıklığı,

yoğun çaresizlik duyguları ile kendini göstermektedir (Swim vd., 2009). Eko-kaygının başka bir tanımı, kişisel olarak herhangi bir doğrudan etki yaşamamış insanlar arasında bile iklim değişikliğine ilişkin algılarla ilişkili kaygı olarak görülmektedir (Clayton, 2021).

İklim krizini de içeren ekolojik kriz kaygının temelinde bulunan belirsizlik ve öngörülemezlik unsurları ve algılanan kontrol kaybı gibi zorlu duygulara neden olmaktadır. Ekolojik kriz ve iklim krizi ile ilgili olarak bunalmışlık hislerinin olduğu bilinmektedir. Ayrıca ekolojik krizler çok büyük olduğundan ve bireysel eylemlerin de sınırları olduğundan bir tür çaresizlik veya güçsüzlük hissetmek yaygın görülmektedir. Araştırmalar bu duyguların eko-kaygıda önemli bir bileşen olduğunu düşünmektedirler. Bununla birlikte eko-kaygının pek çok biçiminin patolojik olmadığı düşünülmektedir. Eko-kaygı varoluşsal kaygının güçlü unsurlarını da içerdiği görülmektedir ve diğer yandan sıklıkla “pratik kaygı” olarak ortaya çıkan bir kaygı türü olduğu bilinmektedir. Eko-kaygı yaşamın sürdürülebilirliğini tehdit eden yapısal çöküş aşamasında olduğu yönünde yaygınlaşmış bir duygu olarak tanımlanmaktadır. Yapılan bazı çalışmalar ekolojik sorunlarla ilgili olarak insanların rahatsız edici suçluluk, utanç duygularıyla ölüm ve anlamsızlıkla ilgili varoluşsal sorular yaşadıklarını göstermektedir (Pihkala, 2020).

Eko-kaygı tanımları incelendiğinde patolojik veya patolojik olmayan kavramsallaştırmasına göre farklılıkların olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalara göre eko-kaygının iklim değişikliği tehdidine bağlı normal bir kaygı tepkisi olarak değerlendirilebilmektedir. Bazı insanlarda eko-kaygının çevresel olarak sürdürülebilir davranışları tetikleyebileceği ve bu nedenle mutlaka klinik bir tanı veya patolojinin göstergesi olmayabileceği düşünülmektedir. Öte yandan diğer araştırmalara bakıldığında yüksek düzeyde eko-kaygı, anksiyete bozukluklarının özellikleri olan düşük psikolojik iyi oluş, ruminasyon, uyku bozukluğu, somatik rahatsızlık ve umutsuzluk dâhil olmak üzere zihinsel sağlıklarının bozulmasına neden olabileceği düşünülmektedir. Eko-kaygıyı kontrol etmek zor olduğunda ve kişinin günlük işlevselliğine müdahale ettiğinde klinik olarak anlamlı kabul edilmektedir (Boluda Verdu vd., 2022). Eko-kaygının şiddetli ve zayıflatıcı endişe ile karakterize edilmesi durumunda uyumsuz olabildiği ve muhtemelen anksiyete bozukluklarının gelişmesine yol açabildiği görülmektedir. Gelecekte sevdiklerine ve kendine gelebilecek olası zararlarla ilgili kontrol edilemeyen endişeleri içerdiği için yaygın anksiyete bozukluğuna sebebiyet verebilmektedir (Comtesse vd., 2021).

Eko-kaygı korku ve endişe gibi tanımlarla vurgulanmasına rağmen eko-kaygının çevresel krizler ve duygusal deneyimlerle de bağlantılı olduğu bilinmektedir. Eko-kaygıya ek

olarak eko-duygular olarak bilinen bir olgu olan iklim değışikliği karşısında insanların hissedebileceği başka duyguların da olduğuna dair kanıtlar vardır. Araştırmalar eko-kaygı deneyiminin aslında iklim değışikliği ve ekolojik krizle ilgili kaygıdan daha geniş bir duygu yelpazesini kapsayabileceğini öne sürmektedirler. Bu duygulara umutsuzluk, öfke ve üzüntü gibi duygular örnek verilmektedir (Contreras vd., 2023).

Eko-kaygı ile yapılan araştırmalar incelendiğinde eko-kaygı ve eko-depresyonun iyi oluş üzerinde olumsuz etkileri olduğu bulunmuştur (Stanley vd., 2021). Başka bir araştırmada yüksek düzeyde eko-kaygının daha yüksek depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Contreras vd., 2023). Bir çalışmada eko-kaygı ve depresyon, anksiyete, stres, uykusuzluk, daha yüksek psikolojik sıkıntı, daha düşük zihinsel sağlık değerlendirmesi ve TSSB belirtileriyle ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca bir çalışmada eko-kaygısı olan katılımcıların %45'inden fazlası yemek yeme, konsantre olma, iş, okul, uyuma, doğada vakit geçirme, oyun oynama, eğlenme ve ilişkiler, iklim değışikliğiyle ilgili düşünceler gibi alanlardan en az birinde işlevsel bozukluk yaşadığı bulunmuştur (Boluda Verdu vd., 2022). Eko-kaygının kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğunu gösteren bazı araştırmalar bulunmaktadır. Kadın katılımcıların iklim değışikliği konusunda olumsuz sonuçların olacağına dair öngörülerinde daha endişeli oldukları görülmektedir (Cunsolo vd., 2020).

### **2.3. Eko-Kaygı ve Gençler**

İklim değışikliği çağımızın acil krizlerinden biridir ve birçok kişide eko-kaygı duygusu yaratmaktadır. Gençler bu kaygı karşısında güçsüz olduklarını algılamaktadırlar. Yaşamları boyunca dünya ikliminin insan varoluşuyla uyumlu olmayacağına dair varoluşsal bir korku yaşadıklarından dolayı en savunmasız grupların içinde oldukları düşünülmektedir (Billiot ve Mitchell, 2019). Birçok ülkede gençlerin iklim değışikliğini çocuk sahibi olma tercihleriyle giderek daha fazla ilişkilendirdiği görülmektedir. Gençlerin iklim değışikliğinin olduğu bir çağda "Hala çocuk sahibi olmak uygun mudur?" şeklinde düşüncelere sahip oldukları bulunmuştur (Schneider-Mayerson ve Leong, 2020). ABD'de 2018 yılında yapılan bir kamu anketinde 20-45 yaş arası çocuk sahibi olmayan ve çocuk istemeyen ya da emin olmayanların %11'inin endişelerinden biri olarak iklim değışikliği konusunda endişeli olduklarını göstermektedir (Schneider-Mayerson ve Leong, 2020). Subaşı Turgut ve Öztürk (2025) tarafından 18-25 yaşları arasındaki katılımcılarla yürüttüğü çalışmada gençlerin eko-kaygı düzeylerinin yüksek seviyede olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Pek çok gencin özellikle çevre sorunları söz konusu olduğunda küresel gelecek konusunda endişeli ve kötümser olduğunu

görülmektedir (Ojala, 2015). Yapılan birçok çalışmada daha genç katılımcıların yüksek düzeyde eko-kaygı yaşadığı bulunmuştur (Boluda Verdu vd., 2022). On ülkeden 10.000 katılımcıyla (16-25 yaş arası) çocukların ve gençlerin eko-kaygılarına ilişkin bugüne kadarki en büyük uluslararası eko-kaygı araştırmasında çoğunluğun iklim değişikliğinden endişe duyduğu ve üzüntü, kaygı, öfke, güçsüzlük, çaresizlik ve suçluluk gibi olumsuz duyguları ifade ettiğini ortaya çıkarmıştır. Bunun nedenleri arasında gençlerin daha fazla teknoloji, sosyal medya ve internet aracılığıyla bilgilere doğrudan erişmesi ve iklim değişikliği konusunda daha fazla habere maruz kalması gösterilebilmektedir (Tsevreli vd., 2023).

Amerikan Psikoloji Derneği'nin 2018 yılından yapmış olduğu araştırmalara göre 10-26 yaş arası bireylerden oluşan Z Kuşağının %68'inin iklim değişikliği sorununu da içeren gelecekle ilgili önemli miktarda stres hissettiğini bildirmiştir (Reyes vd., 2021). İklim değişikliği tüm gençler için duygusal sıkıntıya neden olma potansiyeline sahip olsa da tüm toplulukları veya bireyleri eşit derecede etkilemediği düşünülmektedir. Ruh sağlığı üzerindeki etkilerinin iklim değişikliğine maruz kalma derecesi, bireyin yaşı, cinsiyeti, daha önce var olan psikolojik sorunları, sosyoekonomik durumları gibi psikolojik, sosyal ve ekonomik bağlamları da içerdiği görülmektedir. (Dooley vd., 2021).

## **2.4. Eko-Kaygıyı Etkileyen Faktörler**

Eko-kaygı bireylerin iklim değişikliği, çevresel yıkımlar ve ekolojik tehditler karşısında hissettikleri endişe, korku ve umutsuzluk duygularını ifade eden psikolojik bir durumdur. Eko-kaygının yoğunluk derecesi bireylerin yaşam kalitesini, psikolojik iyi oluşunu ve umut düzeyini etkilemektedir (Clayton vd., 2017). Ancak herkesin eko-kaygıdan etkilenme derecesi aynı olmamaktadır. Eko-kaygı düzeyleri kişiden kişiye değişiklik göstermektedir ve eko-kaygının ortaya çıkmasında, yoğunluğunda çok sayıda faktör risk oluşturmaktadır. Bu farklılık çeşitli bireysel, çevresel ve toplumsal faktörlerle ilişkili olmaktadır. Özellikle ekonomik açıdan dezavantajlı, eğitim düzeyi düşük, önceden ruh sağlığı sorunları olan ve kadınların afet sonrasında psikolojik açıdan daha savunmasız olduğu tespit edilmiştir (Hrabok vd., 2020). Eko-kaygıyı etkileyen bazı faktörler aşağıda sunulmaktadır.

### **2.4.1.Cinsiyet**

Eko-kaygı günümüzde giderek daha fazla kişinin yaşadığı bir psikolojik gerçeklik haline gelmişken bu durumdan cinsiyete bağlı farklılıklarla etkilenen gruplar arasında kadınlar öne çıkmaktadır. Yapılan çok sayıda araştırma kadınların erkeklere kıyasla çevresel kaygılara

karşı daha duyarlı olduğunu ve eko-kaygıyı daha yoğun yaşadıklarını göstermektedir (Clayton vd.,2017). Kadınlar toplumsal olarak bakım veren rolüyle daha sık özdeşleştirilir. Bu rol yalnızca aile içi bakım (çocuklar, yaşlılar, hasta bireyler) ile sınırlı değildir aynı zamanda gelecek kuşakların korunması ve doğaya yönelik koruyucu tutumlarla da örtüşmektedir. Annelik rolü bu bağlamda eko-kaygının kadınlar arasında neden daha fazla yaşandığını açıklayan temel faktörlerden biri olarak görülmektedir (Christov-Moore vd., 2014). Stanley ve arkadaşları (2021) kadınların özellikle çocuklarının geleceğine dair duydukları endişede dolayı daha fazla eko-kaygı yaşadıklarını belirtmektedir. Özellikle düşük gelirli bölgelerde yaşayan kadınlar, temiz suya erişim, hava kirliliği, gıda güvencesizliği gibi çevresel sorunlarla doğrudan karşı karşıya kalmakta ve söz konusu durum bireylerin hem bedensel hem de psikolojik sağlıklarını olumsuz etkilemektedir (Clayton vd., 2017).

#### **2.4.2. Yaş**

İklim değişikliğinin etkileri yalnızca fiziksel değil aynı zamanda psikolojik bir gerçeklik haline gelmiştir. Bu bağlamda “eko-kaygı” kavramı özellikle son yıllarda genç kuşaklar başta olmak üzere farklı yaş gruplarında yaygınlaşmaktadır. Ancak her yaş grubu bu kaygıyı aynı düzeyde ve şekilde yaşamamaktadır. Yaşa bağlı bilişsel, duygusal ve sosyokültürel farklılıklar, çevresel tehditlere verilen psikolojik tepkilerde önemli rol oynamaktadır (Clayton vd., 2017). Çocuklar ve gençler eko-kaygının en kırılgan hedef gruplarından biridir. Geleceğe dair belirsizlik, doğanın yok oluşuna tanıklık etme ve çözüm üretmede kendilerini yetersiz hissetmeleri bu yaş grubunda eko-kaygıyı artırmaktadır (Hickman vd., 2021). Ayrıca sosyal medyada sürekli maruz kalınan iklim krizine dair felaket senaryoları, gençlerde umutsuzluk ve çaresizlik duygularını güçlendirmektedir. Hickman ve arkadaşları (2021) gençlerle yürüttüğü araştırmada gençlerin %59'unun iklim değişikliği konusunda çok ya da aşırı derecede endişeli olduğunu ortaya koymuştur. Bu oran gençlerde eko-kaygının sistemik düzeyde bir ruh sağlığı meselesi haline geldiğini göstermektedir. Genç kuşaklar (Z) doğdukları andan itibaren iklim krizinin bir gerçeklik olduğu bir dünyada büyümüşlerdir. Bu nedenle doğrudan kaygı ile yoğrulmuş bir çevre algıları vardır. Bu kuşaklarda eko-kaygı çoğu zaman bir kimlik unsuruna dönüşürken yaşça büyük kuşaklar (Baby Boomer ve X kuşağı), çoğunlukla çevresel krizleri sonradan öğrenmiş ve bu sürece daha geç dâhil olmuşlardır. Bu farkın kaygının şekli ve derinliği üzerinde belirleyici olduğu düşünülmektedir (Ojala, 2012).

### 2.4.3. Sosyoekonomik düzey

Eko-kaygı evrensel bir deneyim olmakla birlikte yaşandığı düzey ve biçim toplumsal eşitsizliklerden etkilenmektedir. Araştırmalar eko-kaygının toplumun farklı kesimlerinde aynı düzeyde yaşanmadığını; özellikle sosyoekonomik düzeyi düşük bireylerin eko-kaygıya daha açık olduğunu göstermektedir. Eko-kaygı düzeyi ekonomik güvencesizlik, çevresel adaletsizlik ve sınırlı kaynaklara erişim gibi faktörlerin hem tetikleyici hem de derinleştirici etkilerine maruz kalmaktadır. Bu bağlamda bireyin ait olduğu sosyoekonomik sınıf, çevresel tehditleri algılama biçiminde ve bu tehditlere verdiği psikolojik tepkilerde belirleyici rol oynar (Ballew vd., 2020). Sosyoekonomik olarak dezavantajlı bireyler genellikle çevresel risklerin en yoğun yaşandığı bölgelerde yaşamakta ve kirli suya, düşük hava kalitesine ve doğal afet riskine daha açık olmaktadır (Leonhardt vd., 2022). Bu doğrudan maruziyet günlük yaşamlarında çevresel krizlerle daha fazla yüzleşmelerine ve daha fazla kaygılanmalarına neden olabilmektedir. Eko-kaygı yalnızca doğrudan maruziyetten değil aynı zamanda geleceğe dair ekonomik ve sosyal güvencesizlikten de kaynaklanabilmektedir. Özellikle düşük gelirli bireyler çevresel krizlerin etkileriyle başa çıkmak için gereken kaynaklara (temiz enerji, dayanıklı konut, sağlık hizmeti gibi) erişimde zorlandıkları için daha fazla kaygı yaşama potansiyeline sahip görülmektedir. Bu durum çevresel kaygının yalnızca doğaya bağlılıktan değil yaşamı sürdürme mücadelesinden de beslendiğini göstermektedir (Kankawale ve Niedzwiedz, 2023).

### 2.4.4 Doğaya bağlılık

Doğaya bağlılık (nature connectedness) bireyin kendisini doğanın bir parçası olarak görmesi, doğa ile duygusal ve bilişsel bir bağ kurması olarak tanımlanmaktadır (Mayer ve Frantz, 2004). Son yıllarda bu bağın psikolojik iyi oluş üzerindeki olumlu etkileri kadar, çevresel krizler karşısında artan kırılganlıkla nasıl ilişkili olduğu da tartışma konusu olmuştur. Araştırmalar doğaya yüksek düzeyde bağlı olan bireylerde iklim değişikliği ve ekolojik yıkımlar karşısında daha yoğun eko-kaygı görüldüğünü ortaya koymaktadır (Jalin vd., 2024). Doğayla kurulan duygusal bağ bireylerin çevreyi daha fazla önemsemelerine, sürdürülebilir davranışlar sergilemelerine ve ekolojik sorunlara daha duyarlı olmalarına neden olur (Hervé ve Marsat, 2023). Bu bağlılık çevresel tehditler karşısında duyulan kaygıyı da artırabilir. Bireyler sevdiği ve parçası olduğunu hissettiği doğanın zarar gördüğünü ya da geri dönülemez bir biçimde yok olduğunu düşündüğünde eko-kaygı benzeri duygular geliştirme eğiliminde olmaktadır. Doğaya bağlı bireylerde çevresel bozulma yalnızca dışsal bir problem değil aynı zamanda içsel bir kayıp olarak deneyimlenebilmektedir. Bu bağlamda ekolojik yas (ecological

grief) kavramı öne çıkmaktadır. Ekosistemlerin çöküşü, türlerin yok oluşu ve doğal yaşam alanlarının tahribatı; bireyde kayıp, suçluluk, yas ve depresif belirtilere neden olabilmektedir (Cunsolo ve Ellis, 2018). Doğayla güçlü bir bağ kurmuş bireylerde bu kayıplar daha derin yaşanmakta ve eko-kaygıyı tetikleyebilmektedir. Ancak bazı çalışmalar doğaya bağlılığın yalnızca kaygıyı artırmadığını aynı zamanda bireyleri çevreyi koruma konusunda motive ettiğini de göstermektedir. Bu bireyler genellikle sürdürülebilir yaşam biçimlerini benimsemekte daha istekli olmaktadır ve çevresel çözümler konusunda daha umutlu bir tutum sergileyebilmektedir (Edwards vd., 2024). Bu bağlamda doğaya bağlılığın eko-kaygıyı işlevsel hâle getirebileceği ve bireyi harekete geçmeye yönlendirebileceği düşünülmektedir.

## **2.8. Ekolojik Sistem Kuramı**

Bireylerin davranışlarını ve gelişimlerini kapsamlı bir biçimde açıklayan Ekolojik Sistemler Kuramı psikolog Urie Bronfenbrenner'in 1977 yılında yaptığı gelişim psikolojisi temelli çalışmalarından ortaya çıkmıştır. Bronfenbrenner (1977)'e göre birey çevresindeki karşılıklı ve sürekli olan sistemlerle etkileşim halindedir ve insan gelişimi sadece biyolojik veya bireysel psikolojik aşamalarla açıklanamamaktadır. Bireylerin içinde bulunduğu ekolojik koşullar ve çevre bireylerin gelişimleri üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir ve güvenli, olumlu ve sağlıklı sosyal ortamlar gelişim açısından oldukça önemli görülmektedir. Bireyler aile, okul ve iş ortamı gibi sistemlerle doğrudan etkileşimde olmasının yanı sıra politikalar, başkalarının sunduğu kaynaklar ve başkalarının beklentiler gibi çevresel etkenlerden dolayı olarak etkilenmektedir. Bireylerin gelişimde dinamik çevrelerinin önemli ölçüde etkili olduğu ve bireylerin de bu çevrelerini karşılıklı olarak etkilediği düşünülmektedir (Rosa ve Tudge, 2013). Zekâ, fiziksel görünüm ve mizaç gibi bireye özgü özelliklerle katılmış olduğu sosyal etkileşimler ve fiziksel aktiviteler gibi hayat deneyimleri kişinin çevreden aldığı etkileri şekillendirmede önemli görülmektedir. Kişi, bağlam, süreç ve zaman olmak üzere gelişimin dört temel bileşenden oluştuğu düşünülmektedir. Kurama göre bu dört temel bileşen için iki ana önerme sunulmaktadır (Rus vd., 2020). Birinci önermeye göre bireylerin gelişiminde diğer gelişmekte olan biyopsikolojik varlıklar, çevrede bulunan nesne ve semboller giderek daha karmaşık ve karşılıklı bir etkileşim süreci içerisine girmektedir. Çevre ve birey arasında olan belirli etkileşim örüntüleri yakınsal süreç şeklinde tanımlanmaktadır ve bu süreç bireylerin gelişmesini sağlayan temel bir mekanizma olarak kabul edilmektedir. Ebeveyn ve çocuk arasında gerçekleşen yakınsal süreçler öğrenme ve eğlence faaliyetlerini de içererek bireylerin çevresinde yer alan öğretmen, arkadaş, komşular gibi diğer bireylerle olan ilişkilerini geliştirmektedir. İkinci önermede bireylerin yaşadığı değişimlerin içinde bulunulan yakın ve

uzak çevreler gibi gelişimsel koşullar ile biyopsikolojik özellikler bakımından yakınsal gelişim süreçlerinin etkisinin anlamlı olarak farklılık gösterebileceği vurgulanmaktadır. Sunulan bu önermeler bireylerin psikolojik gelişimini anlamak için yaşam deneyimleri ve kültürler arasındaki farklılıkları dikkate alması bakımından ortak bir referans çerçevesi oluşturmaktadır. Sonuç olarak bireylerin gelişim süreci yaşam boyu devam eden ve içinde yaşanılan yakın çevre ile karşılıklı uyum içerisinde (Bronfenbrenner, 2000).

Kurama göre bireyler hiyerarşik ve birbirine bağlı olarak düzenlenmiş olan mikrosistem, mezosistem, ekzosistem, makrosistem ve kronosistem isimleriyle bilinen beş temel çevresel sistem etkisi altında gelişim göstermektedir. Bütün bireylerin fiziksel ve biyolojik gelişimlerinin üzerinde bu çevresel sistemlerin etkisi söz konusudur. Çevresel sistemler arasındaki etkileşime dikkat etmeden bireylerin gelişimi tam anlamıyla anlaşılamayacağı düşünülmektedir. Bu sistemler aracılığıyla gençler iklim krizinin sonuçlarına haberler, sosyal medya içerikleri ve okul ortamlarında sıklıkla maruz kalabilmektedir. Gençlerin çevreyle olan çok katmanlı ilişkileri eko-kaygı düzeylerini etkilemekte ve çevresel kaygıları onların gelişimleri üzerinde doğrudan rol oynayabilmektedir. Eko-kaygı yalnızca bireysel bir sorun değil bireyin içinde bulunduğu mikrodan makroya uzanan sistemlerin etkileşimiyle şekillenen çok katmanlı bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Gençlerin iklim değişikliği hakkındaki anlayışları ve endişeleri değerleri veya mizaçları (bireysel), ebeveynleri ve akranları (mikrosistem), aldıkları eğitim türü, toplulukları veya yerel fiziksel çevreleri (mezosistem), medyaya ve teknolojiye erişimlerinin niteliği, ülkelerinin hükümeti ve yasaları ve küresel fiziksel çevreleri (ekzosistem), kültürel değerler yani toprağa kültürel ve manevi bağlantılara (makrosistem) bağlı olarak farklılık gösterebilmekte ve iklim kaygısının gelişim üzerindeki etkilerin dinamik ve kötüleşen iklim kriziyle birlikte gelişen bir yapıya (kronosistem) sahip olmaktadır (Crandon vd., 2022).

### **2.8.1. Mikrosistem**

Ekolojik sistem kuramının en temel sistemi olan mikrosistem bireyin gelişimini doğrudan etkileyen bireyin günlük yaşamında en yakın olduğu çevre veya kişiler arasındaki karmaşık ilişkiler ağı olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin gelişim sürecinde en kalıcı ve en etkili çevresini oluşturan bu sistem aile, arkadaş grupları ve okul çevresi gibi doğrudan etkileşimde bulunulan ortamları içermektedir ve bireyler de mikrosistemin bir ürünüdür. Bireylerin çevresindeki en temel halka olan mikrosistem kişinin yakın çevresindeki aktiviteler ve etkileşim örüntüleri ile şekillenmektedir. Bronfenbrenner (1977) mikrosistemi iki taraflı bir

yapı olarak tanımlamaktadır ve bireylerin çevresi üzerinde etki sahibiyken aynı zamanda çevrenin de bireyler üzerinde etkili olduğunu vurgulamaktadır. Çocukluk döneminde kurulan ebeveyn ve aile ilişkileri mikrosistem etkileşimi için önemli görülmektedir (Danforth, Barkley ve Stokes, 1990). Kişiler büyüdükçe yeni mikrosistemler oluşmakta ve bu durum romantik ilişkiler, yakın arkadaşlıklar ve akademik hayat gibi farklı aşamalar açısından önemli değişikliklere sebep olabilmektedir. Aileler gençlerin iklim değişikliğini algılama ve bu duruma verdikleri tepkiler üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Ailenin çevresel değerleri, davranışları ve iklim değişikliği hakkında bilgi paylaşma biçimleri gençlerin bu konuda geliştirdiği kaygı düzeylerini ve tehdit algılarını şekillendirebilmektedir. Bu etkileşim çift yönlüdür gençler de ailelerinde kaygı oluşturabilmektedir. İklim değişikliğine bağlı yaşanan doğal afetler, zorunlu göç ve ekonomik zorluklar gibi stres etmenleri hem gençlerin hem de ailelerinin psikolojik olarak etkilenmesine yol açmakta ve eko-kaygı yaratmaktadır (Crandon vd., 2022).

## **2.8.2. Mezosistem**

Mezosistem gelişimi destekleyen bir mikrosistemler sistemini veya mikrosistemler arasındaki etkileşimleri ifade etmektedir. Mezosistem gelişmekte olan bireyin yaşamındaki önemli çevreler arasındaki bağlantıları kapsar ve arkadaş grupları, iş yeri, spor takımları, akademik ortamlar ve aile gibi sosyal yapıları içermektedir. Bireylerin dahil olduğu yeni çevreler ve aktiviteler gibi mezosistemler gelişim süreci üzerinde etkili olmaktadır. Ayrıca mezosistemler kişilerarası ilişkileri içeren diyardik yapılar da olabilmektedir. Bu sistem yalnızca bireylerin kurduğu kişilerarası ilişkileri değil aynı zamanda içinde bulunulan mikrosistemdeki üyeler arasındaki etkileşimleri de kapsamaktadır. Bireyler ve ortamlar arası bağlantılar birey tarafından yapılanlarla sınırlı kalmamaktadır. Bireyin evi ve okulu arasındaki iletişim veya eğitim için öğretmen ve ebeveynlerin birlikte yürüttüğü çalışmalar mezosistemin somut bir örneği olabilmektedir. Sonuç olarak mezosistem bireyin farklı sosyal yapılar arasında kurulan bağlantılar ve bu bağlantıların birey üzerindeki etkilerini temsil etmektedir (Härkönen, 2001).

Okulların gençlerin iklim değişikliğinin azaltılmasına katılımını desteklemede ve eko-kaygılarının azaltılmasında önemli bir rolü olduğu düşünülmektedir. İklim kaygısı açısından eko-üretkenlik koruyucu bir etken gibi görülebilmektedir. Korku temelli bilgilerden ziyade eyleme yönelik eğitim, gençlere kolektif olarak uygulayabilecekleri somut stratejiler sağlayabilmektedir. Birçok genç iklim değişikliklerini ve tehditleri zaten fark ettiğinden yanlış

yönlendirmelere artan belirsizlik ve kafa karışıklığı yoluyla iklim kaygısını körükleyebilmektedir (Uchendu, 2022).

### **2.8.3. Ekzosistem**

Ekzosistem bireyin günlük olarak etkileşimde bulunmadığı fakat yaşamını, gelişimini ve psikolojik durumunu dolaylı yoldan etkileme gücüne sahip olan çevre ve sosyal yapılar bütünüdür (Berk, 2001). Ekzosistem bireylerin içinde bulunduğu mikrosistemleri çevrelemektedir ve kişilerin yaşam alanlarını etkilemektedir. Eğitim sistemleri, toplum düzeni ve yaşam koşulları gibi bireyi çevreleyen ama bireyle doğrudan bir ilişkisi olmayan pek çok unsuru içinde barındıran bir yapı olarak bilinmektedir. Tüm bu özelliklerle birlikte bireyin inançlarını, kültürel değerlerini ve kaynaklara erişimini şekillendirirken aynı zamanda içinde bulunduğu diğer sosyal sistemlerin işleyişini de doğrudan etkileme potansiyeline sahiptir (Bronfenbrenner, 1977). Bireyler bu sistem bakımından yaşadıkları coğrafi çevre ve yerleşim yeriyle doğrudan etkileşim içindedir. Yaşanılan yerin altyapı hizmetleri, iklim koşulları, afet riski gibi yönleriyle bireyin üzerinde dolaylı etkisi olan yapıları ekzosistem içinde ele alınmaktadır. Sel, kuraklık ya da orman yangını gibi iklim temelli olayların sık yaşandığı bölgelerde yaşayan bireylerin daha yüksek düzeyde çevresel kaygı veya psikolojik stres yaşayabildiği görülmektedir (Crandon vd., 2022). Medya açısından bakıldığında ise gençlerin genellikle sansasyonel medya mesajlarına ve küresel felaketler, çevresel yıkım ve ölümle ilgili haber ve görüntülere yoğun olarak maruz kaldığı bu durumun kaygıya sebep olduğu görülmektedir (Jalin vd., 2024).

### **2.8.4. Makrosistem**

Makrosistem belirli bir kültür, altkültür veya geniş toplumsal bir yapıya özgü olan mikro, mezo ve ekzosistemlerin genel yapısal örüntülerinden oluşmaktadır. Bu sistem bireylerin içinde bulunduğu çevre katmanlarına yerleşmiş olan inanç sistemlerini, kaynaklarını, risklerini, yaşam tarzlarını, fırsat alanlarını ve toplumsal etkileşim biçimlerini kapsamaktadır. Makrosistem, bir toplumun kültürel çerçevesini oluşturan geniş bir sosyal yapıyı temsil etmektedir. Bu düzeydeki değer ve davranış modelleri aile, okul, işyeri ve kamu kurumları gibi çeşitli sosyal yapılar ve kurumlarla nesilden nesile aktarılmaktadır (Härkönen, 2001). Makrosistem, diğer tüm sistemleri etkileyen üst bir sistem olarak düşünülmektedir. Sosyoekonomik farklılıkların ortaya çıkmasına neden olan geniş ekonomik yapılar ve sınıfsal eşitsizlikler makrosistem içinde değerlendirilmektedir. Düşük sosyoekonomik düzeye sahip

bireyler iklim krizinden daha doğrudan etkilenebilmekte böylece eko-kaygı ve psikolojik stres düzeyleri artmaktadır. Toplumsal cinsiyet rolleri bireyin ait olduğu kültürde kadın ve erkek olma biçimlerine ilişkin değer norm ve beklentileri içermektedir ve Bronfenbrenner'a göre bu tür kültürel normlar makrosistem düzeyinde yer alır. Kadınların çevreye duyarlı olması beklenen bir toplumda kadınların eko-kaygı düzeyleri daha yüksek olabilmektedir. Ayrıca bu düzeyde yer alan kültürel özellikler bireylerin doğayı nasıl algıladığını, çevresel tehditlere nasıl tepki verdiğini ve çevreyle kurduğu duygusal bağları doğrudan etkileyebilmektedir (Crandon vd., 2022). Özellikle doğayla iç içe yaşayan, çevresel sorumluluğu kolektif bir etik değer olarak gören kültürel yapılar bireylerin çevresel krizler karşısında daha yüksek bir duyarlılık ve eko-kaygı geliştirilmesine neden olabilmektedir (Edwards vd., 2024).

#### **2.8.5. Kronosistem**

Zaman kavramının gelişimsel süreçler üzerindeki etki boyutunu ifade eden kavram kronosistem olarak bilinmektedir. Bu sistem bireylerin yaşamlarında meydana gelen önemli olayları ve tarihsel süreçlerin bireyler üzerindeki etkilerini kapsamaktadır. Yakınsal süreçlerin gelişim ve çevre üzerindeki etkisinin bireylerin olgunlaştıkça değiştiği vurgulanmaktadır. Kronosistem iki şekilde ele alınmaktadır. Bunlardan ilki bireysel zaman olarak adlandırılan ve yaşamda meydana gelen göç, boşanma, hastalık ve okul değişikliği gibi dönüm noktalarını temsil etmektedir. İkincisi ise toplumsal değişimler, doğal afetler, savaşlar, iklim değişikliği gibi kuşakları etkileyen geniş çaplı olayları içeren tarihsel zaman kavramı olarak bilinmektedir (Rosa ve Tudge, 2013). Kronosistem bireylerin gelişimi üzerinde yalnızca anlık gelişen çevresel faktörlerin değil yaşam dönemindeki olayların, zaman içerisindeki değişimlerin de etkili olduğunu vurgulamaktadır (Bronfenbrenner, 2000).

#### **2.5. Geleceğe Yönelik Tutum**

Toplumda gençlerin geleceğe ilişkin beklentileri önemli bir konu olarak görülmektedir çünkü toplumun gelişimini ve dinamiğini belirleme gücüne sahiptir (Nuttin, 1979). Bireyler yaşamlarına ve çevrelerine dair çeşitli tutumlar geliştirmektedirler ve bu tutumlardan biri de geleceğe yönelik tutum olarak bilinir (Van Calster vd., 1987). Geleceğe yönelik tutum bireylerin geleceğe dair beklentilerini, planlarını, umutlarını ve bu doğrultuda sergilediği düşünsel ve davranışsal eğilimleri temsil etmektedir. Bu kavram bireylerin hayatlarına anlam kazandırma, hedef belirleme ve hedeflere ulaşma motivasyonuna sahip olma durumu belirten önemli bir psikolojik yapıyı belirtmektedir (Nurmi, 1991). Geleceğe yönelik tutum kavramı

bireyin geleceğe dair olumlu ya da olumsuz duygusal yaklaşımını ifade etmektedir (Toker ve Kalıpçı, 2021). Bireyin geçmişi, bugünü ve gelecekteki yaşam sürecine yönelik duygusal yaklaşımları, onun zamanla kurduğu ilişkiyi yansıtmaktadır. Bu yaklaşımın şekillenmesinde kişilerin kültürel geçmişi, eğitim düzeyi, sosyal çevresi ve kişisel yaşantıları belirleyici unsurlar arasında yer alır (Ardura vd., 2023). Bireylerin en önemli özelliklerinden biri geleceği öngörebilmek, organize etmek ve gelecekle alakalı planlamalar yapabilmektir. Bu özellikler geleceğe yönelik tutumun bakımından önemli görülmektedir ve bireylerin uyum sağlamasına yardımcı olurken bir yandan da anı yaşamasına yardımcı olabilmektedir. Bireyler tarafından gelecek bazen iyimser bazen de kötümser olarak düşünülebilmektedir. Bu özellik bakımından geleceğe yönelik tutumlar bireylerin davranışlarını etkileme gücüne sahiptir ve gelecek bireylerin amaçları, umutları, arzuları veya korkuları da içerebilmektedir. Bu anlamda geleceğe yönelik tutumlar üç bileşenden oluşabilmektedir. Bunlar olası yaşam alanının değeri, yaşam alanına ve planlara dair başarı, olumlu hislerle ilgili beklenti ve duruma ilişkin amaçlar ve planlar hakkında içsel kontrol hissi olarak tanımlanmaktadır (Kalkan ve Koç, 2010).

Geleceğe yönelik tutum aynı zamanda bireyin yaşam doyumu ve ruh sağlığı ile güçlü bir ilişki içindedir. Geleceğe olumlu bir bakışla yaklaşan bireyler zorluklar karşısında daha dirençli olma eğilimindeyken; geleceği belirsizlik ya da endişe kaynağı olarak gören bireyler ise mevcut yaşamlarında daha yüksek düzeyde stres ve kaygı yaşayabilme riskiyle karşı karşıyadır (Petrova vd., 2023). Ayrıca geleceğe yönelik olumsuz tutumlara sahip bireylerin toplumsal belirsizlikler, küresel tehditler ve ekolojik krizler karşısında geleceğe dair kaygı ve umutsuzluk geliştirdikleri görülmektedir (Clayton, 2020). Olumlu bir gelecek tutumu olan kişiler genellikle daha umutlu, planlı ve hedef odaklı bir yaşam biçimini benimsemektedirler. Geleceğe yönelik olumlu bir tutuma sahip olan kişilerin belirsizlikler karşısında daha dirençli olduğu, stresle başa çıkma konusunda daha etkili stratejiler geliştirebildiği ve yaşam doyumlarının daha yüksek olduğu bilinmektedir. Üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmalar geleceğe yönelik olumlu tutumların bireylerin akademik başarılarının, psikolojik iyi oluş düzeylerinin ve öz yeterlik algılarının daha yüksek olduğunu ve kaygı düzeylerin daha düşük olduğunu ortaya koymaktadır (Çivitci, 2010). Olumsuz bir tutum, karar verme güçlüğü, motivasyon düşüklüğü ve belirsizlik hissi gibi sorunlara sebep olmaktadır. Bu bağlamda bireyin geleceğe ilişkin tutumu hem kişisel hem de mesleki yaşamının yönünü belirlemede önemli bir role sahiptir.

Gelecek bireylerin günlük karar ve davranışlarını şekillendirmesi bakımından herkes için önemli bir kavramdır ancak üniversite dönemindeki gençler açısından bu önem eğitim, kariyer ve kişisel gelişim gibi hayati alanlarla ilişkili olması nedeniyle daha da belirgin olarak karşımıza çıkmaktadır (Nurmi, 1991). Bireyler çevrelerindeki olaylara, kişilere ve nesnelere karşı çeşitli tutumlar geliştirmektedir. Bu tutumların bir kısmı zaman kavramıyla birlikte ortaya çıkar ve özellikle geleceğe dönük bir yönelimi ifade etmektedirler. Yapılan araştırmalar, bireylerin geleceğe yönelik tutumlarının yaşam doyumlarıyla anlamlı bir ilişki içinde olduğunu belirtmektedir (Eryılmaz ve Askeroglu, 2019). Gelecek tutumu, yalnızca kişilerin ulaşmayı hedefledikleri sonuçlarla sınırlı kalmamakta; aynı zamanda bu hedeflere ulaşmak için benimsedikleri yöntemleri, sergiledikleri yaklaşımları ve hissettikleri duygusal tepkileri de kapsamaktadır (Andretta, Worrell ve Mello, 2014).

## 2.6. Umut

Umut insanların geleceğe yönelik bir amacı gerçekleştirmek için sahip olduğu beklentiler olarak tanımlanmaktadır. Umut kavramı, tarih boyunca birçok farklı disiplinin inceleme konusu olmuştur. Mitoloji, din, felsefe, edebiyat, tıp, psikoloji ve günlük yaşam gibi çeşitli alanlarda ele alınan umut, insan yaşamında önemli bir yer tutmaktadır. Kavrama ilişkin tanımlar, ele alındığı alana göre farklılık göstermektedir. Umudun ne olduğu, bireyler tarafından nasıl deneyimlendiği ve işlevinin ne olduğu gibi sorular, günümüzde hâlâ kesin ve ortak bir yanıt bulamamıştır. Bu durum, umudu çok yönlü ve disiplinler arası bir inceleme konusu haline getirmiştir (Snyder, 2005). Umut kavramına ilişkin kuramsal tartışmaların kökeni oldukça eskiye, 13. yüzyıla kadar dayanmaktadır. Kant ve Hume, umudu insan varoluşunun temelinde bulunan evrensel duygulardan biri olarak görmüşlerdir. Bu yaklaşım, günümüzde de bazı araştırmacılar tarafından geçerliliğini korumaktadır (Snyder, 1991). Romero (1989), umudu “hedefe ulaşma beklentisinin duygusal yönü” şeklinde tanımlarken; Miller (1985) ise umudu duygusal bir tepki, beklenti, arzu ve hatta yanılsama gibi unsurları içeren bir yapı biçiminde değerlendirmekte ve yaşamın içsel, yönlendirici bir bileşeni olarak ifade etmektedir. Ona göre umut, bireylerin potansiyellerini ortaya koymalarını kolaylaştırmakta ve onları psikolojik zarar görmekten koruyucu bir işlev üstlenmektedir. Bazı araştırmacılar umudu yalnızca tek bir yönüyle ve duygusal bir yapı olarak ele almış olsa da, son zamanlarda bu yaklaşıma alternatif olarak umudu çok boyutlu bir yapı şeklinde değerlendiren görüşler ön plana çıkmaktadır. Örneğin bazı çağdaş kuramcılar umudun yalnızca duygusal değil aynı zamanda bilişsel süreçleri de içeren bir yapı olduğunu ileri sürmektedir. Bu doğrultuda

umut hem düşünsel hem de duygusal yönleriyle iki boyutlu bir olgu olarak tanımlanmaktadır (Akman ve Korkut, 1993). Jakobsson ve arkadaşları (1993) umudu üç temel unsur üzerinden açıklamıştır. Bu unsurlar bireyin kendisinden,   vresindeki insanlardan ve yaşamdan memnuniyet duyması, umudu tehdit eden unsurlardan uzak durabilmesi ve yaşamındaki olaylara yön verme kapasitesi olarak öne çıkmaktadır. Öte yandan Morse ve Doberneck (1995) umudu yedi ayrı bileşen üzerinden tanımlamışlardır. Bu bileşenler karşılaşılan zorluk ya da tehdidin gerçekçi bir şekilde değerlendirilmesi, alternatif yolların hayal edilebilmesi ve hedeflerin netleştirilmesi, olası olumsuzluklara karşı hazırlıklı olma, bireyin sahip olduğu içsel ve dışsal kaynakların objektif bir biçimde analiz edilmesi, destekleyici ilişkilerin güçlendirilmesi, belirlenen hedeflere ulaşmayı kolaylaştıran işaretlerin sürekli gözden geçirilmesi ve tüm bu süreçlerde kararlılığı sürdürebilme becerisidir (Morse ve Doberneck, 1995). Farran, Herth ve Popovich (1995) umudu dört temel özellikle tanımlamaktadır. Bu   zellikler bireyin yaşantısına dayalı olarak gelişen bir süreç olması, kişilerarası ilişkilerle   killenmesi, akılcı düşünme sürecini içermesi ve bireyin manevi ya da aşkın yönünü kapsamasıdır. Cutcliffe (1996) ise umut kavramını dört ana tema çerçevesinde incelemiştir. Bu temalar yardım alma sürecinde göreceli olarak ortaya çıkan umut, başa çıkma mekanizmalarının bir parçası olan umut, şefkat duygusuyla bütünleşen umut ve bireyin geleceğine yönelik inan  la örtüşen umut varlığıdır. Umut güven duygusu ve geleceğe dair beklentiler olarak olumlu beklentilere sahip olmakla ilgili duyguları belirtmektedir. Bunun sonucu olarak bireyler gelecekte karşılaştığı olumsuz durumlarla etkili bir biçimde ba   edebilmektedir ve bu açıdan da ruh sağlığı üzerinde olumlu etkilere sahip olmaktadır (Mansur ve Do  u  , 2021). Umut düzeyi yüksek olan bireyler birçok yöntem bularak amaçlarına ulaşabileceklerini düşünmektedirler ve buna dair güçlü bir inanışa sahiptirler. Bu motivasyon bireyleri çok yönlü olarak etkileyebilecek g   e sahip olmaktadır (Candan ve Yalçın, 2018). Umut bazı araştırmacılar tarafından hedefleri belirlemek, onları takip etmek, belirlediği hedeflere ulaşmanın bir yolunu bulmak, hedef için güçlü bir motivasyona sahip olmak ve hedeflere ulaşma eğilimini takip edebilecek bir g   e sahip olmak için tasarlanmış olan bilişsel bir süreç olarak tanımlanmıştır (Cheavens vd., 2006).

Snyder'in (2002) umut teorisine göre, umut üç ana bileşenden oluşur: bireyin ulaşmak istediği hedefler, bu hedeflere ulaşmak için geliştirdiği yollar ya da stratejiler (pathway) ve bu yolları kullanarak harekete geçmesini sağlayan motivasyon ya da eyleme geçme g     (agency). Umut, bireyin ulaşmak istediği anlamlı hedefler doğrultusunda   killenen bir yapıdır (Snyder, 1989). Umutlu d    n  ce süreci yalnızca hedef belirlemeyi değil aynı zamanda bu hedefe ulaşmak için gerekli içsel ve bilişsel kaynakları da içerir. Enerji ve motivasyon bileşeni bireyin

hedefe ulaşma yolunda gereken irade, kararlılık ve motivasyona sahip olduğuna dair inancını yansıtırken; yollar bileşeni, kişinin hedefe ulaşmak için etkili stratejiler geliştirebilme ve gerektiğinde alternatif yollar üretebilme becerisine dair algısını temsil eder (Snyder, 2005). Umut teorisinde hedef bireyin ulaşmak istediği ve ulaşılabilirliğine inandığı bir durumu ifade eder (Snyder, 2002). Umut ancak hedefin gerçekleşme olasılığı varsa ortaya çıkabilir; tamamen ulaşamaz ya da kesin şekilde elde edilecek hedeflerde umut söz konusu olmaz. Hedefler kısa ya da uzun vadeli, geçici ya da kalıcı olabilir (Snyder, 2005). Birey, ulaşılabilir ve somut hedefler belirlediğinde umut düzeyi yükselir. Özellikle büyük ve uzun vadeli hedeflerin küçük ve somut adımlara bölünmesi, bireyin süreci daha anlamlı hissetmesini sağlar ve bu durum tatmin duygusunu artırır (Larsen vd., 2007). Öte yandan belirsiz hedefler umut duygusunun gelişimini olumsuz etkiler. Çünkü bu tür hedefler hem motivasyonu azaltır hem de ulaşmak için gerekli yolları planlamayı zorlaştırır (Snyder, 2002). Umutlu düşünme daha çok belirli, anlamlı ve kişinin hayatında değer taşıyan hedeflerle ilişkilidir. Hedefler bireyin zihinsel çabalarının yöneldiği merkezlerdir (Snyder, 2005). Snyder'e (2002) göre hedefler pozitif (yaklaşma) veya negatif (kaçınma) yönelimli olabilir. Her iki türde de umut düzeyini etkileyen temel unsur, hedefin ulaşılabilirliğidir. Umut teorisinde yollar ya da stratejiler (pathway), bireyin hedefe ulaşma sürecinde geliştirdiği alternatif planlar, umut kuramının temel yapı taşlarından biri olan bilişsel yol oluşturma kapasitesini yansıtır. Bu yapı bireyin bir hedefe ulaşmak için tek bir rota ile sınırlı kalmaksızın farklı yollar geliştirebilme yeteneğini ve zihinsel esnekliğini ortaya koyar (Snyder, 2002; 2005). Umutlu bireyler karşılarına çıkan engeller durumunda yılmak yerine yeni stratejiler geliştirerek süreci devam ettirme eğilimindedirler (Snyder vd., 2002). Bu süreçte oluşturulan yollar bireyin hem planlama becerisi hem de yaratıcılığıyla şekillenir. Hedefe yönelik rotaların, sürecin ilerleyişine göre yeniden yapılandırılması gerekebilir. Yüksek umut düzeyine sahip bireylerin bu yeniden yapılandırmayı daha etkin ve hızlı gerçekleştirdikleri dolayısıyla hedeflerine ulaşmada daha başarılı oldukları gözlemlenmektedir (Snyder, 2002). Hedefin anlamlı olması ve birey tarafından değerli bulunması, bu yolların oluşturulmasına yönelik çabayı destekleyen önemli bir etkidir. Umut teorisinin önemli bir boyutu, bireyin hedeflerine ulaşmak için gerekli yolları belirleme ve bu yolları kullanma konusundaki yeterliliğine dair inancıdır. Bu kapasite algısı kişinin zihinsel enerjisini rotalar oluşturmaya yönlendirmesiyle, sürecin her aşamasında motivasyonu sürdürmesini sağlar (Snyder, 2002). Ancak mevcut planlar engellerle karşılaştığında bireyin esneklik göstererek yeni yollar geliştirmesi önem kazanır (Snyder, 2005). Yüksek umut düzeyine sahip bireyler, bu süreçte daha etkili planlama ve uygulama becerileri gösterirken; düşük umutlular daha yavaş ve kararsız bir yol izleyebilirler (Snyder, 1995). Eyleyici düşünceler ise bu kapasite algısını

harekete geçiren içsel güçtür. Kişinin hedefe ulaşma arzusunu destekleyen içsel motivasyon, enerjiyi ve kararlılığı ifade eder. Umut sürecinin "ateşleyici" unsuru olarak değerlendirilen bu düşünceler, bireyin kendisiyle kurduğu motive edici iç konuşmalarla beslenir ve hedefe yönelik davranışları başlatır ve sürdürür (Snyder, 1998; 1999; 2000).

## 2.7. Psikolojik İyi Oluş

İnsanlığın en eski bilmecelerinden olan ve insan için en önemli değer, nihai amacın ne olduğuna ilişkin birçok filozofun ortak görüşünün mutluluk olduğu görülmektedir. Mutluluk anlamaya, tanımlanmaya ve yaşamaya çalışılmaktadır. Antik Çağ filozofları gibi günümüzde birçok psikolog mutluluk hakkında tavsiye ve görüşlerle karşımıza çıkmaktadırlar (Ulukan, 2020). Mutluluk hoş duyguların sıklığını ve yoğunluğunu birleştirebilme sağduyusuna sahip olmak şeklinde tanımlanmaktadır (Diener ve Diener, 1996). Başka bir tanımda ise mutluluk olumlu duygusal tepkilerin, olumsuz duygusal tepkilere nazaran daha fazla yaşanmasıyla hayattan tatmin olma şeklinde karşımıza çıkmaktadır (Sapmaz ve Doğan, 2012). Mutluluğun antikçağdan beri düşünce tarihimizde bulunan önemli bir konu olarak görülmesine rağmen psikolojinin yakın zamanlara kadar olumsuz duygulara odaklandığı görülmektedir (Ryff, 1989). Ancak pozitif psikoloji akımıyla birlikte bu durum değişiklik göstermiştir (Akdağ ve Çankaya, 2015). Pozitif psikoloji tarih boyunca bireylerin olumlu özelliklerini vurgulayan bütün bakış açılarının bir arada toplandığı ve kökenlerini Aristoteles'in mutluluğu insanlık için en yüksek iyilik olarak dile getiren görüşlerine kadar uzanmaktadır (Demir ve Türk, 2020). Pozitif psikoloji hayatı anlamlı kılan özellikleri ortaya koyan bilimsel bir çalışma alanıdır. İnsanlar özünde olumlu olarak ilerleme ve gelişim kavramlarını barındırmaktadır (Cüceloğlu, 2016). Pozitif psikolojinin de amacı bireylerde bulunan potansiyel gelişimin önünü açmak ve bireyleri geliştirip dönüştürmeyi sağlamaktır. Pozitif psikoloji akımıyla birlikte öznel deneyimler önem kazanmıştır ve iyimserlik, geleceğe yönelik umut, iyilik hali, yaşamdan memnuniyet, iyi oluş, yaşam kalitesi gibi birçok olumlu deneyim araştırma konusu olmaya başlamıştır (Bulut ve Subaşı, 2020). Bu deneyimlerin merkezinde olan ve büyük önem taşıyan kavramlardan biri de iyi oluş kavramıdır. İyi oluş kavramı birçok boyutu barındırdığından dolayı tanımlanması zor bir kavram olarak ifade edilmektedir (Seligman, 2011). Bundan dolayı araştırmacılar tarafından birçok tanım bulunmakta ve birçok farklı model tarafından açıklanmaya çalışılmıştır (Kermen vd., 2016). Çalışmalarda kaygı, stres, bağımlılık ve depresyon ölçümü gibi durumlarla belirlenmeye çalışılan iyi oluş kavramı olumsuz duygularla baş etme yeteneği olarak da adlandırılmaktadır (Günay ve Çelik, 2019).

İlk olarak Bradburn (1969)'un ortaya koyduğu psikolojik iyi oluş, olumsuz duygulardan ziyade olumlu duyguların daha yoğun ve baskın bir şekilde yaşanmasıdır. Olumsuz duygular olumlu duygulardan fazla olduğu zaman azalan bir psikolojik iyi olma duygusu yaşanmaktadır. Diener (1984) psikolojik iyi oluşu bireyin yaşam memnuniyetiyle sıklıkla yaşadığı olumlu duyguların ve nadir olarak yaşanan olumsuz duyguların birleşimi olarak tanımlamaktadır. Bundan dolayı daha yüksek psikolojik iyi oluşa sahip bireyler kendilerini mutlu, yeterli, sosyal olarak desteklenmiş ve yaşamdan memnun hissettiklerini ifade etmektedir (Diener ve Fujita, 1995). Psikolojik iyi oluş yaşamın varoluşsal meydan okumalarıyla karşılaşan bireylerin bu zorluklar karşısında anlamlı hedefler kurma, kişisel olarak büyüme ve gelişme, tam fonksiyonda bulunma, kendini gerçekleştirebilme, başkalarıyla kaliteli bağlar kurabilme ve anlamlı bir şekilde yaşamın devam ettirilmesi olarak tanımlanmaktadır (Keyes vd., 2002).

Diener (2013)'e göre toplumsal yapı sürekli değişen dinamiklere sahiptir ve bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini doğrudan etkileyebilmektedir. Bu değişimin bireysel mutluluğa ve genel yaşam doyumuna nasıl yansıdığı ise son yıllarda araştırmaların odak noktalarından biri haline gelmiştir. Çünkü bireyler yaşamlarında doğum anından itibaren psikolojik iyi oluşun farklı biçimlerini deneyimlendiği bir süreçten geçmektedir. Psikolojik iyi oluş aynı zamanda bireyin kişisel hedeflerini sürdürebilme, kendini geliştirme sürecini devam ettirebilme ve diğer insanlarla anlamlı ilişkiler kurabilme kapasitesinin bir bileşimini de temsil etmektedir. Bu nedenle psikolojik iyi oluş sadece bireysel bir kavram olmak dışında aynı zamanda toplumsal refahın da temel belirleyicilerinden biri olarak bilinmektedir (Diener ve Oishi, 2000).

Psikolojik iyi oluş yaşamla ilgili büyük bir anlam taşıyan hedeflere sahip olmak ve bu hedeflere doğru ilerlemek olarak kabul edilmektedir. Bu hedefler aynı zamanda kişisel gelişimi, yaşam amacını ve kendini gerçekleştirme çabalarını temsil etmektedir. Psikolojik iyi oluşun insanların üç temel ihtiyacı olan ilişki kurma, var olma ve sahip olma ihtiyaçlarının tatminine bağlı olduğu düşünülmektedir (Green vd., 2006). Psikolojik iyi oluş bireylerin başkalarıyla anlamlı ve şefkatli ilişkiler, kişisel gelişim, yaşamdaki amaç ve sosyal baskılardan bağımsız özerklik açısından yaşamda olumlu duygular deneyimleme derecesini ifade etmektedir (Adamczyk ve Adamczyk-Kowalczyk, 2022). Psikolojik iyi oluş kişilerin yaşamında amaçlarına ulaşabilmeleri için, kişilerde olumlu yönde iyi ilişkiler kurma, doyumlu yaşam sürdürebilme, sevinç mutluluk gibi duygusal, bilişsel ve sosyal unsurlarla ilişki kurularak birçok araştırmacı tarafından çok boyutlu bir kavram olarak göz önüne alınmıştır. Son zamanlarda bu kavram kişinin hayatın stresli durumları ile başa çıkabilmede topluma katkılarda

bulunmada, kişinin kendi becerilerini kullanabilmede, randımanlı ilerleyerek çalışabilmedeki iyilik durumu olarak açıklanabilmektedir (İmıroğlu vd., 2021).

## **2.9. İlgili Araştırmalar**

Bu bölümde eko-kaygı, geleceğe yönelik tutum, umut ve psikolojik iyi oluş kavramlarına yönelik yapılan çalışmalar yer almaktadır.

### **2.9.1. Eko-kaygı ile ilgili yapılan araştırmalar**

Eko-kaygı ile yapılan araştırmalar değerlendirildiğinde eko-kaygı ve eko-depresyonun iyi oluş üzerinde olumsuz etkileri olduğu bulunmuştur (Stanley vd., 2021). Başka bir araştırmada yüksek düzeyde eko-kaygının daha yüksek depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Contreras vd., 2023). Bir çalışmada eko-kaygı ve depresyon, anksiyete, stres, uykusuzluk, daha yüksek psikolojik sıkıntı, daha düşük zihinsel sağlık değerlendirmesi ve TSSB belirtileriyle ilişkili olduğu görölmüştür. Ayrıca, bir çalışmada eko-kaygısı olan katılımcıların %45'inden fazlası yemek yeme, konsantre olma, iş, okul, uyuma, doğada vakit geçirme, oyun oynama, eğlenme ve ilişkiler, iklim değişikliğiyle ilgili düşünceler gibi alanlardan en az birinde işlevsel bozukluk yaşadığı bulunmuştur (Boluda Verdu vd., 2022). Eko-kaygı ve mutluluk arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada eko-kaygı yükseldikçe mutluluk düzeyinin azaldığı görölmektedir (Lutz vd., 2023). Olumlu duyguların yüksek olması ve mutluluk deneyimi doğayla olan ilişkilerimizden etkilenmektedir. Doğaya bağlı olmanın mutlulukla pozitif yönde bir ilişkisi bulunmaktadır (Capaldi vd., 2014; Pritchard vd., 2020; ). Yaşadığımız çevresel zorluklar mutluluk düzeyi açısından bir tehdit oluşturmaktadır. Eko-kaygı yaşayan bireylerin de doğal dünyayla ilgili olarak gergin hissetmesinin mutluluk düzeyini azalttığı düşünölmektedir (Passmore vd., 2023). Eko-kaygının kadınlarda erkeklerden daha fazla olduğunu gösteren bazı araştırmalar bulunmaktadır. Kadın katılımcıların iklim değişikliği konusunda olumsuz sonuçların olacağına dair öngörülerinde daha endişeli oldukları görölmektedir (Cunsolo vd., 2020). Yapılan çalışmalarda eko-kaygısı yüksek bireylerin umut düzeylerinin azaldığı görölmektedir (Ojala, 2007). Birçok ölkede gençlerin iklim değişikliğini çocuk sahibi olma tercihleriyle giderek daha fazla ilişkilendirdiği görölmektedir. Gençlerin iklim değişikliğinin olduğu bir çağda "Hala çocuk sahibi olmak uygun mudur?" şeklinde düşüncelere sahip oldukları bulunmuştur (Schneider-Mayerson ve Leong, 2020). ABD'de 2018 yılında yapılan bir kamu anketinde 20-45 yaş arası çocuk sahibi olmayan ve çocuk istemeyen ya da emin olmayanların %11'inin endişelerinden biri olarak iklim değişikliği konusunda

endişeli olduklarını göstermektedir (Schneider-Mayerson ve Leong, 2020). Pek çok gencin özellikle çevre sorunları söz konusu olduğunda küresel gelecek konusunda endişeli ve kötümser olduğunu görülmektedir (Ojala, 2015). Yapılan birçok çalışmada daha genç katılımcıların yüksek düzeyde eko-kaygı yaşadığı bulunmuştur (Boluda Verdu vd., 2022). On ülkeden 10.000 katılımcıyla (16-25 yaş arası) çocukların ve gençlerin eko-kaygılarına ilişkin bugüne kadarki en büyük uluslararası eko-kaygı araştırmasında çoğunluğun iklim değişikliğinden endişe duyduğu ve üzüntü, kaygı, öfke, güçsüzlük, çaresizlik ve suçluluk gibi olumsuz duyguları ifade ettiğini ortaya çıkarmıştır. Bunun nedenleri arasında gençlerin daha fazla teknoloji, sosyal medya ve internet aracılığıyla bilgilere doğrudan erişmesi ve iklim değişikliği konusunda daha fazla habere maruz kalması gösterilebilmektedir (Tsevreli vd., 2023). Araştırmalar pek çok gencin özellikle çevre sorunları söz konusu olduğunda, küresel gelecek konusunda umutsuz olduğunu göstermektedir (Ojala, 2015). Eko-kaygı yaşayan bireylerin iklim değişikliğinin geçmiş, şimdiki ve gelecekteki etkilerinden dolayı iyi oluş düzeylerinin olumsuz biçimde etkilendiği görülmektedir (Becchetti vd., 2023). Son yıllarda yapılan çalışmalar iklim değişikliğinin bireyler üzerinde yalnızca fiziksel çevreyi değil aynı zamanda ruh sağlığını da derinlemesine etkileyen bir tehdit haline geldiğini ve eko-kaygının ruhsal işlevselliği bozarak psikolojik iyi oluş düzeylerinde de anlamlı düşüşlerle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır.

Bireylerin toplum ve gezegenin geleceği hakkındaki görüşlerinin karamsar olması gelecek nesiller için umut duygusunu azaltarak bireysel ve toplumsal anlam ve amaç duygusunu zedelemektedir (Fritze vd., 2008). İklim değişikliğinin kaygısının korku, kızgınlık, keder, öfke, umutsuzluk, utanç gibi pek çok duyguyla bağlantılı olabileceği bilinmektedir. İklim değişikliğiyle ilgili duygu ve düşüncelerinin daha iyi anlaşılması amacıyla 16-25 yaş arasında küresel çapta on farklı ülkeden 10.000 gencin yer aldığı bir anket çalışması yapılmıştır. Bu çalışma sonucunda katılımcıların % 59'unun çok veya aşırı derecede kaygılı olduğu görülmüştür. Ankete katılanların % 45'inden fazlası iklim değişikliği hakkındaki duygularının günlük yaşamlarını olumsuz etkilediğini bildirmişlerdir. Katılımcıların birçoğu ise iklim değişikliği hakkında çok sayıda olumsuz düşüncelere sahip olduklarını iletmişlerdir. Çalışmada gençlerin iklim değişikliği konusunda olumsuz duygular deneyimledikleri ortaya çıkmıştır. Bu olumsuz duygular korku, üzümlük, endişe, kızgınlık, güçsüzlük, çaresizlik, utanç ve sinirliliktir. En az bildirilen duygunun ise iyimserlik ve umursamazlıktır. Gençlerin geleceğe dair geleceğin korkutucu olduğu, ebeveynlerinin sahip olduğu fırsatlara erişemeyecekleri, en değer verdikleri şeylerin yok edileceği ve insanların gezegene bakma konusunda başarısız oldukları yönünde kötümser inançlara sahip oldukları görülmektedir (Hickman vd., 2021).

### 2.9.2. Geleceğe yönelik tutumla ilgili yapılan araştırmalar

Geleceğe yönelik tutum ile ilgili yapılan çalışmalar göz önünde bulundurulduğunda genellikle ergenler ve niversite öğrencileriyle araştırma yapıldığı görülmektedir. Üniversite ğrencilerinin geleceğe dair tutum ve yönelim desenlerinin ortaya konması ve geleceğe dair yönelimlerinin psikolojik iyilik hallerini nasıl etkilendiğini ortaya koymak amacıyla 807 niversite öğrencisiyle bir çalışma gerçekleştirilmiştir (Ehtiyar vd., 2017). Bu araştırmanın bulgularına göre niversite ğrencilerinin geleceğe yönelik tutum ile psikolojik iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu ve geleceğe dair olumlu beklentilerin, gelecekle ilgili tutumdan daha belirgin bir şekilde psikolojik iyi oluşu etkilediği bulunmuştur. Kodaz (2016) tarafından niversite ğrencilerinin geleceğe yönelik tutumları, iyimserlik düzeyleri, akademik motivasyonları ve akademik doyumları arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada öğrencilerin geleceğe dair olumlu tutumlar geliştirmeleri, akademik motivasyonlarını güçlendirmekte ve bu motivasyonun, öğrencilerin akademik yaşamlarından daha yüksek bir tatmin duygusu almalarına yardımcı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca çalışmada, iyimserlik düzeylerindeki artışın, öğrencilerin geleceğe yönelik tutumlarını olumlu yönde güçlendirdiği tespit edilmiştir. Yapılan bir araştırmada niversite ğrencilerinin geleceğe yönelik tutumları ve beklentilerinin psikolojik iyi oluşlarıyla olan ilişkisini ve olumlu, kaygılı ve planlı gelecek tutumlarından hangisinin psikolojik iyi oluş üzerinde daha etkili bir rol oynadığını incelemek amaçlanmıştır (Kaya ve Ekşi, 2019). Araştırma sonucuna göre olumlu, kaygılı ve planlı gelecek tutumlarının iyi oluş ile ilişkili olduğu ve olumlu gelecek yöneliminin yüksek düzeyde, anlamlı bir şekilde psikolojik iyi oluş düzeyini yordadığı tespit edilmiştir. Toker ve Kalıpçı (2021) tarafından 715 öğrencinin yer aldığı bir çalışmada öğrencilerin benlik saygıları ve geleceğe ilişkin tutumları, geleceğe ilişkin beklentileri ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırma bulguları, geleceğe yönelik tutumun olumlu yönelim ve planlı yönelim alt boyutları ile mutluluk arasında pozitif anlamlı ilişkiler oluşturduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte "kaygılı yönelim" ile mutluluk arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Olumlu gelecek beklentisi ile mutluluk arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca benlik saygısı, geleceğe yönelik tutumlar ve olumlu gelecek beklentilerinin mutluluk üzerinde yordayıcı etkisinin olduğu belirlenmiştir. Yapılan bir çalışmada niversite ğrencilerinin kişilik yapıları ile geleceğe dair beklentileri arasındaki ilişki ve kişilik özelliklerinin gelecek beklentilerini ne yönde etkilediği incelenmiştir (Akbolat ve Karakaya, 2016). Çalışmanın bulgularına göre yumuşak başlılık ve dışa dönüklük geleceğe yönelik olumlu yönelimi pozitif yönde etkilemektedir. Sorumluluk, yumuşak başlılık

ve deneyime açıklık geleceğe yönelik kaygılı yönelimi olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca, yumuşak başlılık ve dışa dönüklük geleceğe yönelik planlı yönelim boyutunu olumlu yönde etkilemektedir. Sonuç olarak kişilik özelliklerinin geleceğe dair tutumu olumlu yönde etkilediği sonucuna varılmıştır. Geleceğe yönelik tutumlar, psikolojik ihtiyaçlar ve algılanan istihdam edilebilirlik arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada (Koçakoğlu ve Yalçın, 2023) psikolojik ihtiyaçların ve geleceğe yönelik tutumların gelecekteki istihdam edilebilirlik algısının anlamlı bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Tejada-Gallardo ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan çalışmada ise bireylerin geleceğe dair olumlu bir tutuma sahip olmalarının psikolojik iyi oluşlarını desteklediğini ve bu bireylerin stresle baş etmede daha güçlü bir dayanıklılık sergilediklerini ortaya koymuştur.

### **2.9.3. Umut ile ilgili yapılan araştırmalar**

Umut, bireylerin kaygıyı düzenlemelerine ve çaresizlik duygularını azaltmalarına yardımcı olabilecek psikolojik bir güç sağlamaktadır. Çalışmalar umudun depresif belirtileri azalttığı, stres etkenlerine ve engellere karşı başa çıkma gücü sağladığını göstermektedir (Li ve Monroe, 2019). Umut kişilerin dünyaya olan güvenini, hayatın yaşanmaya değer olduğunu ve dünyayla ilişkili olan inançlarını içeren insanlık hali olarak bilinmektedir. Umut ile ilgili çalışmalar umut düzeyinin umutsuzluk, stres tepkileri, depresyon eğilimi ve sürekli anksiyete ile negatif yönde ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır (Tarhan ve Bacanlı, 2015). Ayrıca umut düzeyinin ruhsal ve fiziksel sağlık, yaşam doyumu, yaşam motivasyonu ve yaşam kalitesini etkilediği görülmektedir. Ergenlerle yapılan bir araştırmada umut düzeyi yüksek olanların hedefe daha kolay ulaşabildikleri ve iyimserlik düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Cihanyurdu vd., 2021). Anksiyete ve depresyon tanısı almış 62 kanser hastasıyla yapılan bir çalışmada umudun anksiyete ve depresyon üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma sonucunda umut düzeyi yüksek bireylerin anksiyete ve depresyon puanlarının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bu sonucun etkisinin depresyondaki bireylerin depresyonla baş etmeye çalışırken kendi eylemlerine ilişkin olumlu beklentilerin umut düzeylerini arttırdığı düşünülmektedir (Rajandram vd., 2011). Hemodiyalize giren 50 hastayla gerçekleştirilen umut terapisi grup müdahalesi uygulanan bir çalışmada haftada bir olmak üzere sekiz seans gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmanın bulgularına göre umut terapisi müdahalesi sonucunda hastaların depresyon ve anksiyete puanlarında müdahale öncesine kıyasla önemli ölçüde azaldığı görülmektedir (Raiminipour vd., 2015).

#### 2.9.4. Psikolojik iyi oluş ile ilgili yapılan araştırmalar

Psikolojik iyi oluşla yapılan çalışmalara bakıldığında psikolojik iyi oluşun birçok değişkenle ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu değişkenler arasında benlik saygısı, duygusal zekâ, affetme, bilinçli farkındalık, sosyal beceriler, yaşam stilleri, başarı, demografik değişkenler ve kaygı gibi değişkenler gösterilmektedir (Zümbül, 2019). Yapılan araştırmalar göz önüne alındığında, yüksek psikolojik iyi oluşa sahip kişilerin yaşam doyumlarının, bedenlen sağlıklarının, geleceğe karşı bakış açılarının olumlu ve yüksek düzeyde olduğu, depresif belirtilerin, endişe, baskı altında hissetmenin daha düşük düzeyde seyrettiğini görülmüştür (Köksal vd., 2023). Ayrıca iyi oluş hissi güvenlik hissinden yani algılanan bir tehdidin yokluğundan etkilenmektedir. Negatif duygular aşırı veya uzun süreli olduğunda kişinin günlük yaşamdaki fonksiyonlarını yerine getirme yeteneğini engelleyecek şekilde psikolojik iyi oluş tehlikeye girebilir. Kaygı iyi oluş için bir tehdit olarak gösterilmektedir (Adamczyk ve Adamczyk-Kowalczyk, 2022). Çiçek ve Almalı (2020) yaptıkları çalışmada COVID-19 pandemisi sürecinde bireylerin yaşadığı kaygı, psikolojik iyi oluş ve öz yeterlik arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Çalışma kapsamında toplam 778 yetişkin katılımcının verileri analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre pandemi sürecinde bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin çalışılan sektöre bağlı olarak farklılık gösterdiğini ortaya koymuştur. Ayrıca bireylerin pandemi döneminde yaşadıkları kaygıyla başa çıkmalarında ve psikolojik iyi oluşlarını sürdürmelerinde öz yeterlik algısının önemli bir rol oynadığı ve bu süreçte koruyucu bir faktör olarak işlev gördüğü düşünülmektedir.

Psikolojik iyi oluş seviyesi yüksek olan kişilerin yaşamdan memnuniyet düzeyleri, olumlu duyguları yaşama sıklıkları daha yüksektir ve yaşamlarına dair olumsuz değerlendirmeleri daha az yapmaktadırlar. 337 katılımcı ile yapılmış olan bir çalışmada psikolojik iyi oluşları yüksek olan bireylerin yaşam doyumu ve yaşam kalitesinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür (Demir vd., 2021). Psikolojik iyi oluşun insan yaşamına sağlıklı ve daha uzun yaşama, iş yerinde ve performans anlamında başarının yükselmesi, sosyal ilişkilerden daha fazla doyum sağlama gibi önemli katkıları olduğu görülmüştür. Yapılan bazı çalışmalarda psikolojik iyi oluşu yüksek olan bireylerin hipertansiyon, diyabet gibi hastalıklara daha az yakalandıkları ve sağlıklı beslenme davranışlarının daha yaygın olduğu gözlenmiştir (Huang ve Humphreys, 2012). Yapılan bir çalışmada sosyal kaygı ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki incelenmiştir. Türkiye’de 300 lise öğrencisiyle yapılmış olan bu çalışma sonucunda Psikolojik iyi oluşu yüksek olan bireylerin

sosyal kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu gör÷lmüştür. Bunun sebebi olarak sosyal kaygısı yüksek olan bireylerin daha az olumlu sosyal deneyim yaşamaları gösterilmektedir (Kermen vd., 2016). Beydoğan Tangör ve Curun (2016) yaptıkları araştırmada sürekli kaygı, özgünlük ve benlik saygısının psikolojik iyi oluş üzerindeki yordayıcı etkilerini incelemişlerdir. Çalışma üniversite öğrenimine devam eden 130 öğrenci ile yürüt÷lmüştür. Araştırmanın bulgularına göre psikolojik iyi oluşun bireyin özgünlük düzeyi, benlik saygısı ve sürekli kaygı seviyesi gibi çeşitli psikolojik değişkenlerden etkilenmektedir. Özellikle özgünlük kavramının alt boyutlarından biri olan kendine yabancılaşma ile özgün yaşantının psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı yordayıcı etkiler gösterdiği belirlenmiştir. Elde edilen sonuçlar bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin artırılmasında özgünlüklerinin desteklenmesinin, benlik saygılarının geliştirilmesinin ve sürekli kaygı düzeylerinin azaltılmasının önemli rol oynadığını göstermektedir. 3725 ergen ile yapılan bir çalışmada depresyon ve anksiyete düzeyi arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyinin düştüğü gör÷lmektedir. Ayrıca aynı çalışmada öz saygıları yüksek olan ergenlerin psikolojik iyi oluş düzeyleri de yüksek bulunmuştur (Sarkova vd., 2014).

Savage (2011)'e göre gençlerin psikolojik iyi oluşu yaşamdan memnun alma, olumlu duygular yaşama ve psikopatolojik belirtilerin yokluğuyla birlikte değerlendirildiğinde akademik başarı, sosyal yeterlilik, sosyal destek ve fiziksel sağlık gibi birçok olumlu yaşam çıktısıyla ilişkilidir. Yapılan çalışmalar gençlerin psikolojik iyi oluş düzeyinin daha uzun bir yaşam, fiziksel sağlık, yaşam kalitesi, daha düşük suç oranları ve madde kullanımı, istihdam durumu, gelir seviyesi ve sosyal davranışlar gibi birçok değişkeni öngörme gücüne sahip olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda genç bireylerin psikolojik iyi oluşunu desteklemek yalnızca bireysel gelişimi değil aynı zamanda toplumsal refahı ve gelecekteki yaşam kalitesini de doğrudan etkileyen kritik bir sorumluluk olarak gör÷lmektedir.

## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde, çalışmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analiz edilmesiyle ilgili bilgiler verilmiştir.

#### 3.1. Araştırma Modeli

Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı ilişkisel araştırma modelinde ele alınmıştır. İlişkisel araştırmalar birden fazla değişkenin ortak değişimlerinin varsa yönünü ve gücünü belirlemeyi amaçlamaktadır (Karasar, 2023). Araştırmanın bağımsız değişkenini (yordayıcı) eko-kaygı düzeyi, bağımlı değişkenlerini ise (yordanan) gelecek yönelimi, umut ve psikolojik iyi oluş düzeyleri oluşturmaktadır. Bunun yanında cinsiyet, yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, yaşamın çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölge, haftalık sosyal medya kullanımına ayırdıkları süre, haftalık haberleri takip süresi ve çevre dostu davranışlara katılım değişkenleri de demografik değişkenler olarak belirlenmiştir.

#### 3.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Ankara ilinde 2024-2025 eğitim-öğretim yılında devlet ve vakıf üniversitelerinin Eğitim Fakültelerinde Sınıf Öğretmenliği, Türkçe Öğretmenliği, PDR, Matematik öğretmenliği gibi programlarında öğrenimine devam eden farklı sınıf düzeylerinde (1,2,3,4) üniversite öğrencileri oluşmaktadır. Yapılan bu araştırmaya 393 kadın 209 erkek olmak üzere toplam 602 öğrenci katılmıştır. Grubun yaş aralığı 17 ile 26 arasında değişmektedir. Araştırmaya dâhil olan katılımcılar cinsiyet, yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, yaşamın çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölge, haftalık sosyal medya kullanımına ayırdıkları süre, haftalık haberleri takip süresi ve çevre dostu davranışlara katılım durumlarına göre farklılık göstermektedir. Bu bölümde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyet, yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, yaşamlarının büyük bölümünü geçirdikleri yerleşim türü ve coğrafi bölge, haftalık sosyal medya kullanımı süresi, haftalık haber takip süresi ile çevre dostu davranışlara katılım düzeylerine ilişkin frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları sunulmaktadır.

Tablo 3.1.

Çalışma grubunun demografik değişkenlere göre frekans ve yüzde dağılımları

| Demografik özellik                          | Kategori                  | f   | %    |
|---------------------------------------------|---------------------------|-----|------|
| <b>Cinsiyet</b>                             | Kadın                     | 393 | 65,3 |
|                                             | Erkek                     | 209 | 34,7 |
| <b>Yaş</b>                                  | 17-21 yaş                 | 388 | 64,5 |
|                                             | 22 yaş ve üzeri           | 214 | 35,5 |
| <b>Algılanan sosyoekonomik düzey</b>        | Üst                       | 132 | 21,9 |
|                                             | Orta                      | 346 | 57,5 |
|                                             | Alt                       | 124 | 20,6 |
| <b>Yerleşim birimi</b>                      | Büyükşehir                | 179 | 29,7 |
|                                             | Şehir                     | 122 | 20,3 |
|                                             | İlçe                      | 105 | 17,4 |
|                                             | Kasaba                    | 61  | 10,1 |
|                                             | Belde                     | 67  | 11,1 |
|                                             | Köy                       | 68  | 11,3 |
| <b>Coğrafi bölge</b>                        | İç Anadolu Bölgesi        | 237 | 39,4 |
|                                             | Doğu Anadolu Bölgesi      | 33  | 5,5  |
|                                             | Marmara Bölgesi           | 42  | 7,0  |
|                                             | Akdeniz Bölgesi           | 99  | 16,4 |
|                                             | Güneydoğu Anadolu Bölgesi | 45  | 7,5  |
|                                             | Karadeniz Bölgesi         | 98  | 16,3 |
|                                             | Ege Bölgesi               | 44  | 7,3  |
|                                             | Başka bir ülke            | 4   | 0,7  |
| <b>Sosyal medyada geçirilen süre</b>        | 0-3 saat                  | 191 | 31,7 |
|                                             | 4-8 saat                  | 262 | 43,5 |
|                                             | 9 saat ve üzeri           | 149 | 24,8 |
| <b>Haftalık haberleri takip etme süresi</b> | 0-3 saat                  | 317 | 52,7 |
|                                             | 4-8 saat                  | 148 | 24,6 |
|                                             | 9 saat ve üzeri           | 137 | 22,8 |
| <b>Çevre dostu davranışlara katılım</b>     | Hiçbir zaman              | 154 | 25,6 |
|                                             | Bazen                     | 301 | 50,0 |
|                                             | Her zaman                 | 147 | 24,4 |

Tablo 3.1'e göre araştırmaya katılan 602 üniversite öğrencisinin 393'ü (%65,3) kadın, 209'u (34,7) erkek olduğu görülmektedir. Bu durumda katılımcıların çoğunun kadın olduğu anlaşılmaktadır. Çalışma grubu yaş değişkeni bakımından incelendiğinde 388'inin (%64,5) 17-21 yaşında, 214'ünün (35,5) 22 yaş ve üzerinde olduğu görülmektedir. Katılımcıların 132'si (21,9) sosyoekonomik düzeyini üst düzey, 346'sı (57,5) orta düzey ve 124'ü (20,6) alt sosyoekonomik düzey olarak algılamaktadır. Katılımcıların yaşamlarının çoğunluğunu; 179'unun (%29,7) büyükşehirde, 122'sinin (%20,3) şehirde, 105'inin (%17,4) ilçede, 61'inin (10,1) kasabada, 67'sinin (11,1) beldede ve 68'inin (11,3) köyde geçirdiği saptanmıştır. Tablo verilerine göre katılımcıların yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölgenin 237'sinin (39,4) İç Anadolu Bölgesi, 99'unun (16,4) Akdeniz Bölgesi, 45'inin (7,5) Güneydoğu Anadolu Bölgesi, 33'ünün (5,5) Doğu Anadolu Bölgesi, 98'inin (16,3) Karadeniz Bölgesi, 42'sinin (7,3) Marmara Bölgesi, 44'ünün (7,3) Ege Bölgesi ve 4'ünün (0,7) başka bir ülke olduğu görülmektedir. Katılımcıların 191'i (%31,7) haftalık olarak 0-3 saatini, 262'si (%43,5) haftalık olarak 4-8 saatini ve 149'u (%24,8) haftalık olarak 9 saat ve üzerini sosyal medyada geçirdiklerini bildirmiştir. Bu bilgilere göre örneklemin büyük kısmının haftalık olarak 4-8 saatini sosyal medyada geçirdikleri anlaşılmaktadır. Ayrıca araştırmaya dâhil olan katılımcılar 317'si (%52,7) 0-3 saatini, 148'i (%24,6) 4-8 saatini ve 137'si (%22,8) 9 saat ve üzerini haftalık olarak haberleri takip etmeye ayırdığını belirtmiştir. Çevre dostu davranışlara katılımcıların 154'ünün (%25,6) hiçbir zaman katılmadığını, 301'inin (%50,0) bazen ve 147'sinin (%24,4) her zaman katıldığını ifade ettikleri görülmektedir.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Araştırma kapsamında, katılımcıların bilgilendirilmesi ve gönüllü katılım onaylarının alınması amacıyla Bilgilendirilmiş Onam Formu (Ek 1) kullanılmıştır. Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri ile geleceğe yönelik tutumları, umut düzeyleri ve psikolojik iyi oluşları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Eko-Anksiyete Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği ve araştırmacının geliştirmiş olduğu Kişisel Bilgi Formu (Ek 2) kullanılmıştır.

#### **3.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Araştırmada katılımcıların yaş, cinsiyet, algılanan sosyoekonomik düzey, yaşamın çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölge, haftalık sosyal medya kullanımına ayırdıkları süre, haftalık haberleri takip süresi ve çevre dostu davranışlara

katılımlarını belirleyebilmek için araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan kişisel bilgi formu (Ek 2) kullanılmıştır.

### 3.3.2. Eko-Anksiyete Ölçeği

Orijinal adı “Hogg Eko-Kaygı Ölçeği (HEAS-13)” olan “Eko-Anksiyete Ölçeği”, bireylerin ekolojik sorunlara verdikleri psikolojik tepkileri ölçmek amacıyla Hogg TL, O’Brien LV, Watsford CR, Stanley SK ve Wilson MS tarafından 2021 yılında geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlama çalışması Kıvanç Uzun, Aylin Arıcı, Abdurrahman Ferhat Öztürk ve Taner Artan tarafından 2022 yılında yapılmıştır. Eko-Anksiyete Ölçeği, 13 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşan 4'lü Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin genel güvenirlik katsayısı (Cronbach's alfa) 0,91 olarak belirlenmiştir. Alt boyutlara ait Cronbach alfa değerleri ise sırasıyla; “Duygusal Belirtiler” için 0,83, “Davranışsal Belirtiler” için 0,86, “Tekrarlayan Düşünceler” için 0,84 ve “Kişisel Etki Hakkında Kaygı” için 0,84’tür. Alt ölçeklerin birbirleriyle ilişkilerine ilişkin korelasyon sonuçlarına göre tüm alt ölçekler arasında pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler göstermektedir. Ölçekten alınan puanın artması artan eko-kaygı seviyesini göstermektedir. Tersine puanlama bulunmamaktadır.

### 3.3.3. Sürekli Umut Ölçeği

Snyder ve arkadaşları (1991) tarafından, 15 yaş ve üzerindeki bireylerin sürekli umut düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen Sürekli Umut Ölçeği, 2015 yılında Sinem Tarhan ve Hasan Bacanlı tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplamda 12 madde içeren ölçek, iki ayrı alt boyut şeklinde yapılandırılmıştır. Alt boyutlar, “Alternatif Yollar Düşüncesi” ve “Eyleyici Düşünce” olarak adlandırılmakta olup, her biri dört madde ile değerlendirilmektedir. Her alt boyutta yer alan dört maddeden biri geçmişe, ikisi mevcut zamana ve biri de geleceğe yönelik ifadeler içermektedir. Ölçekte yer alan diğer dört madde, umutla ilişkili olmayan ve yalnızca dolgu amacı taşıyan ifadelerdir. Katılımcılardan, maddelerde belirtilen ifadelerin kendi durumlarını ne ölçüde yansıttığını, sekizli Likert tipi bir derecelendirme ölçeği üzerinde değerlendirmeleri istenmektedir. Puanlama sürecinde dolgu maddeleri dikkate alınmaz; yalnızca "Alternatif Yollar Düşüncesi" ve "Eyleyici Düşünce" alt boyutlarından elde edilen puanların toplamı, Sürekli Umut Ölçeği'nin genel puanını oluşturmaktadır. Her bir alt boyuttan alınabilecek puanlar 4 ile 32 arasında değişmektedir. Ölçeğin tamamından elde edilebilecek puanlar 8 ile 64 arasında değişmektedir. Ölçeğin iç tutarlılığına ilişkin Cronbach alfa katsayısı .84 olarak belirlenmiştir. Test-tekrar test güvenirlik katsayısı, "Eyleyici Düşünce" alt boyutu

için .81, "Alternatif Yollar Düşüncesi" alt boyutu için .78 ve ölçeğin toplam puanı için .86 olarak saptanmıştır. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, bireyin umut düzeyinin de yüksek olduğunu göstermektedir.

### **3.3.4. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği**

Gönül Bodur ve Arzu Kader Harmancı Seren tarafından geliştirilen Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği, bireylerin geleceğe ilişkin tutumlarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Katılımcıların görüşlerini belirtmeleri için ölçek, 5 puanlık Likert tipi bir yapıdadır; yanıtlar 'kesinlikle katılıyorum'dan (5 puan) 'kesinlikle katılmıyorum'a (1 puan) doğru sıralanmıştır. Ölçek 21 madde ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları; yenilikçi olma ve geleceğini yönetme, geleceğini düşünme ve planlama yapma, iyimserlik ve olumlu gelecek kurgusu alanlarını kapsamaktadır. Ölçeğin Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.91 olarak hesaplanmış, test-tekrar test yöntemiyle elde edilen güvenilirlik katsayısı ise 0.88 olarak belirlenmiştir.

### **3.3.5. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği**

Diener ve arkadaşları (2010) tarafından geliştirilmiş olan Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Türkçeye Telef (2013) tarafından uyarlanmış olup, 8 maddelik ve 7 dereceli Likert tipi (1=tamamen katılmıyorum, 7=tamamen katılıyorum) bir kendini değerlendirme ölçeği şeklindedir. Ölçekten alınabilecek puanlar 8 ile 56 arasında değişmektedir ve ters madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Uyarlama çalışması kapsamında gerçekleştirilen açımlayıcı faktör analizi sonucunda, toplam varyansın %41,94'ünü açıklayan bir yapı ortaya çıkmıştır. Türkçe formun iç tutarlılığına ilişkin Cronbach alfa katsayısı .80 olarak belirlenmiştir. Ayrıca Pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı 100 öğrenci ile gerçekleştirilen test-tekrar test analizi sonucunda .86 olarak hesaplanmıştır.

### **3.4. Verilerin Toplanması**

Araştırmada kullanılacak tüm ölçekler için, ilgili ölçeklerin geliştirici ve uyarlayıcılarından gerekli kullanım onayları alınmıştır. Araştırmadaki örneklem grubunun oluşturulmasında uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Uygun örnekleme yöntemi erişimi kolay ve veri toplamaya istekli bireyler arasından örneklem seçimine dayanan, zaman ve maliyet açısından avantajlı olan bir örnekleme yöntemidir (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2011).

Araştırmaya başlanmadan önce Başkent Üniversitesi Rektörlüğü, Eğitim Bilimleri Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu başvurusunun ardından etik yönden uygun bulunduğuna dair onay alınarak 347532 sayılı etik kurul kararıyla (EK-5) tamamlanmıştır. Seçilen üniversitelerden resmi izin alınması ve kurumların uygun bulunduğu zaman diliminde, uygun koşullarda gerçekleşmiştir. Araştırmada kullanılan ölçekler üniversite öğrencilerine bizzat verilmiştir. Uygulamaya geçmeden önce öğrencilere araştırmanın amacı, önemi, ölçekler hakkında gerekli bilgilendirmeler ve ölçeklerin nasıl uygulanacağıyla alakalı araştırmacı tarafından bilgi verilmiştir. Bilgilendirmelerden sonra gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilere Kişisel Bilgi Formu, Eko-Anksiyete Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği uygulanmış olup veriler elde edilmiştir. Veri toplama araçlarının uygulanması yaklaşık 15 ila 20 dakika arasında sürmüştür.

### **3.5.Verilerin Analizi**

Bu araştırmaya Ankara ilinde 2024-2025 eğitim-öğretim yılında özel ve vakıf üniversitelerinin farklı sınıf düzeylerinde (1,2,3,4) öğrenim gören 607 üniversite öğrencisi katılmıştır.

Araştırma kapsamında, bütün değişkenlere yönelik betimsel istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri ile umut, psikolojik iyi oluş ve geleceğe yönelik tutum düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu araştırmanın bağımsız değişkeni eko-kaygı düzeyi bağımlı değişkenleri; umut, psikolojik iyi oluş ve geleceğe yönelik tutum düzeyidir. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 28.0 sürümünden yararlanılmıştır. Katılımcılara uygulanan ölçme araçlarıyla toplanan veriler, bilgisayar ortamına aktarılarak analiz sürecine uygun biçimde düzenlenmiştir. Araştırmanın bağımsız değişkenlerinden olan sosyoekonomik düzey ve yaş değişkenleri varyans eşitliğini sağlamak amacıyla katılımcılardan alınan cevaplara göre;

Sosyoekonomik düzey için üst gruba ait üç kategori olan üst, alt ve orta seçenekleri kendi aralarında birleştirilmiş ve üst olarak adlandırılmıştır. Orta sosyoekonomik gruba ait olan üç kategori üst, orta ve alt seçenekleri kendi aralarında birleştirilip orta sosyoekonomik düzey grubu olarak adlandırılmıştır. Alt sosyoekonomik düzeye ait olan üst, orta ve alt seçenekleri kendi aralarında birleştirilip alt sosyoekonomik düzey olarak adlandırılmıştır. Katılımcıların sosyoekonomik düzeyleri üst, orta ve alt olarak gruplandırılmıştır.

Yaş değişkenine göre 17, 18, 19, 20 ve 21 yaş seçenekleri kendi aralarında birleştirilmiş ve 17-21 yaş aralığı olarak adlandırılmıştır. 22, 23, 24, 25 ve 26 yaş seçenekleri kendi aralarında birleştirilmiş olup 22 yaş ve üzeri olarak adlandırılmıştır.

Araştırmada toplanan ve SPSS'e aktarılan verilerle ilk önce kayıp veri analizi yapılmıştır. Verilerde eksik bilgi olması sebebiyle 3 öğrencinin verileri veri setinden çıkarılmıştır. Ayrıca uç değerlerin regresyon analizinde standart hatayı arttırdığından dolayı analizin dışında tutulması gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu nedenle normalliği tehdit ettiği görülen 2 katılımcının cevapları incelenmiş ve tüm ölçek maddelerine yalnızca en uç cevapları verdikleri anlaşılmış olup veri setinden çıkarılmıştır. Kalan 602 katılımcının demografik sorulara ve ölçeklere dair yanıtlarının standart sapma, medyan, sayı, frekans, maksimum ve minimum değer gibi betimsel sonuçları incelenmiştir. Ardından verilerin hangi tür test yöntemlerine tabi tutulacağını belirlemek amacıyla normal dağılım durumları incelenmiştir.

Verilerin dağılım özelliklerini belirlemek ve normal dağılıma uygunluğunu saptamak amacıyla birden fazla analiz yönteminden yararlanılabilmektedir. Shapiro-Wilks ve Kolmogorov-Smirnov gibi testlerin yanı sıra; çarpıklık katsayısı, basıklık katsayısı, aritmetik ortalama, ortanca ve mod gibi betimsel istatistiklerden; Histogram ve normal Q-Q grafiği gibi grafiklerden de yararlanılmaktadır. Gerçekleştirilen analizler sonrasında verilerin dağılımını değerlendirmek için Histogram ve Q-Q Plot grafiklerinden elde edilen mod, medyan ve aritmetik ortalama değerlerinin büyük oranda birbirine yakın olduğu (Tablo 4.1), normal Q-Q grafiğinin doğrusallığı (Şekil 4.1), Histogram grafiğinin ise normal dağılımı işaret ettiği gözlemlenmiştir. Ulaşılan veriler ışığında araştırma verilerinin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerlerinin  $\pm 1.96$  sınırları içerisinde bulunması, normal dağılım varsayımının sağlandığına dair bir gösterge olarak kabul edilmektedir (Kim, 2013). George ve Mallery (2010),  $\pm 1.0$  değerinin ideal kabul edildiğini, ancak birçok durumda  $\pm 2.0$  düzeyine kadar olan değerlerin de kabul edilebilir olduğunu belirtmiştir. Elde edilen verilere ait çarpıklık ve basıklık katsayılarının  $\pm 1.96$  aralığında olduğu, ölçek puanlarının -824 ile .646 arasında değer aldığı gözlemlenmiştir. Değerlerin gereken koşulları sağlaması nedeniyle veriler analiz edilirken normal dağılıma uygunluk bulgularına dayanarak veri analizinde parametrik testlerden yararlanılmıştır.

Eko-Anksiyete Ölçeği puanlarının, öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık taşıyıp taşımadığını belirlemek amacıyla iki değişkene sahip olan yaş ve cinsiyet için Bağımsız Örneklem T-Testi yapılmıştır. Eko-kaygı düzeylerinin

algılanan sosyoekonomik düzey, yaşamının çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölge, haftalık sosyal medyada geçirilen süre, haftalık haberleri takip etmek için ayrılan süre ve çevre dostu davranışlara katılma durumu değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılarak incelenmiştir. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin umut, psikolojik iyi oluş ve gelecek yönelimi üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek amacıyla analizlerde Basit Doğrusal Regresyon yöntemi tercih edilmiştir. Gruplar arasında anlamlı bir farklılık saptanması durumunda, bu farkın hangi gruplar arasında ortaya çıktığını belirlemek amacıyla Scheffe testi uygulanmıştır.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde, araştırma sürecinde kullanılan veri toplama araçlarından elde edilen betimsel istatistikler ve analizlerin ardından elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Araştırma sorularına yönelik sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur.

#### 4.1. Ölçme Araçlarına Verilen Yanıtların Betimsel İstatistikleri ve Normallik Varsayımı

Araştırmaya dahil olan üniversite öğrencilerinin Eko-Kaygı Ölçeği, Psikolojik İyi oluş Ölçeği, Sürekli Umut Ölçeği ve Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeğine verdikleri yanıtların betimsel istatistikleri Tablo 4.1.'de görülmektedir.

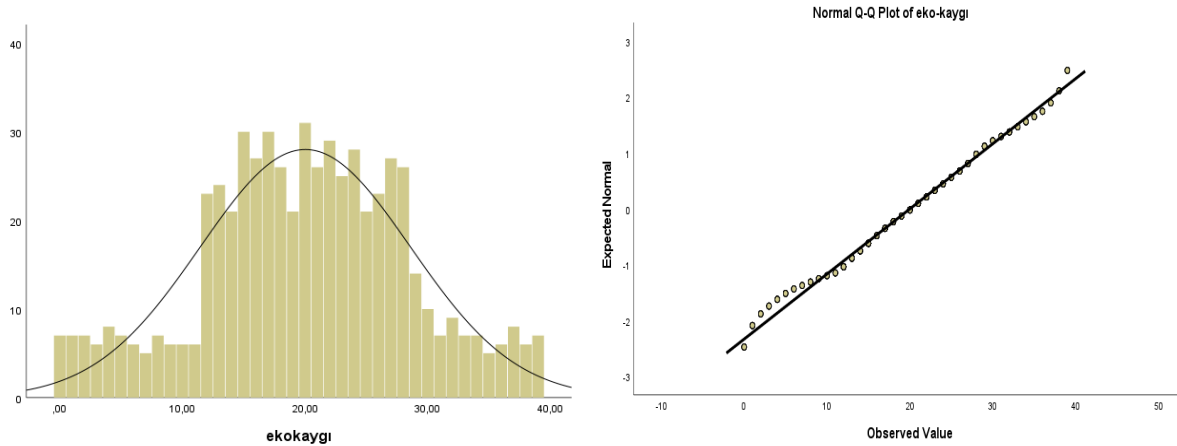
Tablo 4.1.

Veri toplama araçlarından elde edilen sonuçlara ilişkin betimsel istatistikler

| <b>Ölçme</b>                  |          |             |             |          |            |               |           |           |           |
|-------------------------------|----------|-------------|-------------|----------|------------|---------------|-----------|-----------|-----------|
| <b>Araç</b>                   | <b>N</b> | <b>Min.</b> | <b>Max.</b> | <b>X</b> | <b>Mod</b> | <b>Medyan</b> | <b>SS</b> | <b>ÇK</b> | <b>BK</b> |
| Eko-Kaygı Ölçeği              | 602      | 0           | 39          | 20.02    | 20         | 20.00         | 8.57      | -.122     | -.190     |
| Psikolojik İyi Oluş Ölçeği    | 602      | 14          | 56          | 37.09    | 38         | 38.50         | 8.55      | -.391     | -.018     |
| Sürekli Umut Ölçeği           | 602      | 20          | 64          | 45.08    | 45         | 46,50         | 11.06     | -.824     | .646      |
| Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği | 602      | 29          | 102         | 70.01    | 72         | 72.00         | 17.56     | -.334     | -.561     |

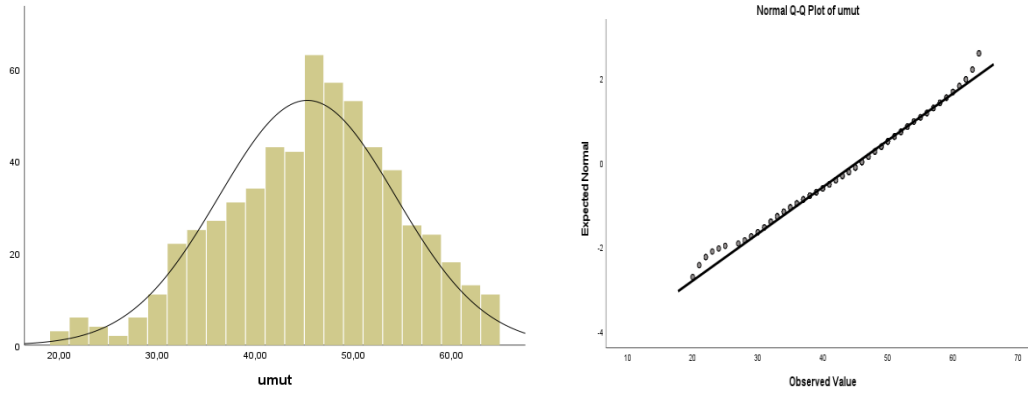
Araştırmada kullanılan ölçme araçlarına ilişkin elde edilen verilerin betimsel istatistiksel sonuçları Tablo 4.1’de yer almaktadır. Tabloda yer alan değerler incelendiğinde ölçekler bazında aritmetik ortalama, mod ve medyan değerlerinin, Eko-Kaygı Ölçeği için sırasıyla 20.02, 20 ve 20 olduğu; Psikolojik İyi Oluş Ölçeği için sırasıyla 37.08, 38 ve 38.50 olduğu; Sürekli Umut Ölçeği için sırasıyla 45.08, 45 ve 46.50 olduğu; Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği için sırasıyla 70.01, 72 ve 72 olduğu görülmektedir. Ayrıca, Tablo 4.1’de kullanılan ölçme araçlarına ilişkin basıklık ve çarpıklık katsayılarına da yer verilmiştir. Basıklık ve çarpıklık katsayılarının sırasıyla Eko-Kaygı Ölçeği için -.122 ve -.190, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği için -.391 ve -.018, Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği için -.334 ve -.561, Sürekli Umut Ölçeği için -.824 ve .646 olduğu görülmektedir. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının normal dağılım gösterip göstermediğiyle ilgili farklı değer aralıkları yer almaktadır. Bazı araştırmacılara göre (Tabachnick ve Fidell, 2019)  $\pm 1.5$  aralığında alınan değerlerin normallik varsayımını sağlamada kabul edilmektedir. Ulaşılan bu bulgular dağılımın normalliğine işaret etmektedir. Normallik varsayımını değerlendirmek amacıyla grafiksel yöntemlerden de yardım alınabilmektedir. Q-Q grafiğinde noktaların 45 derecelik referans doğrusuna yakın bir dağılım göstermesi, verilerin normal dağılım varsayımını karşıladığını ifade etmektedir (Büyüköztürk, 2023). Şekil 4.1, Şekil 4.2, Şekil 4.3 ve Şekil 4.4’ebakıldığında ölçme araçlarından elde edilen verilerin Histogram ve Q-Q grafiği görülmektedir.

Şekil 4.1.  
Eko-anksiyete ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği



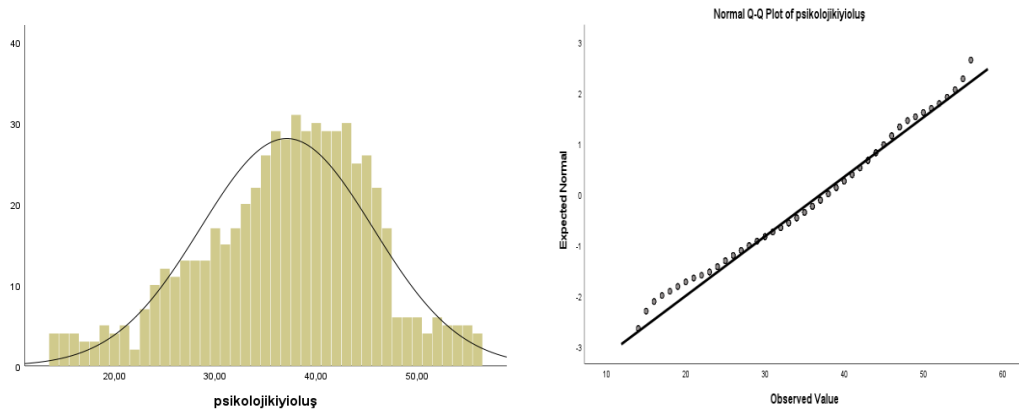
Şekil 4.2.

Sürekli umut ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği



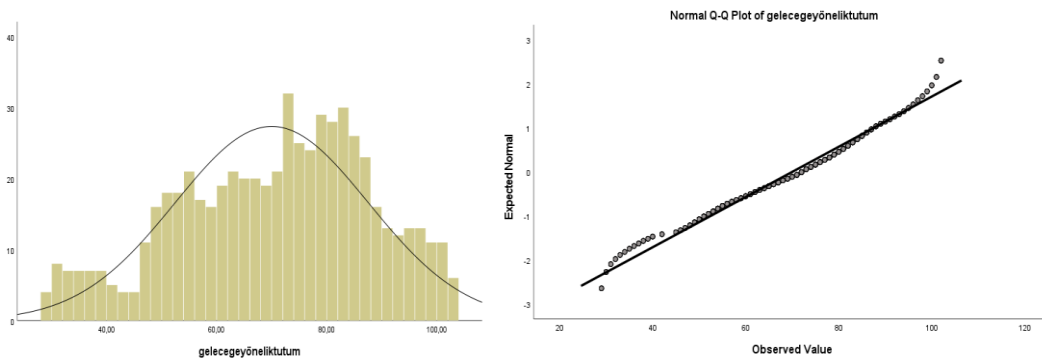
Şekil 4.3.

Psikolojik iyi oluş ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği



Şekil 4.4.

Geleceğe yönelik tutum ölçeği toplam puan histogram ve Q-Q grafiği



Şekil 4.1, Şekil 4.2, Şekil 4.3 ve Şekil 4.4'te standardize edilmiş yordanan değerlerle oluşturulan histogram grafiklerinin normalden aşırı sapma göstermemesi ve Q-Q grafiğinde noktaların 45 derecelik referans doğrusuna yakın bir dağılım göstermesi nedeniyle normallik ve doğrusallık varsayımları sağlanmıştır.

#### 4.2.Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular

Araştırmanın bu kısmında araştırma amaçları doğrultusunda çalışma grubunun eko-kaygı düzeylerinin cinsiyet, yaş, algılanan sosyoekonomik düzey, yaşamının çoğunu geçirdiği yerleşim birimi, yaşamının çoğunu geçirdiği coğrafi bölge, haftalık sosyal medyada geçirilen süre, haftalık haberleri takip etmek için ayrılan süre ve çevre dostu davranışlara katılma durumu değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir.

##### 4.2.1.Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğine yönelik bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.2' de verilmiştir.

Tablo 4.2.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin cinsiyete göre t-testi sonuçları

|                                      | Cinsiyet | N   | $\bar{X}$ | Ss   | t     | p     | $\eta^2$ |
|--------------------------------------|----------|-----|-----------|------|-------|-------|----------|
| <b>Eko-Anksiyete Ölçeği Puanları</b> | Kadın    | 393 | 20,73     | 8,76 | 2,816 | 0.005 | 0.04     |
|                                      | Erkek    | 209 | 18,67     | 8,06 |       |       |          |

\* $p < .05$

Üniversite öğrencilerinin Eko-Anksiyete Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının cinsiyet grupları arasında anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür ( $t=2,816$ ,  $p < .05$ ). Kadınların eko-kaygı puan ortalaması ( $20,73 \pm 8,76$ ) erkeklerin puan ortalamalarına göre ( $18,67 \pm 8,06$ ) daha yüksektir ( $p= 0,005$ ). Gruplar arasındaki farkın etki büyüklüğü eta kare ( $\eta^2 = .04$ ) değeri incelendiğinde, etkinin düşük düzeyde olduğu gözlemlenmiştir.

#### 4.2.2.Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyinin yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.3'te verilmiştir.

Tablo 4.3.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yaşa göre t-testi sonuçları

|                                      | Yaş         | N   | $\bar{X}$ | Ss   | t     | p     | $\eta^2$ |
|--------------------------------------|-------------|-----|-----------|------|-------|-------|----------|
| <b>Eko-Anksiyete Ölçeği Puanları</b> | 17-21       | 388 | 20,74     | 8,83 | 2,812 | 0.004 | 0.04     |
|                                      | 22 ve üzeri | 214 | 18,71     | 7,94 |       |       |          |

\*p < .05

Üniversite öğrencilerinin Eko-Anksiyete Ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının yaşa göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $t=2,812$ ,  $p < .05$ ). 17-21 yaş grubunda bulunanların eko-kaygı puan ortalaması ( $20,74 \pm 8,83$ ) 22 yaş ve üzeri grupta yer alan öğrencilerin puan ortalamasına göre ( $18,71 \pm 7,94$ ) daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p= 0,004$ ). Gruplar arasındaki farkın etki büyüklüğü eta kare ( $\eta^2=.04$ ) değeri incelendiğinde, düşük etki düzeyine sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.2.3.Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölgeye göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarında yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölgeye göre anlamlı düzeyde fark olup olmadığını belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.4'te gösterilmektedir.

Tablo 4.4.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin coğrafi bölgeye göre tek yönlü ANOVA sonuçları

|                                         |                           | ANOVA |           |      |       |       |      |          |
|-----------------------------------------|---------------------------|-------|-----------|------|-------|-------|------|----------|
| Değişken                                |                           | N     | $\bar{X}$ | SS   | F     | P     | Fark | $\eta^2$ |
| <b>Eko-Anksiyete Ölçeği Toplam Puan</b> | İç Anadolu Bölgesi        | 237   | 18,91     | 8,11 |       |       | 5>1  |          |
|                                         | Doğu Anadolu Bölgesi      | 33    | 16,69     | 9,22 |       |       | 5>2  |          |
|                                         | Marmara Bölgesi           | 42    | 19,19     | 9,24 |       |       | 5>3  |          |
|                                         | Akdeniz Bölgesi           | 99    | 20,80     | 7,51 | 7,297 | 0.000 | 5>4  | 0.021    |
|                                         | Karadeniz Bölgesi         | 98    | 24,94     | 7,49 |       |       | 5>6  |          |
|                                         | Güneydoğu Anadolu Bölgesi | 45    | 17,84     | 9,58 |       |       | 5>7  |          |
|                                         | Ege Bölgesi               | 44    | 19,22     | 9,58 |       |       | 5>8  |          |
|                                         | Başka Bir Ülke            | 4     | 14,50     | 1,91 |       |       |      |          |

\* $p < .05$ . 1=İç Anadolu, 2= Doğu Anadolu, 3=Marmara, 4= Akdeniz, 5= Karadeniz, 6= Güneydoğu Anadolu, 7= Ege, 8= Başka Bir Ülke

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölgeye göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla Tek Yönlü ANOVA uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölgeye göre anlamlı olarak farklılık gösterdiği görülmektedir ( $p < .05$ ). Yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölge bakımından eko-kaygı düzeylerinde ortaya çıkan farkın kaynağını bulmak için kullanılan çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucuna göre yaşamlarının çoğunu Karadeniz Bölgesinde geçirenlerin eko-kaygı düzeyleri puan ortalaması ( $\bar{X} = 24,94$ ) İç Anadolu Bölgesi puan ortalamasına ( $\bar{X} = 18,91$ ), Doğu Anadolu Bölgesi puan ortalamasına ( $\bar{X} = 16,69$ ), Marmara Bölgesi puan ortalamasına ( $\bar{X} = 19,19$ ), Akdeniz Bölgesi puan ortalamasına ( $\bar{X} = 20,80$ ), Güneydoğu Anadolu Bölgesi puan ortalamasına ( $\bar{X} = 17,84$ ), Ege Bölgesi puan ortalamasına ( $\bar{X} = 19,22$ ) ve yaşamlarının çoğunu başka bir ülkede geçirenlerin puan ortalamasına ( $\bar{X} = 14,50$ ) kıyasla daha yüksektir ( $p = 0.000$ ). Gruplar arasındaki farka ilişkin eta kare etki büyüklüğü değeri ( $\eta^2 = .021$ ) incelendiğinde, gruplar arasındaki farkın orta düzeyde bir etkiye sahip olduğu anlaşılmaktadır.

#### 4.2.4.Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin algılanan sosyoekonomik düzey bakımından anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının algılanan sosyoekonomik düzey bakımından anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.5'te görülmektedir.

Tablo 4.5.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin algılanan sosyoekonomik düzey değişkenine göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

|                      |      |     |           | ANOVA |       |       |
|----------------------|------|-----|-----------|-------|-------|-------|
| Algılanan            |      | N   | $\bar{X}$ | SS    | F     | P     |
| Sosyoekonomik Düzey  |      |     |           |       |       |       |
| Eko-Anksiyete Ölçeği | Üst  | 132 | 20,29     | 8,70  |       |       |
|                      | Orta | 346 | 19,49     | 8,85  | 1,544 | 0,214 |
|                      | Alt  | 124 | 20,77     | 7,54  |       |       |

\* $p < .05$

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının algılanan sosyoekonomik düzey değişkeni bakımından anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanları algılanan sosyoekonomik düzeye göre anlamlı düzeyde farklılık göstermemektedir( $p > .05$ ).

#### 4.2.5.Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yerleşim birimi değişkenine göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının yerleşim birimleri bakımından anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.6'da görülmektedir.

Tablo 4.6.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yerleşim birimi değişkenine göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları

|           |            | ANOVA |           |      |       |       |      |          |
|-----------|------------|-------|-----------|------|-------|-------|------|----------|
| Değişken  |            | N     | $\bar{X}$ | SS   | F     | P     | Fark | $\eta^2$ |
| Eko-      | Büyükşehir | 179   | 22,03     | 8,39 |       |       | 1>2  |          |
| Anksiyete | Şehir      | 122   | 20,62     | 8,19 |       |       | 1>3  |          |
| Ölçeği    | İlçe       | 105   | 20,05     | 7,84 | 5,034 | 0,001 | 1>4  | 0.04     |
| Toplam    | Kasaba     | 61    | 18,14     | 8,13 |       |       | 1>5  |          |
| Puan      | Belde      | 67    | 18,25     | 8,78 |       |       | 1>6  |          |
|           | Köy        | 68    | 17,04     | 9,68 |       |       |      |          |

\* $p < .05$  1=Büyükşehir, 2=Şehir, 3=İlçe, 4 Kasaba, 5=Belde, 6= Köy

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının yerleşim birimi değişkenine göre anlamlı düzeyde bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Elde edilen analiz sonuçları doğrultusunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarında, yerleşim birimine göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir ( $p < .05$ ). Yerleşim birimi bakımından eko-kaygı düzeylerinde ortaya çıkan farkın kaynağını bulmak için kullanılan çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucuna göre yaşamlarının büyük çoğunluğunu büyükşehirde geçirenlerin eko-kaygı puan ortalamalarının ( $\bar{X} = 22,03$ ) yaşamlarının büyük çoğunluğunu şehir ( $\bar{X} = 20,62$ ), ilçe ( $\bar{X} = 20,05$ ), kasaba ( $\bar{X} = 18,14$ ), belde ( $\bar{X} = 18,25$ ) ve köyde ( $\bar{X} = 17,04$ ) geçirenlerin eko-kaygı puan ortalamalarına kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p = 0.001$ ). Gruplar arasındaki farkın eta kare etki büyüklüğü ( $\eta^2 = .04$ ) değeri incelendiğinde düşük düzeyde etkiye sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.2.6. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık sosyal medyada geçirdikleri süreye göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının haftalık sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.7’de gösterilmektedir.

Tablo 4.7.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık sosyal medyada geçirilen süreye göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları

|                                        |                 | Anova |           |       |       |       |      |          |
|----------------------------------------|-----------------|-------|-----------|-------|-------|-------|------|----------|
| Haftalık Sosyal Medya Kullanma Sıklığı |                 | N     | $\bar{X}$ | SS    | F     | P     | Fark | $\eta^2$ |
|                                        | 0-3 saat        | 191   | 18,27     | 8,76  |       |       | 3>1  |          |
| Eko-Anksiyete Ölçeği                   | 4-8 saat        | 262   | 19,67     | 19,67 | 12,95 | 0.001 | 3>2  | 0.04     |
|                                        | 9 saat ve üzeri | 149   | 22,87     | 22,87 |       |       |      |          |
| Toplam Puanı                           |                 |       |           |       |       |       |      |          |

\* $p < .05$ . 1= 0-3 saat, 2= 4-8 saat, 3= 9 saat ve üzeri

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının haftalık sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz bulgularına göre üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının haftalık sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir ( $p < .05$ ). Haftalık sosyal medya kullanım süresi bakımından eko-kaygı düzeylerinde ortaya çıkan farkın kaynağını bulmak için kullanılan çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucuna göre haftalık sosyal medya kullanım süresini 9 saat ve üzeri olarak bildirenlerin eko-kaygı puan ortalamalarının ( $\bar{X} = 22,87$ ) haftalık sosyal medya kullanım süresini 0-3 saat ( $\bar{X} = 18,27$ ) ve 4-8 saat ( $\bar{X} = 19,67$ ) olarak bildirenlerin eko-kaygı puan ortalamalarına göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p = 0.001$ ). Gruplar arasındaki farkın eta kare etki büyüklüğü ( $\eta^2 = .04$ ) değeri incelendiğinde düşük düzeyde etkiye sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.2.7. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık haberleri takip etme süresi değişkenine göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının haftalık haberleri takip süresi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.8’de görülmektedir.

Tablo 4.8.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haftalık haberleri takip süresi değişkenine göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları

|              |          | Anova |           |      |        |       |      |          |
|--------------|----------|-------|-----------|------|--------|-------|------|----------|
| Haftalık     |          | N     | $\bar{X}$ | SS   | F      | P     | Fark | $\eta^2$ |
| Haberleri    |          |       |           |      |        |       |      |          |
| Takip Süresi |          |       |           |      |        |       |      |          |
|              | 0-3 saat | 317   | 18,99     | 7,87 |        |       | 3>1  |          |
| Eko-         | 4-8 saat | 148   | 17,95     | 8,15 | 28,853 | 0.001 | 3>2  | 0.08     |
| Anksiyete    | 9 saat   | 137   | 23,63     | 8,98 |        |       |      |          |
| Ölçeği       | ve üzeri |       |           |      |        |       |      |          |
| Toplam Puanı |          |       |           |      |        |       |      |          |

\* $p < .05$ . 1=0-3 saat, 2=4-8 saat, 3= 9 saat ve üzeri

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının haftalık haberleri takip etme süresi değişkenine göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Gerçekleştirilen analiz neticesinde üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının haftalık haberleri takip etme süresi bakımından anlamlı olarak farklılık gösterdiği görülmektedir ( $p < .05$ ). Haftalık haberleri takip etme süresi bakımından eko-kaygı düzeylerinde ortaya çıkan farkın kaynağını bulmak için kullanılan çoklu karşılaştırma testlerinden Scheffe testi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonucuna göre haftalık 9 saat ve üzeri haberleri takip edenlerin eko-kaygı puan ortalamalarının ( $\bar{X} = 23,63$ ), haftalık 0-3 saat haberleri takip edenlerin eko-kaygı puan ortalamalarına ( $\bar{X} = 18,99$ ) ve haftalık 4- 8 saat haberleri takip edenlerin eko-kaygı puan ortalamalarına ( $\bar{X} = 17,95$ ) kıyasla anlamlı biçimde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p = 0.000$ ). Gruplar arasındaki farkın eta kare etki büyüklüğü ( $\eta^2 = .08$ ) değeri incelendiğinde orta düzeyde bir etki yarattığı görülmektedir.

#### 4.2.8. Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin çevre dostu davranışlara katılımlarına göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının çevre dostu davranışlara katılımlarına göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 4.9’da gösterilmektedir.

Tablo 4.9.

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin çevre dostu davranışlara katılımına göre tek yönlü varyans analizi ( ANOVA) sonuçları

|                                   |              | Anova |           |      |       |       |      |          |
|-----------------------------------|--------------|-------|-----------|------|-------|-------|------|----------|
| Çevre Dostu Davranışlara Katılım  |              | N     | $\bar{X}$ | Ss   | F     | P     | Fark | $\eta^2$ |
| Eko-Anksiyete Ölçeği Toplam Puanı | Hiçbir zaman | 154   | 17,78     | 8,80 |       |       | 3>1  |          |
|                                   | Bazen        | 301   | 19,77     | 8,26 | 14,17 | 0.001 | 3>2  | 0.05     |
|                                   | Her zaman    | 147   | 21,88     | 8,20 |       |       |      |          |
|                                   |              |       |           |      |       |       |      |          |

\* $p < .05$  1= Hiçbir zaman, 2= Bazen, 3= Her zaman

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının çevre dostu davranışlara katılımlarına göre anlamlı olarak farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonucunda, üniversite öğrencilerinin eko-kaygı puanlarının çevre dostu davranışlara katılımlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterdiği görülmektedir ( $p < .05$ ). Çevre dostu davranışlara katılım bakımından eko-kaygı düzeylerinde ortaya çıkan gruplar arası farkın kaynağını bulmak amacıyla Scheffé çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. Yapılan testin bulgularına göre çevre dostu davranışlara her zaman katıldığını belirtenlerin eko-kaygı puan ortalamalarının ( $\bar{X} = 21,88$ ), çevre dostu davranışlara hiçbir zaman ( $\bar{X} = 17,78$ ) katılmayanların ve bazen katılanların ( $\bar{X} = 19,77$ ) eko-kaygı puan ortalamalarına kıyasla anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Gruplar arasındaki fark düzeyinin eta kare ( $\eta^2 = .05$ ) etki büyüklüğü incelendiğinde etki düzeyinin düşük olduğu görülmektedir.

#### 4.3.Üniversite Öğrencilerinin Umut, Psikolojik İyi Oluş ve Geleceğe Yönelik Tutum Düzeylerinin Eko-Kaygı Tarafından Yordanmasına İlişkin Bulgular

Araştırmanın amacı doğrultusunda çalışma grubunun umut, psikolojik iyi oluş ve geleceğe yönelik tutum düzeylerinin eko-kaygı tarafından yordanma durumu parametrik test yöntemlerinden olan Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılarak incelenmiştir.

##### 4.3.1.Üniversite öğrencilerinin umut düzeylerinin eko-kaygı düzeyi tarafından yordanmasına ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin, bağımlı değişken olarak ele alınan umut düzeylerini yordamadaki rolünün incelenmesinde basit doğrusal regresyon analizi yöntemi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.10’da gösterilmektedir.

Tablo 4.10.

Umut düzeylerinin eko-kaygı tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

| Değişken                                                      | B      | Std. Hata | Beta   | t       | p    |
|---------------------------------------------------------------|--------|-----------|--------|---------|------|
| Sabit                                                         | 56.505 | 0.794     | -      | 71.199  | .000 |
| Eko-kaygı                                                     | -0.559 | 0.036     | -0.531 | -15,348 | .000 |
| N= 602, R = .531, R <sup>2</sup> = .282, F= 235.563, p = .000 |        |           |        |         |      |

Tablo 4.10’ a bakıldığında, eko-kaygı düzeyinin umut düzeyi üzerindeki yordayıcı etkisini tespit etmek amacıyla yapılan basit (doğrusal) regresyon analizi sonucuna göre eko-kaygı düzeyi ile umut düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu ( R= .531, R<sup>2</sup> = .282), eko-kaygı düzeyinin umut düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 235.563, p< .05). Buna göre umut düzeyine ait toplam varyansın % 28.3’ünü eko-kaygı düzeyi açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısı ( $\beta$ ) değerinin negatif olması değişkenler arası ilişkinin negatif olduğunu göstermektedir ( $\beta$ = -.531, p< .000). Bu durumda eko-kaygı düzeyinin arttıkça umut düzeyinin anlamlı olarak azalacağı söylenebilir.

#### 4.3.2.Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş düzeylerinin eko-kaygı düzeyi tarafından yordanmasına ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin, bağımlı değişken olarak ele alınan psikolojik iyi oluş düzeylerini yordamadaki rolünün incelenmesinde basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.11’de verilmiştir.

Tablo 4.11.

Psikolojik iyi oluş düzeylerinin eko-kaygı tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

| Değişken                                                  | B      | Std. Hata | Beta   | t       | p    |
|-----------------------------------------------------------|--------|-----------|--------|---------|------|
| Sabit                                                     | 49,078 | 0.709     | -      | 69,266  | .000 |
| Eko-kaygı                                                 | -0.599 | 0.033     | -0.601 | -18,414 | .000 |
| N= 602, R= .601, R <sup>2</sup> =.361, F=339.092, p= .000 |        |           |        |         |      |

Tablo 4.11’ e bakıldığında, eko-kaygının psikolojik iyi oluş düzeyini üzerindeki yordayıcı etkisini tespit etmek amacıyla yapılan basit (doğrusal) regresyon analizi sonucunda eko-kaygı ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki gözlenmiş ( R= .601, R<sup>2</sup> = .361), eko-kaygının psikolojik iyi oluş üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmüştür (F= 339.092, p< .05). Buna göre eko-kaygı psikolojik iyi oluş düzeyine ait varyansın % 36,1’ini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısı ( $\beta$ ) değerinin negatif olması değişkenler arası ilişkinin negatif olduğunu göstermektedir ( $\beta$ = -.601, p< .000). Bu durumda eko-kaygı düzeyinin arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyinin anlamlı olarak azalacağı söylenebilir.

#### 4.3.3.Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutumlarının eko-kaygı düzeyi tarafından yordanmasına ilişkin bulgular

Üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin, bağımlı değişken olarak ele alınan geleceği yönelik tutum puanlarını yordamadaki rolünün incelenmesinde basit regresyon analizi kullanılmıştır. Sonuçlar Tablo 4.12’de görülmektedir.

Tablo 4.12.

Geleceğe yönelik tutumun eko-kaygı tarafından yordanmasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

| Değişken                                                 | B      | Std. Hata | Beta   | t      | p    |
|----------------------------------------------------------|--------|-----------|--------|--------|------|
| Sabit                                                    | 83,471 | 1,398     | -      | 59,721 | .000 |
| Eko-kaygı                                                | -0.441 | 0.071     | -0.245 | -6,190 | .000 |
| N= 602, R=.245 , R <sup>2</sup> =.060, F=38,310, p= .000 |        |           |        |        |      |

Tablo 4.12. incelendiğinde, eko-kaygı düzeyinin geleceğe yönelik tutum puanını ne ölçüde yordadığını belirlemek amacıyla yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonucunda eko-kaygı düzeyi ile geleceğe yönelik tutum puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu gözlemlenmiş ( R= .245, R<sup>2</sup> = .060), eko-kaygının geleceğe yönelik tutum puanlarını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür (F= 38,310, p< .05). Buna göre eko-kaygının geleceğe yönelik tutum puanlarındaki varyansın % 6'sını açıkladığı görülmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayısı ( $\beta$ ) değerinin negatif olması değişkenler arası ilişkinin negatif olduğunu göstermektedir ( $\beta$ = -.245, p< .000). Bu durumda eko-kaygı düzeyinin arttıkça geleceğe yönelik tutum puanlarının anlamlı olarak azalacağı söylenebilir.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

Bu çalışmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin gelecek yönelimi, umut ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu doğrultuda araştırma kapsamında araştırmanın temel amacı ve bu amaca bağlı olarak belirlenen alt amaçlar ekolojik sistem kuramı çerçevesinde incelenmiştir. Bu bölümde çalışmadan elde edilen bulgular alanyazın doğrultusunda tartışılarak değerlendirilmiştir.

#### **5.1. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Bu araştırmada eko- kaygı düzeyinin cinsiyet ile ilişkisi incelendiğinde kadınların eko-kaygı düzeylerinin erkeklerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu durum toplum içerisinde kadınların erkeklere kıyasla daha fazla koruma sağlama ve bakım verme sorumluluklarının yüklenmesiyle açıklanabilir. Zelezny ve arkadaşları (2000) kadınların çevreye karşı kaygılarının erkeklere kıyasla daha fazla olmasını toplumun kadınlara doğaya karşı duyarlı olma ve çevreyi koruma rollerini vermesiyle açıklamaktadır. Toplumdaki cinsiyet rolleri kadınların ekolojik sorunlar, iklim değişikliği ve çevre kirliliği gibi sorunları özellikle gelecek nesiller açısından tehdit olarak görmelerine ve kaygılarının yükselmesine neden olmaktadır. Bu toplumsal cinsiyet rollerinden ekolojik sistemler kuramı bağlamında da söz etmek mümkündür. Cinsiyet bireyin kimliğini oluşturan temel bir özellik olarak kabul edilse bile bu özellik toplumsal normlar ve kültürel değerler doğrultusunda biçimlenmektedir. Bu noktada makrosistem içinde yer alan değer yargıları, gelenekler ve inanç sistemleri birey üzerinde doğrudan değil dolaylı etkiler yaratmaktadır. Bu düzeyde yer alan toplumsal cinsiyet rolleri kadınlara tarihsel ve kültürel olarak daha fazla bakım verme, duygusal sorumluluk taşıma ve çevresel duyarlılık gösterme gibi roller yüklemeleriyle eko-kaygının yaşanma riskini artırmaktadır. Ayrıca kadınlara atfedilen duygusal hassasiyet beklentisi ve çevreye yönelik koruyucu tutumlar makrosistem düzeyindeki kültürel normlar aracılığıyla pekiştirilmektedir (Crandon vd., 2022). Swim ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan çalışma kadınların sosyal yapı içerisinde çoğunlukla çocukların, ailenin ve toplumun genel olarak sağlığını koruma görevi üstlenen bireyler olarak görmeleri sebebiyle erkeklere kıyasla çevresel sorunlara karşı daha yüksek duyarlılığa ve çevresel tehditler karşısında daha güçlü duygusal bir tepkiye sahip olduklarını göstermektedir. Brough ve arkadaşları (2016) ise kadınların erkeklere kıyasla

çevreye duyarlı tüketim davranışlarının daha yaygın olduğunu ve kadınların çevreyi koruma konulu sosyal beklentileri daha fazla içselleştirerek çevresel kaygılarının arttığını belirtmektedir. Bu bulgular kadınların çevresel tehditleri ve sorunları sadece bireysel olarak değil aynı zamanda toplum açısından da sorumlu olarak değerlendirdiklerini ve kaygı düzeylerinin daha yüksek olabileceğini ortaya koymaktadır. İlgili çalışmalar incelendiğinde araştırma bulgularıyla paralel olarak birçok farklı grupta yapılan çalışmada cinsiyet farkının ortaya çıktığı görülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırma bulgularıyla benzer olarak kadınların eko-kaygı düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek olduğu görülmektedir (Aasen, 2017; Blocker ve Eckberg, 1997; Coeffey vd.,2021; Gifford ve Nilsson, 2014; Hamilton, 2011; Kwon vd., 2019; McCright vd.,2016; Melgar, Mussio ve Rossi, 2013; Ojala,2016; Olofsson ve Öhman, 2006; Rahandram vd., 2011; Sundblad, Biel ve Garling, 2007; Stanley, 2021; Tresveni, 2023; Torgler vd.,2008; Wullenkord vd.,2021). Ekolojik krizlerin farklı gruplarda psikolojik işleyiş üzerindeki etkilerinin incelendiği bir çalışmada kadınların ve daha genç bireylerin iklim değişikliği konusunda önemli ölçüde daha fazla kaygılı olduğunu bulmuşlardır (Larionow vd., 2022). McCright ve Dunlap'ın (2011) gerçekleştirdiği meta-analiz çalışmasında kadınların iklim değişikliğine ilişkin daha fazla bilgiye sahip oldukları, çevresel sorunlara karşı daha duyarlı davrandıkları, çevreci eylemlere daha sık katıldıkları ve bu konularda daha yüksek düzeyde kaygı yaşadıkları ortaya konmuştur. Türkiye'de yapılan araştırmalara bakıldığında kadınların erkeklere göre daha yüksek düzeyde eko-kaygı bildirdikleri ve bu bakımdan mevcut çalışmanın bulgularıyla paralellik gösterdiği görülmektedir. Cebeci vd. (2025) tarafından bireylerin eko-kaygı düzeylerini etkileyen faktörleri belirlemek amacıyla yürütülen çalışmada kadın katılımcıların erkek katılımcılara oranla daha yüksek düzeyde eko-kaygı yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Kabasakal Çetin (2023) tarafından yürütülen eko-kaygı ve sağlıklı beslenme davranışları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada eko-kaygı düzeyinin kadınlarda erkeklere oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla mevcut verilere göre eko-kaygı düzeyinin cinsiyete göre değişiminin detaylı olarak incelenmesi gerektiği ve eko-kaygı incelenirken cinsiyetin belirleyici bir değişken olarak dikkate alınması, eko-kaygının bireyler üzerindeki etkilerini aklamak açısından makro düzeyde gerçekleştirilebilecek müdahalelerin katkı sağlayacağı düşündürmektedir.

## **5.2. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Yaşa Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Bu araştırmada; üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yaşa göre istatistiksel olarak farklılaştığı ve 17-21 yaş aralığında yer alan bireylerin eko-kaygı düzeylerinin 22 yaş ve

üzeri olanlara kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. 17–21 yaş aralığındaki bireylerin eko-kaygı düzeylerinin 22 yaş ve üzerine göre daha yüksek olması bu yaş grubunun içinde bulunduğu gelişimsel özelliklerin sonucunda küresel tehditler karşısında daha duyarlı ve sorgulayıcı ancak aynı zamanda daha kırılgan olmasıyla ilişkili görülmektedir. 17–21 yaş arası bireyler kimliğe karşı rol karmaşası evresinde yer almakta ve kimlik inşası, gelecek planları ve yaşam amaçları konusunda yoğun sorgulamalar yapmaktadır (Erikson, 1968). Üniversiteye yeni geçiş, kariyer seçimi ve kimlik inşası gibi önemli kararların alındığı bir dönem içinde bulunan bireylerin iklim değişikliği gibi kontrol edilemeyen, karmaşık ve sürekli vurgulanan tehditlerle karşı karşıya kalması geleceğe dair umutlarını zedeleyerek eko-kaygıyı artırmaktadır (Clayton, 2020). Diğer taraftan yaş arttıkça gelişimsel olarak kimlik oluşumunu büyük oranda tamamlamış ve yaşamın diğer alanlarında daha fazla kontrol ve deneyim kazanmış bireyler daha net yaşam hedefleri, sosyal roller ve baş etme stratejileri geliştirebilmeleri sebebiyle iklim değişikliği gibi tehditleri daha somut, rasyonel ve yönetilebilir çerçevede ele alma eğiliminde görülmektedir. İklim krizi gençlerin geleceğe dönük hayalleri, planları için önemli bir tehdit oluşturmaktadır. Sosyal medya ve dijital bilgi akışı sebebiyle de iklim kriziyle daha sık yüzleşmeleri yaş azaldıkça eko-kaygı düzeyinin artmasını açıklayabilir (Ojala, 2012). Literatür incelendiğinde araştırma bulgularıyla benzer olarak yaş azaldıkça eko-kaygı düzeyinin arttığı görülmektedir (APA, 2018; Benoit vd., 2022; Clayton ve Karazsia, 2020; Doherty, 2015; Egan ve Mullin, 2017; Feldman vd., 2010; Heeren vd., 2022; Hornsey vd., 2016; Kaplan ve Guskin, 2019; Kelly, 2017; Lewis vd., 2019; McCright vd., 2016; Milfront vd., 2021; Patrick vd., 2022). Öksüz ve Kalaycı (2023) Ankara Üniversitesi öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada yaş durumuna göre 18-21 yaş arası katılımcıların eko-kaygı düzeylerinin 22-26 yaş aralığındakilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Tümer ve arkadaşları (2024) tarafından yapılan bir çalışmada yaş gruplarına göre iklim değişikliği ile ilgili kaygı düzeyi incelendiğinde 18-21 yaş aralığındaki gençlerin diğer yaş gruplarına göre daha yüksek kaygı yaşadığı görülmektedir. Usta (2023) tarafından yapılan bir çalışmada yaş ve iklim değişikliği kaygısı arasında anlamlı bir fark olduğu, 18-23 yaş aralığındaki bireylerin iklim değişikliği kaygısının 23-29 yaş aralığında yer alan katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cebeci ve arkadaşları (2025) yürüttüğü bir çalışmada yaş arttıkça eko-kaygı düzeyinin azaldığı görülmektedir. Aydemir (2022) tarafından 18-84 yaş aralığındaki yetişkinlerin iklim değişikliği kaygısının incelendiği bir çalışmada iklim değişikliği kaygısının genç yaş aralıklarından ileri yaş aralıklarına doğru azaldığı bildirilmiştir. İnan ve Kahraman (2024) tarafından yapılan çalışmada daha genç yaştaki katılımcılarda eko-kaygının daha fazla olduğu görülmüştür. İklim kaygısını ortaya çıkarmak için 16-25 yaşları

arasındaki gençlerde iklim kaygısına ilişkin yapılan geniş çaplı bir araştırmada da benzer sonuçlar görülmüş ve iklim kaygısının psikolojik yüklerinin dünya çapında çok sayıda genç insanı derinden etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Rao ve Powell, 2021). Coffey ve arkadaşları (2021) tarafından eko-kaygı düzeyinin işlevsellığe olan etkisiyle ilgili etmenlerin araştırıldığı bir çalışmada, 18-35 yaş arasında bulunan katılımcıların eko-kaygı düzeylerinin 35 yaş ve üzeri yetişkinlere kıyasla daha yüksek olduğu ve eko-kaygının işlevsellikleri üzerinde daha fazla rol oynadığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde, kadınlar ve daha genç yaştaki bireyler genel olarak iklim değişikliği konusunda erkeklere ve 35 yaşın üzerindekiilere göre daha fazla sıkıntı yaşadıklarını bildirmişlerdir. İngiltere'de çocuk psikiyatristleri tarafından 2020 yılında yapılan bir çalışma çocukların ve gençlerin iklim krizi ve çevrenin durumu nedeniyle psikolojik sıkıntı yaşadığını ortaya çıkarmıştır. Yapılan bir araştırmada 18-34 yaş grubunda yer alan bireylerin 35-55 yaş grubundaki bireylere oranla daha fazla kaygı yaşadıkları görülmüştür (Lewis, Palm ve Feng, 2019). Sonuç olarak bu çalışmada eko-kaygı düzeyinin yaş azaldıkça arttığı görülse de bu konuda daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir ve eko-kaygıya yönelik yaşa özgü baş etme stratejilerinin geliştirilmesi önem kazanmaktadır.

### **5.3. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Sosyoekonomik Düzeye Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri ile üst, orta ve alt şeklinde incelenen sosyoekonomik düzey arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık belirlenememiştir. Literatürde eko-kaygı ve sosyoekonomik düzey değişkeni arasındaki ilişkiye dair her iki yönde bulguya rastlanmaktadır. Ceylan ve arkadaşları (2024) ve Seki Öz ve Şen (2024) eko-kaygı düzeyinin sosyoekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık göstermediğini bulmuşlardır. Benzer olarak Sütçü ve Demirel (2023) sosyal hizmet öğrencileriyle yaptıkları çalışmada iklim sorunlarına yönelik kaygı düzeyi ile sosyoekonomik düzey arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu bulgular araştırmanın bulgularıyla paralelken, İnan ve Kahraman (2024)'ın düşük gelir düzeyine sahip bireylerin eko-kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu gösteren bulgusuyla farklılık göstermektedir. Bu araştırmanın sonucundan hareketle eko-kaygının sosyoekonomik düzeyden bağımsız olarak herkes tarafından hissedilebileceği sonucu çıkarılabilir.

#### **5.4. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Yerleşim Birimi Değişkenine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Yapılan araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerleşim birimine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Yerleşim birimi büyükşehir olanların eko-kaygı düzeyinin diğer yerleşim birimlerine kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bronfenbrenner (1979)'a göre bireyler bulundukları fiziksel ve sosyal çevreyle karşılıklı etkileşim içerisinde. Bu bağlamda büyükşehir yaşamında makrosistem düzeyinde yaşam çevresinde maruz kaldığı yoğun kirlilik, gürültü, yeşil alan azlığı, betonlaşma ve afet riski gibi daha fazla çevresel bozulmaya maruz kalmaları sebebiyle çevresel tehditlere karşı daha duyarlı hale gelmekte ve iklim değişikliği gibi küresel krizlere yönelik kaygıları daha yoğun şekilde deneyimleyebilmektedirler. Ayrıca bireylerin mikrosistem düzeyinde sınırlı doğa teması ve kalabalık yaşam koşulları bireyin çevresel tehditleri daha yakından deneyimlemesine neden olabilmektedir. Bu durum bireyde doğrudan ya da dolaylı olarak çevresel farkındalığın artmasına ve eko-kaygı düzeyinin yükselmesine yol açabilmektedir (Crandon vd., 2022). Literatür incelendiğinde araştırma bulgularıyla paralel olarak büyükşehirde yaşayan bireylerin eko-kaygı düzeylerinin kırsal bölgelerde yaşayan bireylere göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır. (Coffey vd., 2021; De Berenguer vd., 2005; Kılıç ve Koçoğlu Tanyer, 2024; Sineva vd., 2021). Yu (2014) tarafından Çin'de yapılmış bir araştırma sonucunda büyükşehirde yaşayan bireylerin eko-kaygı düzeyi kırsal alanda yaşayan bireylere oranla anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Leonhardt ve arkadaşları (2022) tarafından yapılan 128.484 katılımcının yer aldığı bir çalışmada Norveç'teki gençler arasında eko-kaygı yaygınlığının %37,6 olduğu ve büyükşehirde yaşayan gençlerin kırsal alanlarda yaşayanlara kıyasla daha yüksek eko-kaygı düzeyine sahip olduğu bulunmuştur. Özetle literatür eko-kaygı düzeyi ve yerleşim birimi ilişkisi çerçevesinde incelendiğinde büyükşehirde yaşayanların eko-kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

#### **5.5. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Coğrafi Bölge Değişkenlerine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Yapılan araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin yaşamlarının çoğunu geçirdikleri coğrafi bölgeye göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Coğrafi bölge olarak Karadeniz Bölgesi'nde yaşayanların eko-kaygı düzeyinin diğer coğrafi bölgelere kıyasla daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu durum coğrafi özellikler ve çevresel

kırılganlıklar gibi değişkenlerin eko-kaygı düzeyini önemli ölçüde etkileme potansiyeline sahip olması ve Karadeniz Bölgesinin bu riskleri taşımasıyla açıklanabilir. Karadeniz Bölgesi Türkiye’de iklim değişikliğine bağlı afetlere karşı en kırılgan olan bu etkilerin en yoğun hissedildiği alanlardan biridir (Beyazlı vd., 2021). Türkiye genelinde yapılan değerlendirmeler taşkın ve heyelan afetlerinin yaklaşık %95’inin Karadeniz’in doğu kesiminde meydana geldiğini ve bu yönüyle bölgenin afet riski açısından ilk sırada yer aldığı görülmektedir (AFAD, 2020). Bu afetler bölgedeki bireylerin günlük yaşamını doğrudan tehdit etmekte ve yerleşim yerlerinde ciddi maddi ve manevi kayıplara yol açmaktadır (Apaydın, 2025). Ayrıca Karadeniz Bölgesi’nde iklim değişikliğine bağlı olarak yağış rejimlerinde görülen düzensizlikler, deniz seviyesi yükselmesi ve kıyı erozyonları bölge halkı için uzun vadeli bir tehdit oluşturmaktadır (Türkeş ve Altan, 2019). Bu tür sürekli çevresel tehditler karşısında yaşanan belirsizlik bireylerde kronik bir kaygı hali yaratmaktadır ve bu durum eko-kaygıyı tetikleyen temel faktörlerden biri olarak görülmektedir (Pihkala, 2020). Bir diğer önemli nokta Karadeniz’de yaşayan bireylerin doğayla güçlü bir yer bağlılığına sahip olmasıdır. Doğa ile kurulan bu derin psikolojik ve kültürel bağ çevresel yıkımlar karşısında bireylerin daha yoğun bir psikolojik etkilenme yaşamasına sebep olabilir (Scannell ve Gifford, 2010). Yer bağlılığı yüksek olan bireyler, yaşadıkları çevrenin zarar görmesine daha duyarlıdır. Makrosistem açısından gençler kültürel ve sosyal açıdan önemli yerlere bağlanma duygusu yaşarlar ve yerleri kişiselleştirerek bir kimlik duygusu elde etmektedirler. Doğal yerlere bağlanma çevre dostu davranış, doğa kimliği ve çevresel kaygı ile bağlantılı görülmektedir. Doğayla kurulan tarihsel, kültürel ve duygusal bağın güçlü olması çevresel tehditlerin bireyde daha derin psikolojik etkiler yaratarak eko-kaygının artmasına neden olmaktadır (Crandon vd., 2020). Literatür incelendiğinde eko-kaygının Karadeniz gibi iklim değişikliğine bağlı afetlere karşı kırılgan ve doğaya bağlılığı yüksek olan kıyı bölgelerinde daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar araştırma bulgularını desteklemektedir. Çankaya ve Boz (2023) Karadeniz Bölgesi’nde fındık tarımı yapan üreticilerin iklim değişikliği konusundaki bilgi kaynaklarını, bilgi düzeylerini ve kaygılarını incelemişlerdir. 135 kişiyle yapılan çalışmanın bulgusuna göre çiftçilerin iklim değişikliği hakkında bilgilerini çoğunlukla televizyon ve internetten edindiklerini, bu konuda yüksek düzeyde kaygı taşıdıklarını ve üretimlerinin etkilenmesi durumunda çeşitli önlemler almayı planladıklarını göstermektedir. Parreira ve Mouro (2023) tarafından yapılan Portekiz’de kıyı bölgesi olan Aveiro bölgesinde yaşayan 197 katılımcının yer aldığı bir çalışmada katılımcıların yaşadıkları bölgeye bağlılıklarından ve kıyı risk algılarından dolayı eko-kaygı düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Filipinler ve Jamaika’da yapılan bir çalışmada kıyı kesimlerde yaşayan katılımcılar deniz seviyesinin yükselmesi ve sel nedeniyle memleketlerinin

gelecekte yok olabileceği konusunda yoğun kaygı yaşadıklarını bildirmişlerdir (Diffey vd., 2022). Myers (2022) tarafından Yeni Zelanda'da yapılan nitel araştırma sonucunda kıyı topluluklarında yaşayan bireylerin kıyı şeridinin aşınması, deniz yükselmesi gibi iklim değişikliğinin potansiyel etkilerini yaşamaları sebebiyle eko-kaygı düzeyinin yüksek olduğuna ulaşılmıştır. Cunsolo Willox ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan çalışmada iklim değişikliğinin İnuit topluluklarının ruh sağlığı üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırma sonucunda erozyona maruz kalan kıyı bölgelerinin olması, alçalmaya başlayan adalar, arazideki değişiklikler nedeniyle yer değiştirmek zorunda kalacakları korkusu, geçim kaynaklarının bozulacağına dair korku yaşadıkları ve iklim değişikliği konusunda yoğun kaygı yaşadıkları görülmüştür. Alan yazında eko-kaygının coğrafi bölgelere göre değişimini inceleyen sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır. Bununla birlikte yeşil ve doğal çevreye sahip Karadeniz gibi kıyı bölgelerde yaşayan dolayısıyla doğa ve çevre ile sıkı ilişkiler kuran gençlerin ekolojik yıkıma tanıklık etme düzeylerinin ve çevreyle olan etkileşimlerinin eko-kaygı üzerinde belirleyici rol oynadığı düşünülmektedir.

#### **5.6. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Sosyal Medyada Geçirilen Süre Değişkenine Göre Farklaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Bu araştırmada; üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal medyada geçirilen süre arttıkça eko-kaygı düzeyinin arttığı görülmektedir. Sosyal medyada geçirilen sürenin eko-kaygı üzerindeki etkisi bireyin çevresiyle etkileşim halinde olduğu çok katmanlı sistemler aracılığıyla değerlendirilebilir. Bireyin medya ile kurduğu ilişki doğrudan içinde yer almadığı ancak dolaylı olarak etkisine maruz kaldığı sistemleri kapsayan ekzosistem düzeyinde ele alınmaktadır. Sosyal medya bireyin günlük yaşamında aktif olarak yer almasa da içerikleri, sunuluş biçimleri ve yaygın çevresel haberlerle bireyin duygusal ve bilişsel süreçlerini önemli ölçüde etkileyebilmektedir (Crandon vd., 2020). Twitter (X), Instagram ve TikTok gibi görsel ve duygusal içerik yoğunluğu yüksek olan platformlarda çevresel felaketler, iklim değişikliği, türlerin yok oluşu, su ve hava kirliliği gibi ekolojik krizlere ilişkin içerikler sıkça ve dramatik biçimlerde sunulmakta bu da bireyde sürekli bir tehdit algısı ve geleceğe yönelik belirsizlik yaratmaktadır (Kankawale ve Niedzwiedz, 2023). Medyada yer alan bu tür içerikler özellikle genç bireylerde çevresel farkındalığı artırmakla birlikte çözümden çok felakete odaklanıldığında çaresizlik ve kaygı duygusunu tetikleyebilmektedir. Bununla birlikte iklim değişikliği konusunda endişeli olan gençler iklim değişikliğiyle ilgili sosyal medya sayfalarına

abone olabilir ve sosyal medya şirketlerinin bu içeriği kendi medya akışlarında görüntülemesine izin verebilmektedir. İklim değişikliğiyle ilgili görsellere ve bilgilere bu kadar fazla maruz kalmak tehdidin önemini artırır ve karşılığında kaygıyı tetikleyebilmektedir (Clayton vd., 2023). Çevresel kaygılar taşıyan bireyler zamanla bu içeriklere daha fazla maruz kalmakta bu durum bir döngü yaratarak kaygı düzeyini pekiştirmektedir. Bu durum bireyin makrosistem içinde şekillenen çevre bilinci, sorumluluk duygusu, gelecek kaygısı gibi değerleri ile birleşerek eko-kaygı düzeyinde artışa neden olabilmektedir. İlgili alan yazın incelediğinde sosyal medya kullanım sıklığı ve eko-kaygı üzerine yapılan çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Brulle ve arkadaşları (2012), Doherty ve Clayton (2011), Kankawale ve Niedzwiedz (2023), Olausson (2011), Reser ve arkadaşları (2011), Risbey (2008), Stokols ve arkadaşları (2009) ve Zolitschka (2025) tarafından elde edilen bulgular bu araştırmanın bulgularıyla benzer sonuçlar ortaya koymaktadır. Maran ve Begotti (2021) tarafından yapılan 18-26 yaş arasındaki İtalyan üniversite öğrencileriyle medya aracılığıyla iklim değişikliğine maruz kalmanın iklim kaygısı üzerine etkisinin incelendiği bir çalışmada sosyal medya kullanımı arttıkça iklim değişikliği kaygısının arttığı görülmektedir. Yapılan araştırmalar sosyal medya kullanım süresi ile kaygı arasında pozitif yönde anlamlı biçimde bir ilişki olduğunu gösterse de maruz kalınan iklim değişikliği temalı içerik türünün ve iklim değişikliğiyle ilgili içeriklerin gençler tarafından nasıl çerçeveleneceğini ayırt edebilme becerisinin önemli olduğu ve düşünülmektedir.

#### **5.7. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Haberleri Takip Etme Sıklığı Değişkenine Göre Farklaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Yapılan araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin haberleri takip sürelerine göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Haberleri takip etme süresi arttıkça eko-kaygı düzeyinin arttığı görülmektedir. Bu durum üzerinde bireyin doğrudan içinde yer almadığı ancak yaşamını dolaylı biçimde etkileyen ekzosistem düzeyinde olan medya maruziyeti ile açıklanabilmektedir. Haber içerikleri ise bu sistem aracılığıyla bireyin çevresel olaylara ilişkin farkındalık ve duygu durumunu şekillendirmektedir. Günümüzde haberlerde sıkça yer verilen iklim krizi, çevresel felaketler, orman yangınları, kuraklık ve türlerin yok oluşu gibi olaylar bireylerde sürekli bir tehdit algısı yaratabilmektedir. Sürekli olarak felaket temalı çevre haberlerine maruz kalan bireylerde çevresel tehditlerin yıkıcı ve kaçınılmaz olduğu inancı güçlenebilmektedir. Bu inanç ise bireyde çaresizlik, umutsuzluk ve yoğun çevresel kaygı duygularını tetikleyerek eko-kaygıya zemin hazırlayabilmektedir (Kankawale ve Niedzwiedz, 2023). Birçok insan iklim değişikliğini ve diğer küresel çevre sorunlarını doğrudan maruz

kalmaktan ziyade medya temsilleri aracılığıyla dolaylı olarak deneyimlemektedir (Pihkala, 2019). Haber içerikleri özellikle tehdit edici veya zararlı olarak algılandığında ve bu olaylar bireylerin doğrudan deneyimlerine dayanmadığında hem haber medyası hem de sosyal medya tarafından inşa edilen anlatılar hakkındaki bireysel yorumlamalar eko-kaygı seviyesini etkilemektedir (Whitmarsh & Capstick, 2018). Yapılan bazı araştırmalar bireylerin eko-kaygı düzeylerinin bir iklim değişikliği mesajına maruz kalmaktan (Clayton ve Karazsia, 2020) veya iklim değişikliğiyle ilgili medya raporlarından etkilenebileceğini göstermektedirler (Passmore vd., 2022). İlgili alan yazın incelendiğinde araştırma bulgularıyla paralel sonuçlar elde edilmiştir (Asgarizadeh vd., 2023; Clayton ve Karazsia, 2020; Loll vd., 2023; Lutz vd., 2023; Maran ve Begotti, 2021; Ogunbode vd., 2020; Ogunbode vd., 2022; Pihkala, 2019; Whitmarsh ve Capstick, 2018). Jalin vd. (2024) tarafından katılımcıların ekolojik strese maruz kalma durumları ve eko-kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada haberlere (gazete, TV, internet) daha fazla maruz kalan bireylerin eko- kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Gezegenin ekolojik durumu hakkında kötü haberlere sık sık maruz kalmak bireylerin hayatta kalma ve gelecekleri konusundaki belirsizlik yaşamalarına sebep olmaktadır. Ramírez-López ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan bir çalışmada haberleri takip etmenin iklim değişikliği kaygısını arttırdığı görülmektedir. Zolitschka, F. T. (2025) yaptığı bir araştırmada daha fazla iklim değişikliği haber içeriği takip edenlerin daha az iklim değişikliği haber içeriği takip eden bireylere kıyasla daha yüksek eko-kaygı seviyelerine sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır. Finlandiya'da eko-kaygının yaygınlığı ve başa çıkma yollarının incelenmesi için yapılan bir araştırmada sıcak hava dalgaları ve orman yangınları hakkındaki haberlere maruz kalan gençlerin kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır (Pihkala, 2019).

## **5.8. Üniversite Öğrencilerinin Eko-Kaygı Düzeylerinin Çevre Dostu Davranışlara Katılım Değişkenine Göre Farklılaşmasına Ait Bulguların Tartışılması**

Bu araştırmada; üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin çevre dostu davranışlara katılma durumuna göre anlamlı olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Eko-kaygı düzeyi arttıkça çevre dostu davranışlara sıklıkla katılma durumu da artmaktadır. Bu durum üzerinde kaygının bireyin çevresel tehditlere karşı duyarlılığını artıran ve onu eyleme geçmeye yönlendiren motivasyonel bir duygu olarak işlev görmesi gösterilebilir. Lazarus'un (1991) bilişsel değerlendirme kuramına göre birey bir durumu tehdit olarak algıladığında bu algı kaygı gibi duygular aracılığıyla bir tür uyarıcı işlevi görür ve baş etme stratejilerini devreye

sokar. Bu bağlamda kaygı edilgen bir duygu olmanın ötesinde bireyi mevcut ya da olası bir tehdiye karşı çözüm üretmeye ve kontrolü yeniden kazanmaya sevk eden dinamik bir süreç olarak görülmektedir. Nitekim çevresel tehdit algısı yüksek olan bireylerin yaşadıkları eko-kaygı durumunu azaltmak amacıyla çevre dostu davranışlara daha fazla yöneldiği çeşitli araştırmalarla ortaya konmuştur (Clayton & Karazsia, 2020). Ayrıca eko-kaygı felç edici değil de yapıcı biçimde yaşandığında birey çözüm arayışına girmekte ve geri dönüşüm, tüketim azaltma ve sürdürülebilir ürün kullanımı gibi çevre dostu davranışlara yönelmektedir (Clayton vd., 2017). Araştırmacıların çoğu eko-kaygı arttıkça çevre dostu davranışın arttığını öne sürmektedir. Literatür incelendiğinde araştırma bulgularıyla paralel olarak eko-kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin daha sık çevre dostu davranışlar gösterdiklerini ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Ágoston vd., 2022; Bouman vd., 2020; Carlson vd., 2019; Heeren vd., 2022; Innocenti vd., 2023; Mallett vd., 2013; Meis-Harris vd., 2021; Moore ve Yang, 2020; Ogunbode vd., 2022; Rees vd., 2015; Schwartz vd., 2022; Stanley vd., 2021; Verplanken vd., 2020). Mathers Jones ve Todd (2023) tarafından yapılan Avustralya'da 18-30 yaş aralığındaki katılımcıların yer aldığı bir çalışmada eko-kaygı düzeyi yüksek bireylerin daha fazla çevre dostu davranışlarda bulunma eğiliminde olduğu bulunmuştur. Pavani ve arkadaşları (2023) tarafından yapılan bir çalışmanın sonuçlarına göre bireylerin eko-kaygı düzeyi ne kadar yüksekse çevre dostu davranışlarda bulunma olasılıkları da o kadar yüksektir. López-García ve arkadaşları (2025) tarafından İspanya'daki gençlerle yapılan bir çalışmada gençlerin çevre dostu davranışlara etkin olarak katılımı için belirli düzeyde eko-kaygı yaşamalarının gerekli olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda geri dönüşüm, enerji tasarrufu gibi çevre dostu davranışlara katılım bireyin kaygı duygusunu anlamlı bir eyleme dönüştürme biçimi olarak görülmektedir. Bu yönüyle eko-kaygı yapıcı bir motivasyon kaynağı olarak değerlendirilebilir ve bireylerin çevresel sorunlara karşı pasif kalmalarını önleyip onları sürdürülebilir yaşam biçimlerine yönlendirebilir.

### **5.9. Üniversite Öğrencilerinin Umut Düzeylerinin Eko-Kaygı Düzeyi Açısından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyinin umut düzeyini anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Eko-kaygı düzeyi ve umut arasında negatif yönlü ve orta düzeyli bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Eko-kaygı düzeyi arttıkça umut düzeyinin anlamlı olarak azalacağı söylenebilir. Bu durumun en temel sebebi olarak eko-kaygının gelecekte yaşanabilecek çevresel felaketlere dair kontrolsüzlük hissi ve çaresizlik

duygusu yaratarak bireylerin umutsuz hissetmelerine sebep olması gösterilebilmektedir. Snyder'in umut kuramına göre umut; hedef belirleme, yollar düşünme ve motivasyon bileşenlerine ayrılır (Snyder, 2000). Eko-kaygının yarattığı olumsuz duygulardan kaçınma tepkisi olarak duyarsızlaşma ve eylemsizlik özellikle yol bulma ve motivasyon bileşenlerini zayıflatarak umutsuzluk hissi yaratmaktadır (Martin vd., 2022). Literatür incelendiğinde araştırma bulgularına paralel olarak eko-kaygı düzeyi ve umut düzeyinin negatif ilişki gösterdiğini ortaya koyan çalışmalar bulunmaktadır (Marlon vd., 2019; O'Brien vd., 2018; Stevenson ve Peterson, 2016). Hockey (2024) 18-35 yaş aralığındaki gençlerin deneyimlediği eko-kaygı ile ilgili olarak umudun nasıl bir rol oynadığını incelemek amacıyla yaptığı bir çalışmada eko-kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin umut düzeyinin düşük olduğunu bulmuştur. Curll ve arkadaşları (2022) yaptığı bir çalışmada eko-kaygının bireylerin umut düzeyini düşürdüğü, doğa ile bağ kurma ve çevre aktivizminin ise umut düzeyini artırabildiğini bulmuştur. Hickman ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan 10 ülkede 10.000 gencin yer aldığı çalışmada eko-kaygı düzeyi yüksek olanların umut düzeylerinin düşük olduğunu raporlanmıştır. Duman ve arkadaşları (2024) tarafından 360 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada iklim değişikliği kaygısı ile umut arasında negatif yönde anlamlı düzeyli bir ilişki tespit edilmiştir. Bu doğrultuda elde edilen bulgular eko-kaygı düzeyindeki artışın bireylerin umut düzeyini azalttığını göstermekte ve çevresel kaygıların geleceğe yönelik olumlu beklentileri zayıflattığını ortaya koymaktadır.

#### **5.10. Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İyi Oluş Düzeylerinin Eko-Kaygı Düzeyi Açısından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyinin psikolojik iyi oluş düzeyini anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Eko-kaygı düzeyi ve psikolojik iyi oluş düzeyi arasında negatif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmüştür. Eko-kaygı düzeyi arttıkça psikolojik iyi oluş düzeyinin anlamlı olarak azalacağı söylenebilir. Psikolojik iyi oluş bireyin hayatından tatmin olması, pozitif duygular yaşaması, anlam bulması ve psikolojik olarak işlevselliğini sürdürebilmesi olarak tanımlanmaktadır. Ryff'ın modeline göre psikolojik iyi oluş çevresel hâkimiyet, özerklik, amaçlı yaşam duygusu, başkalarıyla olumlu ilişkiler, özsaygı ve kişisel gelişim boyutlarından oluşmaktadır (Telef, 2013). Eko-kaygının bireylerde yarattığı sıkıntılı düşünce ve duygular psikolojik iyi oluşun boyutları için tehlike oluşturmaktadır (Fonte ve Ferreira, 2024). Çevresel krizlerin geri döndürülemez olduğu düşüncesi, bireylerin geleceğe dair olumlu beklentilerini zayıflatmaktadır (Wullenkord vd.,

2021). Bu durum amaçlı yaşam ve kişisel gelişim boyutlarını olumsuz etkiler. Stres ve kaygı semptomları bireyin öz yeterliliğini ve yaşam doyumunu azaltabilmektedir. (Clayton vd.,2017). Eko-kaygı yaşayan bireyler gelecekle ilgili kaygılarını paylaşmakta zorlanabilir ve anlaşılmadıklarını hissederek sosyal kopukluk ve içe kapanma durumu yaşayabilmektedirler (Pihkala, 2020). Bu durum psikolojik iyi oluşun başkalarıyla olumlu ilişkiler kurma boyutunu zedeleyebilir. Eko-kaygı bireylerin yaşadıkları dünyayı geçici ya da mahvolmuş görmelerine neden olarak bireylerin anlam arayışını zedeler ve varoluşsal bir karmaşaya sebep olabilmektedir (Passmore vd., 2023). Bu bağlamda eko-kaygının psikolojik iyi oluş açısından zedeleyici bir etki yarattığı görülmektedir (Fonte ve Ferreira, 2024). Alan yazın incelendiğinde araştırma bulgularıyla paralel olarak eko-kaygı ve psikolojik iyi oluş arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Cunsolo ve Ellis, 2018; Hickman vd., 2021; Hogg vd., 2021; Ogunbode vd., 2021; Reyes vd., 2021; Schwartz, 2023; Stanley vd., 2021; Takshe vd., 2023; Verplanken vd., 2020; Wullenkord vd., 2021). Eko-kaygının Mısırlı girişimcilerin girişimcilik hedefleri üzerindeki etkisinin incelendiği bir çalışmada; bireylerin eko-kaygı nedeniyle uyuyamadıkları, girişimcilik eylemleriyle ilgili kendi seçimlerini yapamadıkları, umutsuz oldukları, özsaygılarının sürekli azaldığı ve bu nedenle de psikolojik iyi oluşlarının da düşük olduğu bulunmuştur (Abdelwahed ve Ramish, 2024). Avustralya’da yapılan bir çalışmada eko-kaygının psikolojik iyi oluş üzerinde negatif düzeyde bir etkiye sahip olduğu görülmektedir (Stanley vd., 2021). Hogg ve arkadaşları (2024) tarafından Avustralya’da yaşayan 18-86 yaşları arasındaki 530 yetişkin ile yapılan bir çalışmada eko-kaygının psikolojik iyi oluş ve çevre dostu davranışları olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Hickman (2020) bir çalışmasında katılımcıların yaşamlarının çeşitli önemli alanlarının (örneğin, uyuma, iş/çalışma veya sosyalleşme) eko-kaygı tarafından etkilendiği ve genel olarak artan kaygı karşısında daha savunmasız hale gelerek psikolojik iyi oluş düzeylerinin düştüğünü tespit etmiştir. Sonuç olarak elde edilen bulgular eko-kaygı düzeyi ile psikolojik iyi oluş arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu bu durumun nedeninin eko-kaygının bireylerde sürekli bir alarm hali oluşturmaları ve bunun da psikolojik iyi oluşun temel bileşenleri olan içsel huzur, denge ve güven duygusunu zedelemesi düşünülebilir.

#### **5.11. Üniversite Öğrencilerinin Geleceğe Yönelik Tutum Düzeylerinin Eko-Kaygı Düzeyi Açısından Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışılması**

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyinin geleceğe yönelik tutum düzeyini anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Eko-kaygı düzeyi ve geleceğe

yönelik tutum düzeyi arasında negatif yönde ve orta düzeyli bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Eko-kaygı düzeyi arttıkça geleceğe yönelik tutumların olumsuz biçimde etkilendiği söylenebilir. Bireylerin gelecekleri hakkında sahip oldukları duygular, düşünceler ve beklentilerin toplamı geleceğe yönelik tutumu oluşturmaktadır. Geleceğe yönelik tutum olumlu gelecek tasarımı/iyimserlik, geleceği düşünebilme ve planlayabilme, yenilikçi olabilme, geleceği yönetebilme boyutlarından meydana gelmektedir (Ehtiyar vd., 2017). Bu bakımdan incelendiğinde eko-kaygının geleceğe yönelik tutumun boyutları üzerinde olumsuz etkisinin olduğu düşünülmektedir. Ekolojik felaketler gelecekteki yaşam koşulları hakkında belirsizlik yaratarak gelecek konusunda kaygı duyulmasına neden olmaktadır ve bireyler bu belirsizlik ve kaygıyla başa çıkma konusunda zorluk yaşamaktadırlar (Boluda Verdú vd., 2022). Eko-kaygının eğitim, kariyer ve aileyle ilgili hedefler gibi gençlerde tipik olarak belirgin olan hedeflerle etkileşime girmedi engel oluşturabileceğini ve bunun anlam veya amaç kaybına katkıda bulunabileceği düşünülmektedir (Schwartz, 2023). Bu durum gençlerin geleceği düşünme ve planlama becerilerini olumsuz etkilemektedir. Eko-kaygı sebebiyle gelecek konusunda kararsızlık yaşayan kişilerin geleceğe yönelik uzun süreli planlamalar yapma yerine kısa süreli planlar yapmayı tercih ettiği görülmektedir. Eko-kaygı bireylerin dünyaya bakış açısını, gelecekle ilgili önemli kararlarını, kariyer seçimlerini, nerede ve nasıl yaşayacağını değiştirmektedir (Cianconi vd., 2020). Ayrıca gezegenin geleceği konusunda kaygıları olan insanların çocuk sahibi olma seçimini de etkilemektedir (Helm vd., 2021). Ekolojik felaketlerin ciddi boyutlarından dolayı eko-kaygı yaşayan gençlerin daha iyi bir gelecek için umutsuz oldukları ve geleceği öngörmeye isteksiz davrandıkları görülmektedir (Tsevreni vd., 2023). Eko-kaygı yaşayan bireylerin gelecekleri konusunda daha endişeli veya daha karamsar şekilde bir bakış açısına sahip olabilecekleri düşünülmektedir. Bu durum bireylerin olumlu gelecek tasarımı ve iyimserlik düzeylerini etkilemektedir. Alan yazına bakıldığında geleceğe yönelik tutumun eko-kaygı açısından yordanması konusunu yurt içi ve yurt dışında inceleyen herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Fakat geleceğe yönelik tutumun alt boyutları ile eko-kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar alan yazında karşımıza çıkmaktadır. Regnoli ve arkadaşları (2024) tarafından yapılan ve yaş aralığı 18-25 yaş olan 283 İtalyan genç yetişkinin katılımcı olarak yer aldığı çalışmada iklim değişikliğiyle ilgili kaygının gelecek kaygısı üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma sonucunda iklim değişikliği kaygısının arttıkça gençlerin geleceğe karşı olumsuz tutumun ve gelecek kaygısının arttığı görülmektedir. Abdelwahed ve Ramish (2024) tarafından Mısırlı genç girişimcilerin girişimcilik hedefleri üzerindeki etkisinin incelendiği bir çalışmada eko-kaygısı yüksek olan bireylerin işleriyle ilgili görevleri, projeleri tamamlama konusunda sıkıntı yaşadıkları ve potansiyel yeteneklerini

gösteremedikleri görülmektedir. Yapılan bir araştırma eko-kaygı düzeyi yüksek olan katılımcıların “İklim değişikliğinin gelecek açısından oluşturduğu risk göz önüne alındığında çocuk sahibi olmalı mıyım? Mesleğimi değiştirmeli miyim yoksa sahip olduğum işe daha fazla çevresel sorumluluk katmaya mı çalışmalıyım? Toplumumda iklim değişikliği konusunda farkındalık yaratmaya ailemle daha az zaman geçirmek anlamına gelse bile daha fazla zaman ayırmalı mıyım? ” şeklinde düşüncelere sahip olduklarını ve eko-kaygının gelecek planlamalarını etkilediğini ortaya koymuştur (Kurth ve Pihkala, 2022). Benzer şekilde Kanada’da yapılan bir çalışmada katılımcıların önemli bir yüzdesinin (16-25 yaş arası) iklim değişikliği nedeniyle çocuk sahibi olma konusunda tereddüt ettiğini ve %73’ünün geleceğin korkutucu olduğunu düşündüğünü göstermiştir (Smith vd., 2017). Sonuç olarak bulgular eko-kaygı düzeyi ve geleceğe yönelik tutum düzeyi arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir ve bu durumun sebebi olarak bireyin iklim değişikliği nedeniyle gençlerin kendi yaşamının, kariyerinin, ailesinin veya çocuklarının geleceğini tehlikede görmesi ve uzun vadeli hedef belirleme, plan yapma ve olumlu beklenti oluşturma gibi işlevleri baskılaması gösterilebilir.

## BÖLÜM VI

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

#### 6.1. Sonuç

Bu araştırma; üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeylerinin gelecek yönelimi, umut ve iyi oluş düzeylerini yordama gücünü incelemek amacıyla yürütülmüştür. Bu bölümde; araştırma bulgularının genel bir değerlendirmesi yapılarak, gelecekte yapılması düşünülen çalışmalar için önerilere yer verilmiştir. Araştırmanın sonuçları aşağıda verilmektedir.

1- Eko-kaygı düzeyi cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. Kadınların eko-kaygı düzeyi ortalama puanları erkeklere göre daha yüksektir.

2- Eko-kaygı düzeyi yaşa göre anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir. 17-21 yaş aralığındaki bireylerin eko-kaygı düzeyi puan ortalamaları 22 yaş ve üzeri olan bireylere göre anlamlı olarak daha yüksektir.

3- Eko-kaygı düzeyi puan ortalamaları sosyoekonomik düzeye göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır.

4- Eko-kaygı düzeyi yaşamın büyük bir bölümünün geçirildiği yerleşim birimine göre anlamlı düzeyde bir farklılık göstermektedir. Yerleşim birimi büyükşehir olanların eko-kaygı düzeyi puan ortalaması diğer yerleşim birimlerine kıyasla daha yüksektir.

5- Eko-kaygı düzeyi yaşamın çoğunun geçirildiği coğrafi bölgeye göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Coğrafi bölge olarak kıyı bölgelerde yaşayanların eko-kaygı düzeyi puan ortalamaları diğer coğrafi bölgelere kıyasla daha yüksektir.

6- Eko-kaygı düzeyi sosyal medyada geçirilen süreye göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Sosyal medyada geçirilen süre arttıkça eko-kaygı düzeyi puan ortalamaları artmaktadır.

7- Eko-kaygı düzeyi haberleri takip süresine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Haberleri takip etme süresi arttıkça eko-kaygı düzeyi puan ortalamaları artmaktadır.

8- Eko-kaygı düzeyi çevre dostu davranışlara katılma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Çevre dostu davranışlara sıklıkla katılma durumu yüksek olanların eko-kaygı düzeyleri puan ortalamaları artmaktadır.

9- Eko-kaygı düzeyi umut düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

10- Eko-kaygı düzeyi psikolojik iyi oluş düzeyini anlamlı düzeyde yordamaktadır.

11- Eko-kaygı düzeyi geleceğe yönelik tutumu anlamlı düzeyde yordamaktadır.

## 6.2.Öneriler

### *Uygulayıcılar için öneriler*

Doğa ile bağ kurmayı kolaylaştıran kamusal alanlar ve etkinliklerin artırılması önerilmektedir. Doğayla temas kurmak bireylerin psikolojik iyi oluşlarının artmasında ve eko-kaygının azaltılmasında etkili olmaktadır. Yeşil alanlara erişim, toplum bahçeleri doğa yürüyüşleri, gibi uygulamalar çevresel kaygıları azaltır. Bu yönde yapılan yatırımların toplumsal dayanıklılığı artıracak ve koruyucu bir faktör olabileceği düşünülmektedir.

Eko-kaygı ile başa çıkmayı destekleyen psikoeğitim programlarının geliştirilmesi önerilmektedir. Psikoeğitim programları aracılığıyla özellikle gençler, öğrenciler ve iklim krizi hakkında bilgi sahibi bireylerin eko-kaygıyla ilgili duygularını tanımasına, anlamlandırmasına ve sağlıklı başa çıkma yolları geliştirmesine destek sağlanabilir.

Eko-kaygı ile psikolojik iyi oluş arasında karmaşık, dinamik ve bireyden bireye değişen bir ilişki olduğu düşünülmektedir. Yüksek düzeyde çevresel kaygı psikolojik iyi oluşu azaltabilirken; farkındalık, eyleme geçme ve sosyal destek bu ilişkiyi tersine çevirebilir. Bu nedenle, psikolojik iyi oluşu koruyacak politikalar ve müdahaleler, bireylerin çevresel kaygılarını bastırmak yerine sağlıklı yönetmelerine yardımcı olacak şekilde düzenlenmelidir.

Ruh sağlığı çalışanlarının (örn; psikolog, psikolojik danışman vb.) bireylerin eko-kaygı gibi çevresel kökenli duygusal sıkıntıları konusunda farkındalık kazanması ve bu alanda bilgi sahibi olması gerekli görülmektedir. Bu konuda eğitim programları ve süpervizyon süreçleri geliştirilmesi önerilmektedir. Ruh sağlığı çalışanları bu alanda hizmet sunabilecek şekilde desteklenmelidir.

Yetkili merciler ve sivil toplum kuruluşları toplum merkezleri, gençlik alanları ve sivil toplum kuruluşları aracılığıyla destekleyici grup çalışmaları, paylaşım atölyeleri ve doğa temelli uygulamaların (örneğin ekoterapi grupları) yaygınlaştırılması önerilmektedir. Bu

uygulamalar, aidiyet ve kolektif başa çıkma hissini pekiştirerek psikolojik iyi oluşu destekleme açısından önemli görülmektedir.

Televizyon, internet, gazete ve sosyal medya gibi farklı medya araçlarından gelen bilgileri sorgulama, kaynağını değerlendirme ve duygusal etkilerini tanıma becerisi olan medya okuryazarlığı eğitimlerinin verilmesi önerilmektedir. Böylece gençlere çevresel haberlerin kaynağını sorgulama, felaket senaryolarını ayırt etme, umut verici içeriklere yönelme ve bilgi kirliliğini tanıma gibi beceriler kazandırılarak kaygı yaratan içeriklerle başa çıkmayı kolaylaştıracağı düşünülmektedir.

Eko-kaygının yalnızca bireysel bir duygu durumu değil aynı zamanda çevresel, mekânsal ve toplumsal koşulların bir ürünü olduğu göz önünde bulundurulduğunda kentlerin sürdürülebilirlik ilkeleri doğrultusunda yeniden düzenlenmesi gerekmektedir. Hızla betonlaşan, doğayla bağları kopan ve çevresel risklere açık şehir ortamları bireylerde doğrudan veya dolaylı yollarla çevresel tehdit algısını artırmakta bu da eko-kaygının oluşumuna zemin hazırlamaktadır. Bu bağlamda eko-kaygıyı önleyici bir yaklaşım olarak çevresel düzenlemelerle yeşil alanların artırılması, iklim dostu ulaşım sistemlerinin yaygınlaştırılması, ekolojik tasarımlar ve kentsel tarım uygulamaları gibi doğayla bütünleşik yapılar teşvik edilmelidir.

#### *Araştırmacılar için öneriler*

Bu çalışmada eko-kaygı ekolojik sistemler kuramı çerçevesinde ele alınmış ancak kapsam olarak yalnızca bireysel özellikler, mikro, makro ve ekzo düzeyinin bazı noktalarıyla sınırlı kalmıştır. Ancak bireylerin aile, arkadaş çevresi, okul ortamı gibi çevresel düzeylerin eko-kaygı üzerindeki olası etkilerine yeterince yer verilememiştir. Bu bağlamda gelecekte yapılacak araştırmalarda ekolojik sistem kuramının tüm düzeylerinin daha kapsamlı biçimde ele alınması eko-kaygının bireysel, toplumsal ve yapısal boyutlarının daha derinlikli şekilde anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

Bu çalışmada sosyal medya kullanım ve haberleri takip etme süresi bir değişken olarak ele alınmış olmakla birlikte geçirilen sürenin niteliğine, içerik türlerine (örneğin çevresel felaket haberleri, iklim krizi içerikleri) ya da bireylerin bu içeriklere duygusal tepkilerine ilişkin veri toplanamamıştır. Sosyal medya ve haberler eko-kaygının oluşumunda ve yaygınlaşmasında önemli bir etken olabileceği için sadece kullanım süresine odaklanmak bu ilişkinin derinlemesine anlaşılmasını sınırlandırmıştır. Bu durum, çalışmanın önemli bir sınırlılığını oluşturmaktadır. Gelecekte yapılacak araştırmalarda sosyal medya ve haber içeriklerine yönelik algılar, maruz kalınan çevresel haber türleri ve bu içeriklerin birey üzerindeki duygusal etkileri

gibi faktörlerin de dikkate alınması eko-kaygıyla ile sosyal medya ve haberler arasındaki ilişkiyi daha kapsamlı biçimde ortaya koyacaktır.

Psikolojik iyi oluş, umut düzeyi ve geleceğe yönelik tutum üzerinde etkili olduğu görülen eko-kaygının çok boyutlu doğası göz önüne alındığında, eko-kaygı ile psikolojik iyi oluş, umut ve geleceğe yönelik tutum arasındaki nedensel ilişkiyi belirlemeye odaklanan çalışmaların yapılması önerilmektedir.

İklim krizi ve gelecekte ortaya çıkabilecek potansiyel diğer krizler, eko-kaygının daha sık görülmesine ve çeşitli anksiyete biçimleriyle birleşmesine sebep olabilir. Eko-kaygının bireylerde varoluşsal kaygı ve gelecek kaygısıyla bağlantılı olabileceği keşfedilmiştir. Bu nedenle ileride yapılacak olan eko-kaygıyla ilgili çalışmalarda eko-kaygının psikolojik etkilerini daha derinlemesine inceleyen, uzun dönemli araştırmalara yönelmeleri önerilmektedir. Böylece eko-kaygıyı önleyici ve destekleyici psikolojik destek programlarının geliştirilmesine katkıda bulunulabileceği düşünülmektedir.

Bu araştırmada gençlerle çalışılmıştır. Eko-kaygının toplumdaki diğer gruplarda (çocuklar, yetişkinler, yaşlılar vb.) nasıl bir etkisinin olduğunun önemli olacağı düşünülmektedir ve bu konuda araştırmaların yapılması önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

- Aasen, M. (2017). The polarization of public concern about climate change in Norway. *Climate Policy*, 17(2), 213-230. doi:10.1080/14693062.2015.1094727.
- Abdelwahed, N. A. A., & Ramish, M. S. (2024). Predictive effect of eco-anxiety and climate change anxiety towards mental health problems and psychological well-being among entrepreneurs. *OBM Neurobiology*, 8(4), 1-18. doi:10.21926/obm.neurobiol.2404250
- Adamczyk, J., & Adamczyk-Kowalczyk, M. (2022). What do they feel, do, and expect? The young generation's perception of environmental problems and sustainable development goals in the context of quality of life. *Sustainability*, 14(23), 15551. doi:10.3390/su14231555.
- Ágoston, C., Urbán, R., Nagy, B., Csaba, B., Kövály, Z., Kovács, K., Varga, A., Düll, A., Mónus, F., Shaw, C. A., & Demetrovics, Z. (2022). The psychological consequences of the ecological crisis: Three new questionnaires to assess eco-anxiety, eco-guilt, and ecological grief. *Climate Risk Management*, 37, 100441. doi:10.1016/j.crm.2022.10044.
- Ágoston, C., Balázs, B., Mónus, F., & Varga, A. (2024). Age differences and profiles in pro-environmental behavior and eco-emotions. *International Journal of Behavioral Development*, 48(2), 132-144.
- Akbolat, M., & Karakaya, F. (2016). Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin geleceğe yönelik tutumlarına etkisi: Sakarya Üniversitesi İşletme Fakültesi örneği. *İşletme Öğrencileri Kongresi* 3rd, 181. [https://www.researchgate.net/profile/Kuersat-Capraz/publication/316829642\\_Uluslararası\\_isletme\\_ogrencileri\\_kongresi\\_2cilt/links/5c358da892851c22a3661a31/Uluslararası-isletme-oegrencileri-kongresi\\_2cilt.pdf#page=182](https://www.researchgate.net/profile/Kuersat-Capraz/publication/316829642_Uluslararası_isletme_ogrencileri_kongresi_2cilt/links/5c358da892851c22a3661a31/Uluslararası-isletme-oegrencileri-kongresi_2cilt.pdf#page=182)
- Akdağ, F. G., & Çankaya, Z. C. (2015). Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3). doi:10.17860/efd.67613.
- Akgün, B. M. (2023). *Sağlık Bilimleri Alanında Uluslararası Araştırmalar XII* (1. Baskı). Ankara; Eğitim Yayınevi, 177-179.

- Akman, Y., & Korkut, F. Umut ölçeği üzerine bir araştırma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(9), 193-202. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/88235>
- Aksay, C. S., Ketenoğlu, O., & Kurt, L. (2005). Küresel ısınma ve iklim değişikliği. *Selçuk Üniversitesi Fen Fakültesi Fen Dergisi*, 1(25), 29-42.
- Albrecht, G. (2011). Chronic environmental change: Emerging 'psychoterratic'syndromes. *Climate change and human well-being: Global challenges and opportunities*, 43-56.
- Andretta, J. R., Worrell, F. C., & Mello, Z. R. (2014). Predicting educational outcomes and psychological well-being in adolescents using time attitude profiles. *Psychology in the Schools*, 51(5), 434-451
- Ardura, D., Zamora, A., & Pérez-Bitrián, A. (2023). On the effect of gender on secondary school students' causal attributions to choose or abandon physics & chemistry. *Chemistry Education Research and Practice*, 24(4), 1174-1189. doi:10.1039/D3RP00070B.
- Ay, F., & Erik, N. Y. (2020). Üniversite öğrencilerinin küresel ısınma ve iklim değişikliğine yönelik bilgi ve algı düzeyleri. *Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 44(2), 1-18. <http://cujos.cumhuriyet.edu.tr/en/download/article-file/1151863>
- Aydemir, A. B. (2022). *Yetişkinlerde iklim değişikliği endişesi, dini başa çıkma ve dindarlık ilişkisi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı, İstanbul.
- Ballew, M. T., Goldberg, M. H., Rosenthal, S. A., Gustafson, A., Kotcher, J. E., Maibach, E. W., & Leiserowitz, A. (2020). Americans' willingness to act on climate change is driven by perceived threat and efficacy. *Nature Climate Change*, 10(6), 518–524. doi:10.1038/s41558-020-0819-0
- Becchetti, L., Lubicz, C., & Salustri, F. (2023). Climate change, eco-anxiety, altitude, and subjective well-being: An investigation on agricultural farmers in poor or emerging countries. *Available at SSRN 4628244*. Doi:10.2139/ssrn.4628244

- Berenguer, J., Corraliza, J. A., & Martín, R. (2005). Rural-urban differences in environmental concern, attitudes, and actions. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(2), 128-138. doi:10.1027/1015-5759.21.2.128
- Benoit, L., Thomas, I., & Martin, A. (2022). Ecological awareness, anxiety, and actions among youth and their parents—a qualitative study of newspaper narratives. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 47-58. doi:10.1111/camh.12514.
- Beydoĝan Tang r, B., & Curun, F. (2016). Psikolojik iyi oluşun yordayıcıları olarak bireysel farklılıklar özgünlük benlik saygısı ve sürekli kaygı. *Eĝitim ve  ĝretim Araştırmaları Dergisi*, 5(4).
- Billiot, S., & Mitchell, F. M. (2019). Conceptual interdisciplinary model of exposure to environmental changes to address indigenous health and well-being. *Public Health*, 176, 142-148. doi:10.1016/j.puhe.2018.08.011.
- Blocker, T. J., & Eckberg, D. L. (1997). Gender and environmentalism: Results from the 1993 general social survey. *Social Science Quarterly*, 841-858. <https://www.jstor.org/stable/42863735>
- Bodur, G., & Seren, A. K. H. (2020). Geleceĝe yönelik tutum  l eĝinin geliştirilmesi ve Türk toplumunda ge erlilik ve g venilirliĝinin deĝerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21, 5-13.
- Boluda-Verdu, I., Senent-Valero, M., Casas-Escolano, M., Matijasevich, A., & Pastor-Valero, M. (2022). Fear for the future: Eco-anxiety and health implications, a systematic review. *Journal of Environmental Psychology*, 101904. doi:10.1016/j.jenvp.2022.101904.
- Bonnie, R., Diamond, E. P., & Rowe, E. (2020). *Understanding rural attitudes toward the environment and conservation in America* (NI R 20-03). Durham, NC: Nicholas Institute for Environmental Policy Solutions, Duke University.
- Bourban, M. (2023). Eco-Anxiety and the responses of ecological citizenship and mindfulness. In the palgrave handbook of environmental politics and theory (pp. 65,88). *Springer International Publishing*. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-14346-5\\_4](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-14346-5_4)

- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International Encyclopedia of Education*, 3(2), 37-43.
- Bronfenbrenner, U. (2000). *Ecological systems theory*. American Psychological Association.
- Brophy, H., Olson, J., & Paul, P. (2023). Eco-anxiety in youth: An integrative literature review. *International Journal of Mental Health Nursing*, 32(3), 633-661. doi:10.1111/inm.13099.
- Brough, A. R., Wilkie, J. E., Ma, J., Isaac, M. S., & Gal, D. (2016). Is eco-friendly unmanly? The green-feminine stereotype and its effect on sustainable consumption. *Journal of Consumer Research*, 43(4), 567-582.
- Brulle, R. J., Carmichael, J., & Jenkins, J. C. (2012). Shifting public opinion on climate change: an empirical assessment of factors influencing concern over climate change in the US, 2002-2010. *Climatic Change*, 114(2), 169-188. doi:10.1007/s10584-0120403-y.
- Bulut, S., & Subaşı, M. (2020). Pozitif psikolojiye giriş. In S. Bulut (Ed.), *Pozitif psikoloji* (ss.1-15). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Burke, S. E., Sanson, A. V., & Van Hoorn, J. (2018). The psychological effects of climate change on children. *Current Psychiatry Reports*, 20, 1-8. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11920-018-0896-9>
- Büyüköztürk, Ş. (2023). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (30. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Candan, K., & Yalçın, A. F. (2018). Ergenlerin sosyal duygusal öğrenme becerilerinin sosyal ilişki unsurları ve umut düzeyi ile ilişkisinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 9(16), 319-348. Doi:10.26466/opus.468698
- Cankardaş, S., & Sofuoğlu, Z. (2021). İklim değişikliği ve birey üzerindeki etkilerinin gözden geçirilmesi. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 9(19), 139-146. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=967986>

- Capaldi, C. A., Dopko, R. L., & Zelenski, J. M. (2014). The relationship between nature connectedness and happiness: A meta-analysis. *Frontiers in psychology*, 5, 92737. doi:10.3389/fpsyg.2014.00976.
- Carlson, J. M., Lehman, B. R., & Thompson, J. L. (2019). Climate change images produce an attentional bias associated with pro-environmental disposition. *Cognitive Processing*, 20, 385-390. doi:10.1007/s10339-019-00902-5.
- Ceylan, H., Sevgili, A., & Aslan, Ş. (2024). Sosyal hizmet öğrencilerinin iklim değişikliği farkındalıklarının ve kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 131-143. doi:10.32329/uad.1442686.
- Cheavens, J. S., Feldman, D. B., Gum, A., Michael, S. T., & Snyder, C. R. (2006). Hope therapy in a community sample: A pilot investigation. *Social Indicators Research*, 77, 61-78. doi:10.1007/s11205-005-5553-0.
- Christov-Moore, L., Simpson, E. A., Coudé, G., Grigaityte, K., Iacoboni, M., & Ferrari, P. F. (2014). Empathy: Gender effects in brain and behavior. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 46, 604-627. doi:10.1016/j.neubiorev.2014.09.001
- Chou, D. T., Abelama Neto, E., Thomas, I., Martin, A., & Benoit, L. (2023). Climate awareness, anxiety, and actions among youth: a qualitative study in a middle-income country. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 45, 258-267. doi:10.47626/1516-4446 2022-2890.
- Cianconi, P., Betrò, S., & Janiri, L. (2020). The impact of climate change on mental health: A systematic descriptive review. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 490206. doi:10.3389/fpsy.2020.00074
- Cihanyurdu, İ., İlbasmış, Ç., Aksoy, A. T., Ünver, H., & Arman, A. R. (2021). COVID-19 Salgınında Ergenlerin Geleceğe Yönelik Kaygı ve Umut Düzeyleri. *Turkish Journal of Child & Adolescent Mental Health*, 28. doi: 10.4274/tjcamh.galenos.2020.68552.
- Clayton, S. (2021). Climate change and mental health. *Current Environmental Health Reports*, 8, 1-6. doi:10.1007/s40572-020-00303-3.

- Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, 69, 101434. doi: 10.1016/j.jenvp.2020.101434
- Coffey, Y., Bhullar, N., Durkin, J., Islam, M. S., & Usher, K. (2021). Understanding eco anxiety: A systematic scoping review of current literature and identified knowledge gaps. *The Journal of Climate Change and Health*, 3, 100047. doi:10.1016/j.joclim.2021.100047
- Coleman, J. C. (2011). *The nature of adolescence* (4th Edition). London: Routledge
- Comtesse, H., Ertl, V., Hengst, S. M., Rosner, R., & Smid, G. E. (2021). Ecological grief as a response to environmental change: a mental health risk or functional response?. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 734. doi:10.3390/ijerph18020734
- Contreras, A., Blanchard, M. A., Mouguiama-Daouda, C., & Heeren, A. (2023). When eco anger (but not eco-anxiety nor eco-sadness) makes you change! A temporal network approach to the emotional experience of climate change. *Journal of Anxiety Disorders*, 102822. doi:10.1016/j.janxdis.2023.102822
- Cunsolo, A., Harper, S. L., Minor, K., Hayes, K., Williams, K. G., & Howard, C. (2020). Ecological grief and anxiety: the start of a healthy response to climate change? *The Lancet Planetary Health*, 4(7), e261-e263. doi:10.1016/S2542-5196(20)30144-3
- Curll, S. L., Stanley, S. K., Brown, P. M., & O'Brien, L. V. (2022). Nature connectedness in the climate change context: Implications for climate action and mental health. *Translational Issues in Psychological Science*, 8(4), 448. <https://psycnet.apa.org/buy/2022-60244-001>
- Crandon, T. J., Scott, J. G., Charlson, F. J., & Thomas, H. J. (2022). A social–ecological perspective on climate anxiety in children and adolescents. *Nature Climate Change*, 12(2), 123-131.
- Crutzen, P. J., & Waclawek, S. (2014). Atmospheric chemistry and climate in the anthropocene. *Chemistry-Didactics-Ecology-Metrology*, 19(1-2), 9-28.

- Crutzen, P. J., & Stoermer, E. F. (2000). The Anthropocene. *Global Change Newsletter*, 41, 17-18.
- Cüceloğlu, D. (2016). *İçimizdeki biz* (49.Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi, 135-136.
- Çakıroğlu, E. (2022). Antroposen çağında ekolojik sanat: David Buckland, Terike Haapoja ve Mel Chin'in ekolojik sanat projeleri. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(1), 24-39.
- Çankaya, D., & Boz, İ. (2023). Fındık üreticilerinin iklim değişikliği konusunda bilgi düzeyleri, deneyimleri ve gelecekle ilgili kararları. *ISPEC Journal of Agricultural Sciences*, 7(2), 395-406.
- Çelebi, G. Y., Kaya, F. & Yılmaz, M. (2021). Covid 19 Pandemisi sürecinde mizahla başa çıkma ile sağlık anksiyetesi arasındaki ilişki: İyimserliğin aracılık rolü. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (40), 24-48.
- Çiçek, B., & Almalı, V. (2020). COVID-19 Pandemisi sürecinde kaygı öz-yeterlilik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki: Özel sektör ve kamu çalışanları karşılaştırması. *Electronic Turkish Studies*, 15(4). doi.org/10.7827/TurkishStudies.43492
- Dailianis, A. (2021). *Eco-anxiety: A scoping review towards a clinical conceptualisation and therapeutic approach*. (Master's thesis). Auckland University of Technology Library.
- Davidson, D. J., & Freudenburg, W. R. (1996). Gender and environmental risk concerns: A review and analysis of available research. *Environment and Behavior*, 28(3), 302-339. doi:10.1177/0013916596283003
- Demir, R., & Türk, F. (2020). Pozitif psikoloji: Tarihçe, temel kavramlar, terapötik süreç, eleştiriler ve katkılar. *Humanistic Perspective*, 2(2), 108-125.
- Demir, R., Tanhan, A., Çiçek, İ., Yerlikaya, İ., Kurt, S. Ç., & Ünverdi, B. (2021). Yaşam kalitesinin yordayıcıları olarak psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu. *Yaşadıkça Eğitim*, 35(1), 192-206. doi:10.33308/26674874.2021351256
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542.
- Diener, E., & Oishi, S. (2000). Money and happiness: Income and subjective well-being across nations. *Culture and Subjective Well-Being*, 185, 218.

- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156. doi:10.1007/s11205-009-9493-y.
- Diffey, J., Wright, S., Uchendu, J. O., Masithi, S., Olude, A., Juma, D. O., & Lawrance, E. (2022). "Not about us without us" –the feelings and hopes of climate-concerned young people around the world. *International Review of Psychiatry*, 34(5), 499-509. doi:10.1080/09540261.2022.2126297
- Dockett, L. (2019). Clinician's digest: The rise of eco-anxiety. *Psychotherapy Networker*, 43(10), 11-14.
- Dooley, L., Sheats, J., Hamilton, O., Chapman, D., & Karlin, B. (2021). Climate Change and Youth Mental Health: Psychological Impacts, Resilience Resources, and Future Directions. *Los Angeles, CA: See Change Institute*. <https://seechangeinstitute.com/wp-content/uploads/2022/03/Climate-Change-and-Youth-Mental-Health-Report.pdf>
- Duman, D., Dal, N., Aksakallı, A. T., & Kaya, M. D. (2024). Üniversite öğrencilerinde iklim değişikliği anksiyetesi: Umut ve psikolojik sağlamlığın yordayıcı rolü. *Journal of Psychometric Research*, 2(2), 31-39. doi:10.5281/zenodo.13865397
- Edwards, R. C., Larson, B. M., & Clayton, S. (2024). Navigating eco-anxiety and eco detachment: Educators' strategies for raising environmental awareness given students' disconnection from nature. *Environmental Education Research*, 30(6), 864-880. doi:10.1080/13504622.2023.2286929.
- Ehtiyar, R. V., Ersoy, A., Akgün, A., & Karapınar, E. (2017). Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutum ve olumlu gelecek beklentilerinin psikolojik iyilik halleri üzerindeki etkisi. *Mediterranean Journal of Humanities*, 7(2), 251-262. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/3684305>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis* (Vol. 68). Norton.
- Ertürk, R. (2017). İlkokul öğrencilerinin çevre sorunları ve çevre eğitime yönelik algıları. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 12-24. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/365254>

- Eryılmaz, A., & Askeroğlu, K. (2019). Kariyer uyumluluğunun, geleceğe yönelik tutumlar ile yaşam doyumu açısından incelenmesi. *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(19), 67-76. <https://inesjournal.com/DergiTamDetay.aspx?ID=1600>
- Farran, C. J., Kaye, H., & Popovich, J. M. (1995). Hope and hopelessness: Critical clinical constructs. *Sage Publications, Inc.*
- Feldman, L. (2010). The Climate Change Generation? Survey Analysis of the Perceptions and Beliefs of Young Americans: 20. *Center for Climate Change Communication. United States of America*. Erişim Tarihi: 04.02.2025, <https://coilink.org/20.500.12592/5nb3zr>
- Ferguson, M. A., & Branscombe, N. R. (2010). Collective guilt mediates the effect of beliefs about global warming on willingness to engage in mitigation behavior. *Journal of Environmental Psychology*, 30(2), 135-142. doi:10.1016/j.jenvp.2009.11.010
- Fertelli, T. K. (2023). Awareness, worry, and hope regarding climate change among nurses: A cross-sectional study. *Archives of Environmental & Occupational Health*, 78(7-8), 413-422. <https://doi.org/10.1080/19338244.2023.2278521>
- Finnegan, W. (2023). Educating for hope and action competence: a study of secondary school students and teachers in England. *Environmental Education Research*, 29(11), 1617-1636. <https://doi.org/10.1080/13504622.2022.2120963>
- Fonte, C. A. M., & Ferreira, M. J. (2024). Psychological well-being and climate change concerns: Exploring the role of psychological interventions. In planetary health and climate change: Understanding the impacts of climate change to the well-being of our planet. *Cham: Springer Nature Switzerland*. 39-52. Doi:10.1007/978-3-03172740-5\_3.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E. ve Hyun, H. H. (2011). *How to design and evaluate research in Education* (8. baskı). New York: Mc Graw Hill.
- Fritze, J. G., Blashki, G. A., Burke, S., & Wiseman, J. (2008). Hope, despair and transformation: Climate change and the promotion of mental health and wellbeing. *International Journal of Mental Health Systems*, 2(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/1752-4458-2-13>
- Geiger, N., Swim, J. K., Gasper, K., Fraser, J., & Flinner, K. (2021). How do I feel when I think about taking action? Hope and boredom, not anxiety and helplessness, predict intentions

- to take climate action. *Journal of Environmental Psychology*, 76, 101649. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101649>
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference* (10.baskı). Boston: Pearson.
- Green, L. S., Oades, L. G., & Grant, A. M. (2006). Cognitive-behavioral, solution-focused life coaching: Enhancing goal striving, well-being, and hope. *The Journal of Positive Psychology*, 1(3), 142-149. <https://doi.org/10.1080/17439760600619849>
- Gülsoy, E., & Korkmaz, M. (2020). Üniversite öğrencilerinin sosyoekonomik özelliklerinin küresel ısınma ve iklim değişikliği algıları üzerine etkileri. *Turkish Journal of Forestry*, 21(4), 428-437. <https://doi.org/10.18182/tjf.798032>
- Gunasiri, H., Wang, Y., Watkins, E. M., Capetola, T., Henderson-Wilson, C., & Patrick, R. (2022). Hope, coping and eco-anxiety: Young people's mental health in a climate impacted Australia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), 5528. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095528>
- Günay, A., & Çelik, R. (2019). Kariyer Stresinin Psikolojik İyi Oluş ve İyimserlik Değişkenleriyle Yordanması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (33), 205-218. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/704550>
- Gür, H. (2016). İklim değişikliği nedir, biyolojik sistemleri nasıl etkiler. *Bilim ve Gelecek*, 143, 78-83.
- Härkönen, U. (2001). *The Bronfenbrenner ecological systems theory of human development*.
- Heeren, A., Mouguiama-Daouda, C., & Contreras, A. (2022). On climate anxiety and the threat it may pose to daily life functioning and adaptation: A study among European and African French-speaking participants. *Climatic change*, 173(1), 15. Doi:10.1007/s10584022-03402-2.
- Heeren, A., Mouguiama-Daouda, C., & McNally, R. J. (2023). A network approach to climate change anxiety and its key related features. *Journal of Anxiety Disorders*, 93, 102625. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102625>

- Helm, S. V., Pollitt, A., Barnett, M. A., Curran, M. A., & Craig, Z. R. (2018). Differentiating environmental concern in the context of psychological adaption to climate change. *Global Environmental Change*, 48, 158-167. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2017.11.012>
- Hervé, F., & Marsat, S. (2023). Eco-anxiety, connectedness to nature & green equity investments. *Economics Bulletin*. <https://ube.hal.science/hal-04150758v1>.
- Hickman, C. (2020). We need to (find a way to) talk about eco-anxiety. *Journal of Social Work Practice*, 34(4), 411-424. <https://doi.org/10.1080/02650533.2020.1844166>
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., & Van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863-e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- Hockey, J. (2024). *Young people and climate change: Eco-anxiety, hope, and well being* (Doctoral dissertation, Macquarie University).
- Hogg, T. L., Stanley, S. K., O'Brien, L. V., Watsford, C. R., & Walker, I. (2024). Clarifying the nature of the association between eco-anxiety, wellbeing and pro-environmental behaviour. *Journal of Environmental Psychology*, 95, 102249. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2024.102249>.
- Hornsey, M. J., Harris, E. A., Bain, P. G., & Fielding, K. S. (2016). Meta-analyses of the determinants and outcomes of belief in climate change. *Nature climate change*, 6(6), 622-626. <https://doi.org/10.1038/nclimate2943>
- Hrabok, M., Delorme, A., & Agyapong, V. I. (2020). Threats to mental health and well-being associated with climate change. *Journal of Anxiety Disorders*, 76, 102295. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102295>
- Huang, H., & Humphreys, B. R. (2012). Sports participation and happiness: Evidence from US microdata. *Journal of Economic Psychology*, 33(4), 776-793. Doi: 10.1016/j.joep.2012.02.007.
- Innocenti, M., Santarelli, G., Lombardi, G. S., Ciabini, L., Zjalic, D., Di Russo, M., & Cadeddu, C. (2023). How can climate change anxiety induce both pro-environmental behaviours

- and eco-paralysis? The mediating role of general self-efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3085. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043085>
- IPCC (2021). *Climate Change 2021: The Physical Science Basis. Contribution of Working Group I to the Sixth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on Climate Change*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009157896>
- İmiroğlu, A., Demir, R., Murat, M. (2021). Psikolojik iyi oluşun yordayıcıları olarak bilişsel esneklik, bilinçli farkındalık ve umut. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 20(80), 2037-2057. doi:10.17755/esosder.859555.
- İnan, C. M., & Kahraman, C. Ş.(2024). Yetişkin bireylerde eko-anksiyetenin sürdürülebilir besin tüketim davranışları ile ilişkisi. *Bandırma Onyedİ Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 544-553. Doi:10.46413/boneyusbad.1469600.
- Jalin, H., Sapin, A., Macherey, A., Boudoukha, A. H., & Congard, A. (2024). Understanding eco-anxiety: Exploring relationships with environmental trait affects, connectedness to nature, depression, anxiety, and media exposure. *Current Psychology*, 43(28), 23455-23468. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06098-y>.
- Kabasakal Çetin, A. (2023). Association between ecoanxiety, sustainable eating and consumption behaviors and the EAT-Lancet diet score among university students. *Food Quality and Preference*, 111, 104972. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2023.104972>
- Kalkan, M., & Koç, H. (2010). Romantik ilişkilerde gelecek zaman yönelimine ebeveynlik stillerinin etkisi: Geçici ilişkilere karşılık uzun dönemli bağlanım. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 946-959.
- Kankawale, S. M., & Niedzwiedz, C. L. (2023). Eco-anxiety among children and young people: systematic review of social, political, and geographical determinants. *MedRxiv*, 2023 12. <https://doi.org/10.1101/2023.12.19.23300198>
- Kaplan, E. A. (2020). Is climate-related pre-traumatic stress syndrome a real condition?. *American Imago*, 77(1), 81-104. Doi: 10.1353/aim.2020.0004.

- Kara, Y. (2022). Ekolojik kriz ve anksiyete: Yeni bir kavram olarak eko-anksiyete. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 24(2), 891-908. <https://doi.org/10.16953/deusosbil.1108240>
- Karasar, N. (2023). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (38. Baskı). Ankara: Nobel yayın dağıtım, 81 83.
- Kaya, Ç., & Ekşi, H. (2019). Üniversite öğrencilerinin geleceğe yönelik tutum ve beklentilerinin iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *International Congress on Psychological Counseling and Guidance in Higher Education*. <http://hdl.handle.net/11772/2701>.
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79-93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Kelsey, E. (2016). Propagating collective hope in the midst of environmental doom and gloom. *Canadian Journal of Environmental Education (CJEE)*, 21, 23-40. <https://cjee.lakeheadu.ca/article/view/1415>
- Kermen, U., Tosun, N. İ., & Doğan, U. (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20-29. <https://dergipark.org.tr/en/download/article-file/254259>
- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.82.6.1007>
- Kılıç, L. S & Koçoğlu Tanyer, D. (2024). Kadınların ekolojik kaygıları ve çocukları hakkındaki gelecek endişeleri: Küresel problemlerin sonuçları mı?. *Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 6(3), 123-132. <https://doi.org/10.54061/jphn.1504944>.
- Kim, H.Y. (2013). Statistical notes for clinical researchers: assessing normal distribution (2) using skewness and kurtosis. *Restorative Dentistry & Endodontics*, 38(1),52–54. <http://dx.doi.org/10.5395/rde.2013.38.1.52>.

- Koçakoğlu, M. G., & Yalçın, S. B. (2023). Üniversite ğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları, geleceğe ilişkin tutumları ile algılanan gelecekteki istihdam edilebilirlik arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(3), 887-905. <https://doi.org/10.38151/akef.2023.90>
- Kodaz, A. F. (2016). *İyimserlik, geleceğe yönelik tutum ve akademik içsel motivasyon ve akademik doyum arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modellemesi ile incelenmesi* (Doktora Tezi). Uludağ Üniversitesi, Bursa.
- Köksal, Z., Topkaya, N., şahin, E. (2023). Üniversite ğrencilerinde cinsiyet, psikolojik kırılganlık ve öz şefkatin psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(87), 1309-1324. <https://doi.org/10.17755/esosder.1223885>.
- Knight, K. W. (2016). Public awareness and perception of climate change: a quantitative cross national study. *Environmental Sociology*, 2(1), 101-113. Doi: 10.1080/23251042.2015.1128055.
- Kvaly, B., Finseraas, H., & Listhaug, O. (2012). The publics' concern for global warming: A cross-national study of 47 countries. *Journal of Peace Research*, 49(1), 11-22. <https://doi.org/10.1177/0022343311425841>.
- Kwon, S. A., Kim, S., & Lee, J. E. (2019). Analyzing the determinants of individual action on climate change by specifying the roles of six values in South Korea. *Sustainability*, 11(7), 1834. <https://doi.org/10.3390/su11071834>.
- Larionow, P., Sołtys, M., Izdebski, P., Mudł-Głagolska, K., Golonka, J., Demski, M., & Rosińska, M. (2022). Climate change anxiety assessment: the psychometric properties of the polish version of the climate anxiety scale. *Frontiers in Psychology*, 13, 870392. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.870392>
- Larsen, D., Edey, W. ve Lemay, L. (2007). Understanding the role of hope in counselling: Exploring the intentional uses of hope. *Counselling Psychology Quarterly*, 20(4), 401- 416.
- Léger-Goodes, T., Malboeuf-Hurtubise, C., Mastine, T., Gnreux, M., Paradis, P. O., & Camden, C. (2022). Eco-anxiety in children: A scoping review of the mental health

- impacts of the awareness of climate change. *Frontiers in Psychology*, 13, 872544. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872544>.
- Leonhardt, M., Granrud, M. D., Bonsaksen, T., & Lien, L. (2022). Associations between mental health, lifestyle factors and worries about climate change in Norwegian adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12826. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912826>.
- Lewis, G. B., Palm, R., & Feng, B. (2019). Cross-national variation in determinants of climate. Change concern. *Environmental Politics*, 28(5), 793-821. <https://doi.org/10.1080/09644016.2018.151226>.
- Li, C. J., & Monroe, M. C. (2019). Exploring the essential psychological factors in fostering hope concerning climate change. *Environmental Education Research*, 25(6), 936-954. <https://doi.org/10.1080/13504622.2017.1367916>.
- Li, Z. S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse Education Today*, 90, 104440. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440>.
- Lin, Y. T., MacInnis, D. J., & Eisingerich, A. B. (2020). Strong anxiety boosts new product adoption when hope is also strong. *Journal of Marketing*, 84(5), 60-78. <https://doi.org/10.1177/0022242920934495>
- Liu, Q., Shono, M., & Kitamura, T. (2009). Psychological well-being, depression, and anxiety in Japanese university students. *Depression and Anxiety*, 26(8), E99-E105. <https://doi.org/10.1002/da.20455>.
- López-García, L., Latorre, F., Vecina, M. L., & Díaz-Silveira, C. (2025). What drives pro-environmental behavior? Investigating the role of eco-worry and eco-anxiety in young adults. *Sustainability*, 17(10), 4543.
- Lutz, P. K., Zelenski, J. M., & Newman, D. B. (2023). Eco-anxiety in daily life: Relationships with well-being and pro-environmental behavior. *Current Research in Ecological and Social Psychology*, 4, 100110. <https://doi.org/10.1016/j.cresp.2023.100110>.
- MacDonald, J. P., Harper, S. L., Willox, A. C., Edge, V. L., & Government, R. I. C. (2013). A necessary voice: Climate change and lived experiences of youth in Rigolet, Nunatsiavut,

- Canada. *Global Environmental Change*, 23(1), 360-371.  
Doi:10.1016/j.gloenvcha.2012.07.010.
- Malboeuf-Hurtubise, C., Léger-Goodes, T., Herba, C. M., Bélanger, N., Smith, J., & Marks, E. (2024). Meaning making and fostering radical hope: applying positive psychology to eco anxiety research in youth. *Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry*, 3, 1296446. <https://doi.org/10.3389/frcha.2024.1296446>.
- Mallett, R. K., Melchiori, K. J., & Strickroth, T. (2013). Self-confrontation via a carbon footprint calculator increases guilt and support for a proenvironmental group. *Ecopsychology*, 5(1), 9-16. <https://doi.org/10.1089/eco.2012.0067>.
- Mania, C. R. (2024). *The Interconnection between eco-anxiety and eco-grief in urban and rural populations in Germany and the Netherlands: a cross-sectional study* (Bachelor's thesis, University of Twente).
- Mansur, F., & Doğuç, E. (2021). Covid-19 Pandemisinde üniversite öğrencilerinin umut düzeyleri. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 9(Özel Sayı), 26-51. <https://doi.org/10.52528/genclikarastirmalari.845716>.
- Maran, D. A., & Begotti, T. (2021). Media exposure to climate change, anxiety, and efficacy beliefs in a sample of Italian university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(17), 9358. <https://doi.org/10.3390/ijerph18179358>.
- Marczak, M., Winkowska, M., Chaton-Ostlie, K., Rios, R. M., & Klockner, C. A. (2023). When I say I'm depressed, it's like anger." an exploration of the emotional landscape of climate change concern in Norway and its psychological, social and political implications. *Emotion, Space and Society* 46, 100939. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2023.100939>.
- Martin, G., Reilly, K., Everitt, H., & Gilliland, J. A. (2022). The impact of climate change awareness on children's mental well-being and negative emotions—a scoping review. *Child and Adolescent Mental Health*, 27(1), 59-72. <https://doi.org/10.1111/camh.12525>.
- Mausser, W. (2006). Global change research in the anthropocene: Introductory remarks. In *Earth system science in the anthropocene* (pp. 3-4). Berlin, Heidelberg: Springer Berlin Heidelberg.

- Mathers-Jones, J., & Todd, J. (2023). Ecological anxiety and pro-environmental behaviour: the role of attention. *Journal of Anxiety Disorders*, 98, 102745. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2023.102745>.
- Mayer, F. S., & Frantz, C. M. (2004). The connectedness to nature scale: A measure of individuals' feeling in community with nature. *Journal of Environmental Psychology*, 24(4), 503–515. Doi: 10.1016/j.jenvp.2004.10.001.
- Myers, T. (2022). *Fighting back: Youth and climate change resistance in Aotearoa/New Zealand* (Doctoral dissertation, Te Herenga Waka-Victoria University of Wellington).
- Meis-Harris, J., Eyssel, F., & Kashima, Y. (2021). Are you paying attention? How pro environmental tendencies relate to attentional processes. *Journal of Environmental Psychology*, 74, 101591. Doi: 10.1016/j.jenvp.2021.101591.
- Melgar, N., Mussio, I., & Rossi, M. (2013). *Environmental concern and behavior: Do personal attributes matter?* (No. 0113). Departamento de Economía Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República. <https://ideas.repec.org/p/ude/wpaper/0113.html>
- McCright, A. M., & Dunlap, R. E. (2011). The politicization of climate change and polarization in the American public's views of global warming, 2001–2010. *The sociological quarterly*, 52(2), 155-194. Doi:10.1111/j.1533-8525.2011.01198.x
- McCright, A. M., Marquart-Pyatt, S. T., Shwom, R. L., Brechin, S. R., & Allen, S. (2016). Ideology, capitalism, and climate: Explaining public views about climate change in the United States. *Energy Research & Social Science*, 21, 180-189. Doi: 10.1016/j.erss.2016.08.003.
- McNutt, M. (2013). Climate change impacts. *Science*, 341(6145), 435-435
- Milfont, T. L., Zubielevitch, E., Milojev, P., & Sibley, C. G. (2021). Ten-year panel data confirm generation gap but climate beliefs increase at similar rates across ages. *Nature Communications*, 12(1), 4038. Doi: 10.1038/s41467-021-24245-y.
- Mkono, M., & Hughes, K. (2020). Eco-guilt and eco-shame in tourism consumption contexts: Understanding the triggers and responses. *Journal of Sustainable Tourism*, 28(8), 1223-1244. Doi: 10.1080/09669582.2020.1730388.

- Morse, J. M., & Doberneck, B. (1995). Delineating the concept of hope. *Journal of Nursing Scholarship*, 27(4), 277-285. Doi: 10.1111/j.1547-5069.1995.tb00888.x
- Moussaoui, L. S., Desrichard, O., Mella, N., Blum, A., Cantarella, M., Clémence, A., & Battiaz, E. (2016). Validation française de l’Inventaire d’Attitude Environnementales. *European Review of Applied Psychology*, 66(6), 291–299. Doi: 10.1016/j.erap.2016.06.006.
- Nuttin, J. R. (1964). The future time perspective in human motivation and learning. *Acta Psychologica*, 23(C), 60–82. Doi: 10.1016/0001-6918(64)90075-7
- Ojala, M. (2007). Hope and worry: Exploring young people's values, emotions, and behavior regarding global environmental problems. (Doctoral dissertation, Örebro universitetsbibliotek).
- Ojala, M. (2015). Hope in the face of climate change: Associations with environmental engagement and student perceptions of teachers’ emotion communication style and future orientation. *The Journal of Environmental Education*, 46(3), 133-148. <https://doi.org/10.1080/00958964.2015.1021662>.
- Ojala, M. (2016). Facing anxiety in climate change education: From therapeutic practice to hopeful transgressive learning. *Canadian Journal of Environmental Education (CJEE)*, 21, 41-56.
- Ojala, M., Cunsolo, A., Ogunbode, C. A., & Middleton, J. (2021). Anxiety, worry, and grief in a time of environmental and climate crisis: A narrative review. *Annual Review of Environment and Resources*, 46, 35-58. Doi: 10.1146/annurev-environ 012220-022716.
- Olausson, U. (2011). “We're the ones to blame”: Citizens' representations of climate change and the role of the media. *Environmental Communication*, 5(3), 281-299. <https://doi.org/10.1080/17524032.2011.585026>.
- Olofsson, A., & Öhman, S. (2006). General beliefs and environmental concern: Transatlantic comparisons. *Environment and behavior*, 38(6), 768-790. Doi: 10.1177/0013916506287388.
- Oral, F. N., & Durmuş, H. (2023). Üniversite öğrencilerinde eko-anksiyete düzeyi ve beslenme alışkanlıklarıyla ilişkisi: Erciyes Üniversitesi örneği. *Sosyal Sağlık Dergisi*, 3(2), 15-25.

- Öksüz, Z., & Kalaycı, E. (2023). Z kuşağının iklim değişikliğine yönelik tutumlarının ekolojik sosyal hizmet perspektifinde incelenmesi. *Sağlık Hizmetlerinde Kuram ve Uygulama Dergisi*, 4 (1), 17-31. Doi: 10.32003/igge.1550018.
- Parreira, N., & Mouro, C. (2023). Living by the sea: place attachment, coastal risk perception, and eco-anxiety when coping with climate change. *Frontiers in Psychology*, 14, 1155635. Doi: 10.3389/fpsyg.2023.1155635.
- Passmore, H. A., Lutz, P. K., & Howell, A. J. (2023). Eco-anxiety: A cascade of fundamental existential anxieties. *Journal of Constructivist Psychology*, 36(2), 138-153. <https://doi.org/10.1080/10720537.2022.2068706>.
- Patrick, R., Snell, T., Gunasiri, H., Garad, R., Meadows, G., Enticott, J. (2023). Prevalence and determinants of mental health related to climate change in Australia. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 57(5), 710-724. Doi: 10.1177/00048674221107872.
- Pavani, J. B., Nicolas, L., & Bonetto, E. (2023). Eco-Anxiety motivates pro-environmental behaviors: A two-wave longitudinal study. *Motivation and Emotion*, 47(6), 1062-1074. Doi: 10.1007/s11031-023-10038-x.
- Pearce, W., Niederer, S., Özkula, S. M., & Sánchez Querubín, N. (2019). The social media life of climate change: Platforms, publics, and future imaginaries. *Wiley interdisciplinary reviews: Climate change*, 10(2), e569. Doi: 10.1002/wcc.569.
- Petrova, V. N., Galazhinsky, E. V., & Blokhina, E. V. (2023). Time attitudes and life satisfaction among university students in a mixed educational environment. *Vestnik Tomskogo Gosudarstvennogo Universiteta Istoriya*, (82), 187–193.
- Piaget, J. (1972). Development and learning. *Reading in child behavior and development*, 38-46
- Pihkala, P. (2018). Eco-anxiety, tragedy, and hope: psychological and spiritual dimensions of climate change. *Zygon* 53, 545–569. <https://doi.org/10.1111/zygo.12407>.
- Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, 12(19), 7836. <https://doi.org/10.3390/su12197836>.

- Philippesen, JS, Angeoletto, F. ve Santana, R. (2017). Education level and income are important for good environmental awareness: a case study from south Brazil. *Ecología Austral*, 27(1), 39-44. <https://doi.org/10.25260/EA.17.27.1.0.300>.
- Pritchard, A., Richardson, M., Sheffield, D., & McEwan, K. (2020). The relationship between nature connectedness and eudaimonic well-being: A meta-analysis. *Journal of happiness studies*, 21, 1145-1167. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00118-6>
- Qin, Z., Wu, Q., Bi, C., Deng, Y., & Hu, Q. (2024). The relationship between climate change anxiety and pro-environmental behavior in adolescents: the mediating role of future self continuity and the moderating role of green self-efficacy. *BMC psychology*, 12(1), 241. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01746->.
- Rahimipour, M., Shahgholian, N., & Yazdani, M. (2015). Effect of hope therapy on depression, anxiety, and stress among the patients undergoing hemodialysis. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research*, 20(6), 694–699. <https://doi.org/10.4103/1735-9066.170007>
- Rajandram, R. K., Ho, S. M., Samman, N., Chan, N., McGrath, C., & Zwahlen, R. A. (2011). Interaction of hope and optimism with anxiety and depression in a specific group of cancer survivors: a preliminary study. *BMC research notes*, 4, 1-7. Doi: 10.4103/1735-9066.170007.
- Ramírez-López, A. S., Rosetti, M. F., & Poma, A. (2023). Gender, exposure to news, knowledge about climate change, and prosociality predict climate anxiety scores in Mexican students. *Ecopsychology*, 15(2), 184-192. Doi: 10.1089/eco.2022.0049
- Reyes, M. E. S., Carmen, B. P. B., Luminarias, M. E. P., Mangulabnan, S. A. N. B., & Ogunbode, C. A. (2021). An investigation into the relationship between climate change anxiety and mental health among Gen Z Filipinos. *Current psychology*, 1-9. Doi: 10.1007/s12144-021-02099-3.
- Risbey, J. S. (2008). The new climate discourse: Alarmist or alarming? *Global environmental change*, 18(1), 26-37. <https://doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2007.06.003>.

- Rockström, J., Steffen, W., Noone, K., Persson, Å., Chapin, F. S., Lambin, E. F., ... & Foley, J. A. (2009). A safe operating space for humanity. *Nature*, 461(7263), 472-475. <https://doi.org/10.1038/461472a>.
- Rosa, E. M., & Tudge, J. (2013). Urie Bronfenbrenner's theory of human development: Its evolution from ecology to bioecology. *Journal of Family Theory & Review*, 5(4), 243-258.
- Rousell, D., & Cutter Mackenzie Knowles, A. (2020). A systematic review of climate change education: Giving children and young people a 'voice' and a 'hand' in redressing climate change. *Children's Geographies*, 18(2), 191-208. Doi: 10.1080/14733285.2019.1614532.
- 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. Doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Sağlam, A. (2024). Çevresel sorunların insan sağlığına, ekonomiye ve dünyaya verdiği zararların analizi. *Kadim Akademi*, 8(2), 123-146.
- Sanson, A., & Bellema, M. (2021). Children and youth in the climate crisis. *BJPsych Bulletin*, 45 (4), 205–209. <https://doi.org/10.1192/bjb.2021.16>.
- Sanson, A. V., & Masten, A. S. (2024). Climate change and resilience: Developmental science perspectives. *International Journal of Behavioral Development*, 48(2), 93-102.
- Sarkova, M., Bacikova Sleskova, M., Madarasova Geckova, A., Katreniakova, Z., Van den Heuvel, W., & Van Dijk, J. P. (2014). Adolescents' psychological well-being and self esteem in the context of relationships at school. *Educational Research*, 56(4), 367-378. <https://doi.org/10.1080/00131881.2014.965556>.
- Sapmaz, F., & Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(3), 63-69.
- Savage, J. A. (2011). Increasing adolescents' subjective well-being: effects of a Positive Psychology Intervention in comparison to the effects of therapeutic alliance, youth factors and expectancy for change. *Journal of Happiness Studies*, 15, 19-42.

- Schneider-Mayerson, M., & Leong, K. L. (2020). Eco-reproductive concerns in the age of climate change. *Climatic Change*, 163(2), 1007-1023. <https://doi.org/10.1007/s1058402002923-y>
- Schultz, P. W. (2002). *Inclusion with nature: The psychology of human-nature relations. In Psychology of sustainable development* (pp. 61-78). Boston, MA: Springer US.
- Schwartz, S. E., Benoit, L., Clayton, S., Parnes, M. F., Swenson, L., & Lowe, S. R. (2023). Climate change anxiety and mental health: Environmental activism as buffer. *Current Psychology*, 42(20), 16708-16721. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02735-6>.
- Seki, H. & Şen, S. (2024). Sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinin eko anksiyete ve ekolojik ayak izi farkındalık düzeyleri. *New Era International Journal of Interdisciplinary Social Researches*, 9(26), 175-186. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14553067>.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Simon and Schuster.
- Semenderoğlu, A., Sanlı, V., & Arslan, K. (2024). Buca eğitim fakültesi öğrencilerinin küresel iklim değişikliğine yönelik endişe düzeyleri. *International Journal of Geography and Geography Education*, (53), 39-58. <https://doi.org/10.32003/igge.1550018>.
- Shi, J., Visschers, V. H., Siegrist, M., & Arvai, J. (2016). Knowledge as a driver of public perceptions about climate change reassessed. *Nature Climate Change*, 6(8), 759-762. doi: 10.1038/nclimate2997.
- Smith, T. W., Kim, J., & Son, J. (2017). Public attitudes toward climate change and other environmental issues across countries. *International Journal of Sociology*, 47(1), 62-80. doi: 10.1080/00207659.2017.1264837.
- Stanley, S. K., Hogg, T. L., Leviston, Z., & Walker, I. (2021). From anger to action: Differential impacts of eco-anxiety, eco-depression, and eco-anger on climate action and wellbeing. *The Journal of Climate Change and Health*, 1, 100003. Doi: 10.1016/j.joclim.2021.100003.

- Steg, L., & Vlek, C. (2009). Encouraging pro-environmental behaviour: An integrative review and research agenda. *Journal of environmental psychology*, 29(3), 309-317. Doi: 10.1016/j.jenvp.2008.10.004
- Stern, P. C., Dietz, T., & Kalof, L. (1993). Value orientations, gender, and environmental concern. *Environment and Behavior*, 25(5), 322–348. Doi: 10.1177/0013916593255002.
- Stromberg, J. (2013). What is the Anthropocene and are we in it?. *Smithsonian Magazine*, 1.
- Subaşı Turgut, F., & Öztürk, M. (2025). Bireysel sağlık kaygısı ve ekolojik sağlık kaygısı; eko-anksiyete ve sağlık anksiyetesi arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 28, 00. Doi: 10.5505/kpd.2025.33678.
- Sundblad, E. L., Biel, A., & Gärling, T. (2007). Cognitive and affective risk judgements related to climate change. *Journal of Environmental Psychology*, 27(2), 97-106. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2007.01.003>.
- Sümer, Ö., Alak, A., & Tekin, A. (2020). Antropojen ve Antroposen kavramlarının tarihsel gelişimine yerbilimsel bir bakış. *Türkiye Jeoloji Bülteni*, 63(1), 1-20.
- Sütçü, S., & Demirel, A. C. (2023). Sosyal hizmet öğrencilerinin iklim değişikliği kaygı durumlarının çeşitli değişkenler ile incelenmesi. *Korkut Ata Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, (12), 1216-1233. <https://doi.org/10.51531/korkutataturkiyat.1324759>
- Swim, J., Clayton, S., Doherty, T., Gifford, R., Howard, G., Reser, J., & Weber, E. (2009). Psychology and global climate change: Addressing a multi-faceted phenomenon and set of challenges. A report by the American Psychological Association's task force on the interface between psychology and global climate change. *American Psychological Association, Washington*. 66, 241-250.
- Snyder, C. R. (1989). Reality negotiation: From excuses to hope and beyond. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 8(2), 130-157. Doi: 10.1521/jscp.1989.8.2.130.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., & Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual differences measure of hope. *Journal of personality and social psychology*, 60(4), 570. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.4.570>.

- Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring and nurturing hope. *Journal of Counseling & Development*, 73(1), 355-360. Doi: 10.1002/j.1556 6676.1995.tb01764.x
- Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2002). Hope theory: A member of the positive psychology family. In C. R. Snyder and S. J. Loper (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 257-276), New York: Oxford.
- Snyder, C. R., Feldman, B. D., Shorey, H. S., & Rand, K. L. (2002). Hopeful choices: A school counselor's guide to hope theory. *Professional School Counseling*, 5(5), 298-307.
- Snyder, C. R. (2005). Teaching: The lessons of hope. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (1), 72-84. <https://doi.org/10.1521/jscp.24.1.72.59169>.
- Tabachnick, B.G., & Fidell, L.S. (2019). *Using multivariate statistics* (7th edition). New York: NY.Pearson.
- Tannenbaum, M. B., Hepler, J., Zimmerman, R. S., Saul, L., Jacobs, S., Wilson, K., & Albarracín, D. (2015). Appealing to fear: A meta-analysis of fear appeal effectiveness and theories. *Psychological bulletin*, 141(6), 1178. <https://doi.org/10.1037/a0039729>.
- Takshe, A. A., Hashi, Z., Mohammed, M., & Astari, A. (2023). Eco-anxiety: AQ method analysis towards eco-anxiety attitudes in the United Arab Emirates. *Journal of Social Work Practice*, 37(3), 283-295. <https://doi.org/10.1080/02650533.2022.2137120>.
- Tarhan, S., & Bacanlı, H. (2015). Sürekli umut ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 1-14.
- T.C. Çevre, Şehircilik ve İklim Değişikliği Bakanlığı. (2023). 8. Ulusal Bildirim ve 5. İki Yıllık Rapor: Birleşmiş Milletler İklim Değişikliği Çerçeve Sözleşmesi'ne sunulan rapor. <https://unfccc.int/sites/default/files/resource/8NC-5BR%20T%C3%BCrkiye.pdf>
- T.C. Meteoroloji Genel Müdürlüğü. (2024). 2023 yılı iklim raporu. <https://www.mgm.gov.tr/FILES/iklim/yillikiklim/2023-iklim-raporu.pdf>.
- Türkiye Sınai Kalkınma Bankası. (2023). TSKB İklim Raporu 2023. <https://www.tskb.com.tr/uploads/file/iklim-raporu-2023.pdf>

- Tejada-Gallardo, C., Blasco-Belled, A., & Alsinet, C. (2021). Feeling positive towards time: How time attitude profiles are related to mental health in adolescents. *Journal of Adolescence*, 89, 84-94. Doi: 10.1016/j.adolescence.2021.04.002.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Tjernström, E., & Tietenberg, T. (2008). Do differences in attitudes explain differences in national climate change policies?. *Ecological economics*, 65(2), 315-324. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2007.06.019>.
- Toker, B., & Kalıpçı, M. B. (2021). Benlik saygısı, olumlu gelecek beklentisi ve geleceğe yönelik tutumun mutluluk üzerindeki etkisi: meslek yüksekokulu öğrencileri üzerinde bir uygulama. *Yükseköğretim Dergisi*, 11(2 Pt 2), 473-484. Doi: 10.2399/yod.21.578916.
- Torgler, B., García Valiñas, M. A., & Macintyre, A. (2008). Differences in preferences towards the environment: The impact of a gender, age and parental effect. *Fondazione Eni Enrico Mattei*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.1105320>.
- Tsevreni, I., Proutsos, N., Tsevreni, M., & Tigkas, D. (2023). Generation Z worries, suffers and acts against climate crisis—The potential of sensing children's and young people's eco anxiety: A critical analysis based on an integrative review. *Climate*, 11(8), 171. Doi: 10.3390/cli11080171
- Tümer, A., İpek, M., & Ercan, Z. (2024). Hemşirelik öğrencilerinin iklim değişikliğine ilişkin farkındalık, endişe ve umut düzeyleri: Kesitsel ve ilişkisel araştırma. *Halk Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 6(1), 29-38. <https://doi.org/10.54061/jphn.1396915>.
- Uchendu, J. O. (2022). Eco-anxiety and its divergent power holds: a youth climate activist's perspective. *South African Journal of Psychology*, 52(4), 545-547.
- Ulukan, M. (2020). Öğretmenlerin mutluluk ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of International Social Research*, 13(73).
- Urry, J. (2015). Climate change and society. In *Why the social sciences matter* (pp. 45-59). London: Palgrave Macmillan UK.

- Usta, G. (2023). Üniversite öğrencilerinin iklim değişikliği endişe düzeylerinin belirlenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (51), 159-167. Doi: 10.52642/susbed.1282642
- Van Calster, K., Lens, W., & Nuttin, J. R. (1987). Affective attitude toward the personal future: Impact on motivation in high school boys. *The American journal of psychology*, 1-13. Doi: 10.2307/1422639.
- Verplanken, B., Marks, E., & Dobromir, A. I. (2020). On the nature of eco-anxiety: How constructive or unconstructive is habitual worry about global warming?. *Journal of Environmental Psychology*, 72, 101528.
- Wullenkord, M. C., Tröger, J., Hamann, K. R., Loy, L. S., & Reese, G. (2021). Anxiety and climate change: a validation of the Climate Anxiety Scale in a German-speaking quota sample and an investigation of psychological correlates. *Climatic Change*, 168(3), 20. Doi: 10.1007/s10584-021-03234-6.
- Wu, Z., & Geng, L. (2020). Traveling in haze: How air pollution inhibits tourists' pro environmental behavioral intentions. *Science of the Total Environment*, 707, 135569. Doi: 10.1016/j.scitotenv.2019.135569.
- Wolf, J., & Moser, S. C. (2011). Individual understandings, perceptions, and engagement with climate change: insights from in-depth studies across the world. Wiley Interdisciplinary Reviews: *Climate Change*, 2(4), 547-569. Doi: 10.1002/wcc.120.
- Yu, X. (2014). Is environment ‘a city thing’ in China? Rural–urban differences in environmental attitudes. *Journal of Environmental Psychology*, 38, 39-48. Doi: 10.1016/j.jenvp.2013.12.009.
- Yuvam Dünya (2023). *İklim değişikliği araştırması*. [https://yuvamdunya.org/pages/turkiye iklim-krizi-algisi-arastirmasi-2023](https://yuvamdunya.org/pages/turkiye-iklim-krizi-algisi-arastirmasi-2023)
- Zolitschka, F. T. (2025). *Eco-anxiety in the Netherlands and Germany: An investigation of the relationship between general anxiety, eco-anxiety, and the exposure to the climate crisis media* (Bachelor's thesis) University of Twente.

Zümbül, S. (2019). Öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeylerinde bilinçli farkındalık ve affetmenin yordayıcı rolleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 20(1), 20-36. doi: 10.12984/egeefd.481963.

## EKLER

### Ek 1. Gönüllü Katılımcı Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Doç. Dr. Hicran ÇETİN GÜNDÜZ danışmanlığında, Başkent Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Programı öğrencisi Suzan ÇETİNER tarafından yüksek lisans tezi kapsamında yürütülmektedir. Çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin eko-kaygı düzeyleri ile gelecek yönelimi, umut ve iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Eko-kaygı, bireylerin içinde yaşadığı çevre ve meydana gelen ekolojik felaketlerle ilgili olarak gezegenimizin gidişatı ile ilgili endişelenmesidir. Çalışmanın yürütülebilmesi için ilgili üniversiteden etik kurul onayı ve MEB’ den gerekli izinler alınmıştır. Bu çalışmaya katılımınız tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Verilen anketlerin üzerine **isminizi yazmayınız**. Araştırma kapsamında toplanan veriler, sadece bilimsel amaçlar doğrultusunda kullanılacak ve **tamamen gizli tutulacaktır**. Veri toplama sürecinde size rahatsızlık verebilecek herhangi bir soru bulunmamaktadır. Yine de katılımınız sırasında rahatsızlık hissederseniz çalışmadan istediğiniz zaman ayrılabilirsiniz.

Bu anket birden fazla psikolojik ölçme aracı içermektedir. Formun ve ölçeklerin tamamlanması yaklaşık olarak 20-25 dakika sürmektedir ve ölçekleri tamamlamak için herhangi bir zaman kısıtlamanız bulunmamaktadır. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Lütfen her bir testin başındaki yönergeyi dikkatlice okuyunuz ve sorulara sizi en iyi şekilde ifade eden cevabı vermeye çalışınız. Tüm soruları içtenlikle ve eksiksiz olarak yanıtlamanız çok önemlidir. Lütfen hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

Araştırma hakkında daha fazla bilgi almak isterseniz Başkent Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Programı öğrencisi Suzan Çetiner’e aşağıdaki e-posta adresinden ulaşabilirsiniz. Katılımınız ve katkılarınız için teşekkür ederiz.

E-posta:

Suzan Çetiner

Bu çalışmaya tamamen kendi rızamla katılıyorum ve istediğim zaman çalışmadan ayrılabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlarla kullanılmasını kabul ediyorum. (Lütfen bu formu doldurup imzaladıktan sonra veri toplayan kişiye veriniz.)

Tarih

...../...../.....

İmza

-----

## Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcı,

Aşağıda sizinle ilgili çeşitli bilgiler edinmeye yönelik sorular yer almaktadır. Vereceğiniz yanıtlar yalnızca üniversite öğrencileri ile ilgili gerçekleştirilen bilimsel bir araştırmada kullanılacak olup, yanıtlar saklı tutulacaktır. Formlara isminizi yazmanıza gerek yoktur. Bu araştırma sorularını içtenlikle yanıtlamanız çok önemlidir. Bu nedenle soruları dikkatlice okuyup, size en uygun olanı işaretlemeniz ve yanıtlanmamış soru bırakmamanız önem taşımaktadır. Katkılarınızdan dolayı çok teşekkür ederim.

SUZAN ÇETİNER

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans Öğrencisi

### 1. Cinsiyetiniz:

( ) Kadın

( ) Erkek

### 2. Yaşınız.....

### 3. Bölüm:

Sınıf Öğretmenliği( ) Matematik Öğretmenliği( )

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık( ) Özel Eğitim Öğretmenliği( )

Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği( )

İngilizce Öğretmenliği( ) Türkçe Öğretmenliği( ) Okul Öncesi Öğretmenliği( )

Diğer.....

### 4. Sınıf Düzeyi:

1 ( )

2 ( )

3 ( )

4 ( )

### 5. Kendinizi sosyoekonomik düzey olarak hangi kategoride tanımlarsınız.

**(Örneğin orta sosyoekonomik düzeyin alt kısmına yakın olduğunuzu düşünüyorsanız orta sosyoekonomik düzeyin altını işaretleyiniz.)**

| Üst sosyoekonomik düzey |      |     | Orta sosyoekonomik düzey |      |     | Alt sosyoekonomik düzey |      |     |
|-------------------------|------|-----|--------------------------|------|-----|-------------------------|------|-----|
| üst                     | orta | alt | üst                      | orta | alt | üst                     | orta | alt |
|                         |      |     |                          |      |     |                         |      |     |

### 6. Yaşamınızın Büyük Bölümünü Geçirdiğiniz Yerleşim Birimi:

Büyükşehir ( )

Şehir ( )

İlçe ( )

Kasaba ( )

Belde ( ) Köy ( )

**7. Yaşamınızın Büyük Bölümünü Geçirdiğiniz Coğrafi Bölge**

İç Anadolu Bölgesi( ) Akdeniz Bölgesi( ) Güneydoğu Anadolu Bölgesi( )

Doğu Anadolu Bölgesi( ) Karadeniz Bölgesi( ) Marmara Bölgesi( ) Ege Bölgesi( )

Diğer (Başka bir ülke vb.) .....

**8. Son Bir Yılda Okuduğunuz Kitap Sayısı**

(1-2 arası) ( ) (5-10 arası) ( ) (10 ve üzeri) ( )

**9. Sosyal Medyada (İnstagram, X, Tiktok vb.) Günlük Geçirdiğiniz ortalama Süre:**

0-3 saat arası( ) 4-8 saat arası( ) 9 saat ve üzeri( )

**10. Haftalık haberleri takip etmek/İzlemek için günlük olarak ne kadar süre ayırıyorsunuz?**

0-3 saat arası( ) 4-8 saat arası( ) 9 saat ve üzeri( )

**11. Çevre Dostu Davranışlara Katılım**

Çevre dostu davranışlara (tasarruf, geri dönüşüm, kaynakları verimli kullanma vb.) katılımım.

Her zaman ( )

Bazen ( )

Hiçbir zaman ( )

### Ek 3. Eko-Anksiyete Ölçeği (The Hogg Eco-Anxiety Scale/HEAS-13)

| Son 2 hafta içinde, iklim değişikliği ve diğer küresel çevre koşulları hakkında düşünürken (örneğin, küresel ısınma, ekolojik/çevresel bozulma, kaynakların tükenmesi, türlerin yok olması, ozon tabakasının delinmesi, okyanusların kirlenmesi, ormansızlaşma vb.) aşağıdaki sorunlardan ne sıklıkla rahatsız oldunuz? |              |       |          |                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------|----------|---------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Hiçbir zaman | Bazen | Sıklıkla | Neredeyse Her Zaman |
| <b>Duygusal Belirtiler</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | -            | -     | -        | -                   |
| 1. Sinirli, kaygılı veya gergin hissetme                                                                                                                                                                                                                                                                                | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 2. Endişelenmeyi durduramama veya kontrol edememe                                                                                                                                                                                                                                                                       | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 3. Çok fazla endişelenme                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 4. Korkmuş hissetme                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| <b>Davranışsal Belirtiler</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                           | -            | -     | -        | -                   |
| 5. Gelecekteki iklim değişikliği ve diğer küresel çevre sorunları hakkında düşünmeyi bırakamama                                                                                                                                                                                                                         | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 6. İklim değişikliğiyle ilgili geçmiş olayları düşünmeyi bırakamama                                                                                                                                                                                                                                                     | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 7. Çevreye verilen zararlara dair düşünmeyi bırakamama                                                                                                                                                                                                                                                                  | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| <b>Kişisel Etki Hakkında Kaygı</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                      | -            | -     | -        | -                   |
| 8. Uyumakta zorluk yaşama                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 9. Aile ve arkadaşlarla sosyal ortamlardan zevk almada zorluk yaşama                                                                                                                                                                                                                                                    | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 10. İşini yapmakta ve/veya ders çalışmakta zorluk yaşama                                                                                                                                                                                                                                                                | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| <b>Tekrarlayan Düşünce</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                              | -            | -     | -        | -                   |
| 11. Kişisel davranışlarınızın dünya üzerindeki etkisi konusunda kaygılı hissetme                                                                                                                                                                                                                                        | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 12. Çevresel sorunların çözümüne yardımcı olmaya yönelik kişisel sorumluluğunuz/rolünüz konusunda endişeli hissetme                                                                                                                                                                                                     | 0            | 1     | 2        | 3                   |
| 13. Kişisel davranışlarınızın sorunu çözmeye çok az katkı sağlayacağı konusunda endişeli hissetme                                                                                                                                                                                                                       | 0            | 1     | 2        | 3                   |

#### Ek 4.Psikolojik İyi Oluş Ölçeği

|                                                                     | Kesinlikle katılmıyorum | Katılmıyorum | Biraz katılmıyorum | Kararsızım | Biraz katılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle katılıyorum |
|---------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|--------------------|------------|-------------------|-------------|------------------------|
| 1.Amaçlı ve anlamlı bir yaşam sürdürüyorum                          |                         |              |                    |            |                   |             |                        |
| 2.Sosyal ilişkilerim destekleyici ve tatmin edicidir                |                         |              |                    |            |                   |             |                        |
| 3.Günlük aktivitelerime bağlı ve ilgiliyim                          |                         |              |                    |            |                   |             |                        |
| 4.Başkalarının mutlu ve iyi olmasına aktif olarak katkıda bulunurum |                         |              |                    |            |                   |             |                        |
| 5.Benim için önemli olan etkinliklerde yetenekli ve yeterliyim      |                         |              |                    |            |                   |             |                        |
| 6.Ben iyi bir insanım ve iyi bir hayat yaşıyorum                    |                         |              |                    |            |                   |             |                        |
| 7.Geleceğim hakkında iyimserim                                      |                         |              |                    |            |                   |             |                        |
| 8.İnsanlar bana saygı duyar                                         |                         |              |                    |            |                   |             |                        |

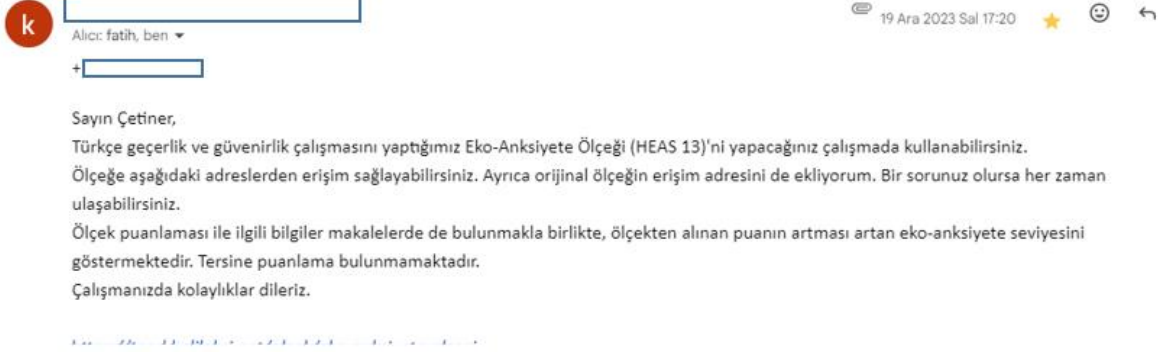
## Ek 5. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği

|                                                                            | Kesinlikle<br>Katılmıyorum | Katılmıyorum | Kısmen<br>Katılıyorum | Katılıyorum | Kesinlikle<br>Katılıyorum |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------|--------------|-----------------------|-------------|---------------------------|
| Geleceğe dair planlar yaparım.                                             |                            |              |                       |             |                           |
| Gelecek konusunda kendimi vizyoner olarak tanımlarım.                      |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceği bugünden planlamam gerektiğini düşünürüm.                         |                            |              |                       |             |                           |
| Bugünü, geleceği daha güzel hale getirecek şekilde yaşarım.                |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceğe yönelik hayaller kurarım.                                         |                            |              |                       |             |                           |
| Gelecekte yapmak istediklerimi gerçekleştirebileceğim konusunda iyimserim. |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceği geçmişteki hatalarımı düzeltmek için bir fırsat olarak görürüm.   |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceğimi yönetebileceğime inanırım.                                      |                            |              |                       |             |                           |
| Gelecek, hayallerimin gerçekleşeceği zamandır.                             |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceği belirsiz ama bembeyaz bir sayfa olarak görürüm.                   |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceği düşünmek beni heyecanlandırır.                                    |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceği yönetmenin çok önemli olduğuna inanırım.                          |                            |              |                       |             |                           |
| Gelecekte ne yapacağım hakkında düşünürüm.                                 |                            |              |                       |             |                           |
| Gelecek hakkında kafa yorarım.                                             |                            |              |                       |             |                           |
| Yeniliğe açık olduğuma inanırım.                                           |                            |              |                       |             |                           |
| Değişime açık olduğuma inanırım.                                           |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceğe bakarken mutlaka önümü görmek isterim.                            |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceği planlarken stratejiler geliştiririm.                              |                            |              |                       |             |                           |
| Geleceği yaratmak için geçmişin iyi analiz edilmesi gerektiğine inanırım.  |                            |              |                       |             |                           |
| Gelecekteki belirsizlikleri fırsat olarak görürüm.                         |                            |              |                       |             |                           |
| Bazı güçlükler olsa da gelecek hakkında iyimserim.                         |                            |              |                       |             |                           |

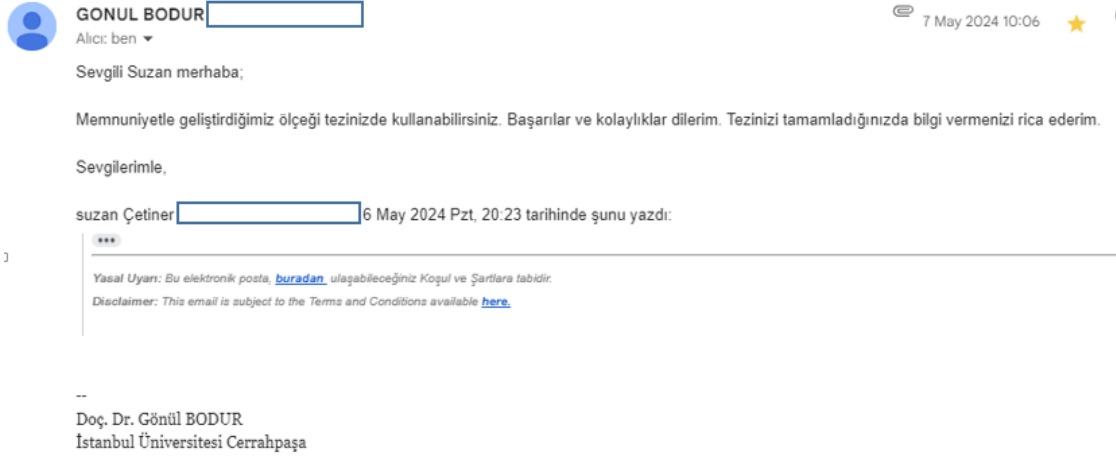
## EK 6. Sürekli Umut Ölçeği

|                                                                                                    | Kesinlikle yanlış | Çoğunlukla yanlış | Oldukça yanlış | Biraz yanlış | Biraz doğru | Oldukça doğru | Çoğunlukla doğru | Kesinlikle doğru |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------|----------------|--------------|-------------|---------------|------------------|------------------|
| 1.Sıkıntılı bir durumdan kurtulmak için pek çok yol düşünebilirim                                  |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 2.Enerjik bir biçimde amaçlarıma ulaşmaya çalışırım                                                |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 3.Çoğu zaman kendimi yorgun hissederim                                                             |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 4.Bir problemin pek çok çözüm yolu vardır                                                          |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 5.Tartışmalarda kolaylıkla yenik düşerim                                                           |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 6.Hayatta önem verdiğim şeylere ulaşmak için çok yol düşünebilirim                                 |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 7.Sağlığım için endişelenirim                                                                      |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 8.Başkalarının ümitsizliğe kapıldığı durumlarda bile sorunu çözecek bir yol bulabileceğimi bilirim |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 9.Geçmiş yaşantıları beni geleceğe iyi hazırladı                                                   |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 10.Hayatta oldukça başarılıyım                                                                     |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 11.Genellikle endişelenecek bir şey bulurum                                                        |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |
| 12.Kendim için koyduğum hedeflere ulaşırım                                                         |                   |                   |                |              |             |               |                  |                  |

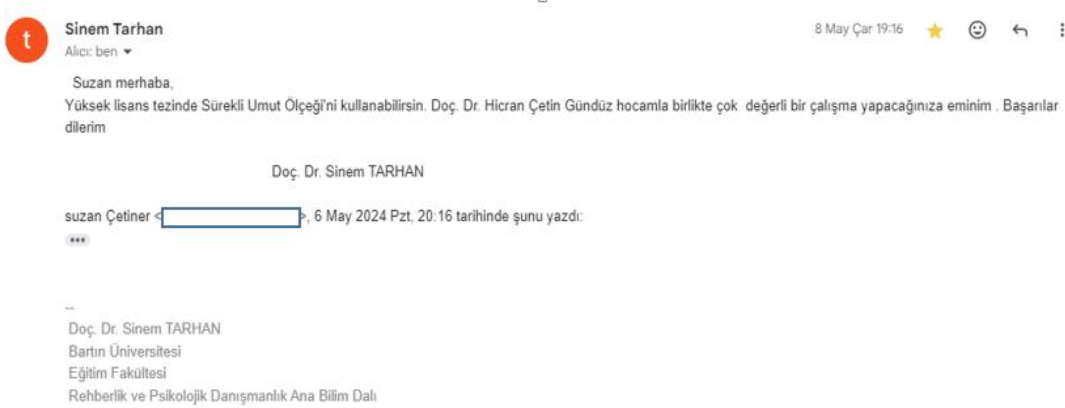
## Ek 7. Eko-Anksiyete Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı



## Ek 8. Geleceğe Yönelik Tutum Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı



## Ek 9. Sürekli Umut Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı



## Ek 10. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Kullanımına İlişkin İzin Yazısı



**Bulent Baki Telef**

Alıcı: ben ▼

Merhabalar,

Ekte ölçeği, geçerlik ve güvenirliğini gönderiyorum. Araştırmanızda kullanabilirsiniz. İyi çalışmalar.

6 May 2024 Pzt 20:20 tarihinde suzan Çetiner <[redacted]> şunu yazdı:

\*\*\*

2 ek • Gmail tarafından tarandı ⓘ



## Ek 11. Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 01.07.2024-354909



**T.C.**  
**BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ**  
Akademik Değerlendirme Koordinatörlüğü



Sayı : E-62310886-302.14.01-354909  
Konu : Suzan Çetiner'in Etik Kurul Onayı

01.07.2024

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 03.06.2024 tarih ve 347532 sayılı yazınız.

Enstitünüz Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Suzan Çetiner'in, Dr. Öğretim Üyesi Hicran Çetin Gündüz danışmanlığında yürütmekte olduğu, "Üniversite Öğrencilerinin Eko Kaygı Düzeyleri ile Gelecek Yönelimi, Umut ve İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişki" başlıklı tez çalışması değerlendirilmiş ve bilgilerinize ekte sunulmuştur.

Prof. Dr. Sadegül AKBABA ALTUN  
Kurul Başkanı

Ek: Değerlendirme Formu

Sayı : 17162298.600- 166  
Konu : Tez Çalışması

25 Haziran 2024

İlgili Makama

Üniversitemiz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Suzan Çetiner'in, Dr. Öğretim Üyesi Hicran Çetin Gündüz danışmanlığında yürütmekte olduğu, "Üniversite Öğrencilerinin Eko Kaygı Düzeyleri ile Gelecek Yönelimi, Umut ve İyi Oluş Düzeyleri Arasındaki İlişki" başlıklı tez çalışması değerlendirilmiş ve yapılmasında bir sakınca olmadığı tespit edilmiştir. Bilgilerinize saygılarımızla sunarız.

Başkent Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler ve Sanat Alan Araştırma Kurulu

| Ad, Soyad                       | Değerlendirme                |
|---------------------------------|------------------------------|
| Prof. Dr. Gözen Güner Aktaş     | Olumlu/Olumsuz               |
| Prof. Dr. Sadegül Akbaba Altun  | Olumlu/ <del>Olumsuz</del>   |
| Prof. Dr. Fatih Çetin           | Olumlu/ <del>Olumsuz</del> / |
| Prof. Dr. Hasan Tahsin Fendoğlu | Olumlu/Olumsuz               |
| Prof. Dr. Filiz Kalelioğlu      | Olumlu/ <del>Olumsuz</del>   |
| Prof. Dr. Hidayet Hale Künüçen  | Olumlu/ <del>Olumsuz</del>   |
| Prof. Dr. Özcan Yağcı           | Olumlu/ <del>Olumsuz</del>   |