

16802



ANKARA ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

**NORMAL VE SORUNLU ERGENLERİN
YAŞAM DOYUMU DÜZEYİNİN
KARŞILAŞTIRILMASI**

16802

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bölümü

Danışman: Prof. Dr. Bekir ONUR

**T. C.
Yükseköğretim Kurulu
Dokümantasyon Merkezi**

Süreyya KÖKER

Ankara - 1991

İÇİNDEKİLER

Sayfa

ÇİZELGELER LİSTESİ.....	i
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
PROBLEM.....	1
ÖZNEL İYİLİK KAVRAMI	6
KONUNUN KURAMSAL TEMELİ	12
I- Belli Bir Noktaya Erişme (Telic or Endpoint) Kuramı.....	13
II- Haz ve Acı (Plasure and Pain) Kuramı.....	15
III- Etkinlik (Activity) Kuramı.....	16
IV- Yukarıdan Aşağıda-Aşağıdan Yukarıya (Top-Down versus Bottom-Up) Kuramı.....	17
V- İlişkiler dirici (Associatianistic) Kuram.....	18
VI- Yargı (Judgement) Kuramı.....	19
İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	20
a) Yaşam Doyumu İle Yaş İlişkisi.....	21

b) Yaşam Doyumu İle Cinsiyet İlişkisi.....	23
c) Yaşam Doyumu İle Irk ve Din İlişkisi.....	25
d) Yaşam Doyumu İle İş ve Gelir Düzeyi İlişkisi.....	27
e) Yaşam Doyumu İle Eğitim Düzeyi İlişkisi.....	29
f) Yaşam Doyumu İle Evlilik ve Aile Yaşamı İlişkisi.....	30
g) Yaşam Doyumu İle Toplumsal Yaşam İlişkisi.....	32
h) Yaşam Doyumu ile Kişilik Özellikleri İlişkisi.....	32
i) Yaşam Doyumu İle Biyolojik Etkenlerin İlişkisi.....	32
TÜRKİYE'DE YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....	36
İKİNCİ BÖLÜM.....	37
ARAŞTIRMANIN AMACI.....	37
ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	37
Tanımlar.....	38
ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ.....	39
Araştırmanı Modeli.....	39
Evren ve Örneklem.....	39
Verilerin Toplanması.....	40
Madde Analizi Çalışması.....	42
Verilerin Çözümünde Kullanılan Teknikler.....	43

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	45
BULGULAR VE YORUM.....	45
I. Deneklerle İlgili Bulgular	45
A- Yaş ve Cinsiyet.....	45
B. Deneklerin Yaşam Doyumuna İlişkin Bulgular.....	48
II. Deneklerin Yaşam Doyumu Ölçeğine Verdikleri Yanıtların Değişkenlik Çözümlemesine İlişkin Bulgular	55
1. Yaşa İlişkin Bulgular.....	55
2. Cinsiyete İlişkin Bulgular.....	57
BULGULARIN TOPLUCA DEĞERLENDİRİLMESİ	62
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	66
ÖZET, SONUÇ ve ÖNERİLER	66
EKLER	
EK. 1. DENEKLERE UYGULANAN ÖLÇEKLER.....	70
EK. 2. ROTTER C.T.T PUANLAYICILAR ARASI KORELASYON KATSAYILARI.....	75
EK. 3. YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ TEST TEKRAR TEST KORELASYON KATSAYILARI.....	76
EK. 4. YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ MADDE ANALİZİ TABLOSU.....	77
KAYNAKÇA.....	78

ÇİZELGELER LİSTESİ

ÇİZELGELER	SAYFA
I. Deneklerin Yaş ve Cinsiyete Göre Dağılımı.....	46
II. Normal, Sorunlu, Nörotik Belirti Gösteren Deneklerin Yaş Dağılımları.....	47.
III. Normal, Sorunlu, Nörotik Belirtilere Gö re Deneklerin Cinsiyet Dağılımı.....	48
IV. Normal, Sorunlu ve Nörotik Belirti Gösteren Deneklerin Yaşam Doyumu Düzeyi Ortalamaları.....	49
V. Normal, Sorumlu v eNörotik Belirti Gösteren Deneklerin Yaşa Göre Yaşam Doyumu Düzeyi Ortalamaları.....	50
VI. Normal, Sorunlu ve Nörotik Belirti Gösteren Deneklerin Cinsiyete Göre Yaşam Doyumu Düzeyi Ortalamaları.....	51
VII. Cinsiyete, Yaşa, Normal, Sorunlu, Nörotik Belirti Gösterme Durumuna göre Deneklerin Yaşam Doyumu Düzeyi Ortalama ve Standart Sapmaları.....	53
VIII. Normal, Sorunlu, Nörotik Belirti Gösterme ve Yaş Değişkenlerine Göre Erkek Deneklerin Yaşam Doyumu Düzeyi Değişkenlik Çözümlemesi.....	55

- IX. Normal, Sorunlu, Nörotik Belirti Gösterme
ve Yaş Değişkenlerine Göre Kız Deneklerin
Yaşam Doyumu Düzeyi Değişkenlik Çözümlemesi..... 56
- X. Normal, Sorunlu ve Nörotik Belirti Gösteren
Deneklerin Cinsiyet Değişkenine Göre Yaşam
Doyumu Düzeyi Değişkenlik Çözümlemesi..... 57



I. BÖLÜM

GİRİŞ

PROBLEM

Gelişimsel olarak bakıldığında, ergenlik yaşantılarının gelecekteki ruh sağlığı açısından özel bir yer tuttuğu söylenebilir. Ergenliğin insan gelişiminde tuttuğu bu özel yerin anlamı kuramsal olarak farklı biçimlerde yorumlanmıştır. Bir bölümüne göre ergenlik bir sorunlar ve bunalımlar dönemidir. Diğer bir bölümüne göre ise ergenlik hiç de ileri sürüldüğü gibi bir sorunlar dönemi değildir. Bu iki karşıt görüşün nasıl ortaya çıktığı, kimler tarafından savunulduğu, nasıl eleştirildiği gibi konular aşağıda açıklanmaktadır.

Bugün bildiğimiz anlamdaki ergenlik kavramı tam anlamıyla geçen yüzyılın sonlarında ortaya çıkmıştır. 1800-1875 dönemine ait çeşitli belgelerin araştırılması sözcüğün hemen hemen hiç kullanılmadığını, dönemle ve onun karakteristik davranışları ile ilgili sınırlı bir ilginin olduğunu ortaya çıkarmaktadır (Demos, Demos, 1969). Keniston, biyolojik bir dönem olan ergenliğin ancak 19. ve 20. yüzyıllarda keşfedildiğini belirtmektedir. Ergenliğin bir yaşam dönemi olarak fakedilip kabul edilmesi Stanley Hall ve öğrencilerinin çalışmaları ile olmuştur. Hall'ın çalışmaları gerek gelişimsel, gerek eğitimsel olarak geniş çaplı yankılar uyandırmıştır (Oldham, 1978).

Hall büyük ölçüde Darw'in biyolojik evrim kuramının etkisi altında geliştirdiği "özünü yenileme" (recapitulation) kuramı toplumda ergenlikle ilgili ilk imajların gelişmesine neden olmuştur (Rice, 1978). Hall'a göre her bireyin biyolojik gelişimi türe ait gelişimini karakterize eden aynı dönem serilerden geçmektedir. Ergenlik, bu evrelerden biridir. Bu dönem "bunalım ve stres" dönemi olarak tanımlanmaktadır. Bu dönemde ciddi duygusal dalgalanmalar, suçluluk duygulanımları, emosyonel uyumsuzluklar görülebilir. Bu nedenle dönemin kritik bir dönem olduğu ifade edilmektedir (Muss, 1975).

Hall tarafında betimlenen ergenin çelişkili ruhsal durumu, aşırı hareketlilik ve bitkinlik, mutluluk ve depresyon, kendini önemseme ve aşağılama, bencillik ve diğergamlık, topluluğu sevme ve çekingenlik gibi karşıt uçlar arasında gelip gitmeler ergenliğin doğal özelliği olarak görülüyordu (Rice, 1978).

Ergenlik psikolojisindeki bu gelişmenin toplumda önemli uzantıları olmuştur. Gençlerin eğitimine yönelik yayınlar hızla çoğalmıştır. Demos ve Demos (1969) o dönemdeki yayınları şöyle değerlendirmektedir.

" Bu yayınlar gözden geçirildiğinde genel özelliği isimlerinden anlaşılmaktadır : Gençliğe Seslenme : Nasıl Adam Olunur?, Saygılı Kızlar için Yazılar. Genç Kıza Eşlik Etme Eşikte : Genç Erkekler İçin Dersler." (s. 634)

Aynı yazarlar, bu eserlerin içeriğinde de ana-baba ve eğitimcilere uyarılarda bulunmaktadırlar. Çünkü genç insanların bu dönemde çeşitli tehlikelere açık olduğu önemle belirtilmektedir. Bu görüş çeşitli değişimlerle başka yazarlar tarafından da inceleme konusu olmuştur.

Öte yandan psikoanalitik görüşe göre ergenlikteki alt üst oluşlar doğal, hatta zorunludur. Psikoanalitik kuram ergenlik yaşantılarının evrenselliği üzerinde durmaktadır. A. Freud ergenliğin temel sorununun örtülü dönemde ego ile id arasındaki dengenin bozulması olduğunu belirtmektedir (Freud, A., 1989). Gencin içsel çatışmaları öylesine kuvvetlidir ki, genç bazı bilinçdışı savunmalarla bu çatışmalardan doğan gerginliği gidermeye çalışır. A. Freud ergenlik dönemindeki bu bozulmaları normal kabul etmiş ve bu iniş çıkışları, normal ruhsal gelişime ait uyum işaretleri olarak görmüştür. Ergenlikte idin gücünün azalması ve dengenin bozulması ergen mutsuzluğunun kaynağı olarak ele alınmaktadır (Freud, A., 1989).

Yine psikoanalitik yaklaşım çerçevesinde Erikson'un Freud'un psikoseksüel gelişim dönemlerini temel alarak kendi psikososyal gelişim kuramını geliştirdiğini görüyoruz. Ancak Erikson, kültürel özelliklerin kişiyi etkilediğini, kişinin çevresi ile bir bütün olarak ele alınabileceğini, uygun bir çevre sağlandığında sağlıklı bir kişilik gelişmesinin doğal bir durum olduğunu belirtmesi ile psikoanalitik görüşten ayrılmaktadır.

Erikson'a göre organizma ile onu yetiştiren çevre arasında bir "dişli çark" ilişkisi söz konusudur (Muss, 1978). İnsan kimliği, yaşantının başladığı günden itibaren birbirini hazırlayan ve birbiri üzerine binen dönemlerden geçerek gelişmektedir. Ergenlik döneminin en büyük sorunu ise kimliğin kazanılması ve bu konuda yaşanan karmaşadır. Erikson'a göre kimlik karmaşasını her normal ergen yaşamaktadır. Erikson kimlik duygusunun kazanılmasını da bu dönemin en önemli gelişimsel görevi olarak görmektedir. Ergenlerin bu sorunlarla baş edebilmek için geçici bir kimliğe

bürünebileceklerine işaret etmekte, bu ağır sorunu ertelemelerine ise "psikososyal moratoryum" adını vermektedir (Erikson, 1982).

Ergenliğin bir fırtına ve stres dönemi olduğu yönündeki görüşler varlığını korurken, karşı görüşlerine de yavaş yavaş ortaya çıktığına tanık oluyoruz. Nitekim antropologların, sosyologların ve bazı gelişim psikologlarının araştırmaları yaygın görüşe karşıt bulgular saptamaya, böylece geleneksel görüş tartışılmaya başlamıştır. Bu bulgular ergenliğin görece sakin ve gerilimden uzak bir dönem olduğu yönündeydi.

Klasik görüş ile ampirik görüş arasındaki ayrılık, Mead ve Benedict'in yaptığı çalışmalar ile daha da artmıştır (Rice, 1975). Benedict ve Mead psikoanalistlerin tanımladığı özelliklerin bütün kültürlerde olmadığını belirtmişlerdir. Örneğin bazı ilkel toplumlarda on yaş çocuklarının cinsel açıdan Amerika'daki çocuklara göre daha aktif olduğunu belirtmekte, bu dönemdeki ergenlerin daha az sorun bildirdiklerini vurgulamaktadırlar. İnsan davranışı kültürden kültüre farklılık gösteriyorsa, o zaman gelişimin sadece biyolojik olarak belirlendiği görüşü doğru olmaktan uzak demektir. Mead ve Benedict bireyin davranışının büyük oranda yetiştiği çevreye bağlı olduğu noktası üzerinde durmaktadır (Dacey, 1979). Bu kuramda büyüme aslında yavaş yavaş ilerleyen ve süreklilik gösteren bir süreç olarak tanımlanır. Bağımlılık durumundan bağımsızlığa nasıl geçildiği bir kültürden diğerine büyük farklılıklar gösterir. Benedict'e göre bu durum çocukluktan yetişkinliğe geçişte önemli bir süreksizlik ya da kesinti yaratır. Gelişim süreci içinde ergenlik yıllarına rastlayan bu kesinti, ergenliği modern toplumlarda hem birey hemde toplum açısından ciddi sorunlar içeren ayrı bir "dönem" haline getirir (Muss, 1982)

Coleman (1978), "klasik görüş" ile "ampirik" görüşün çatışmasının uzun sürmediğini belirtmektedir. Çünkü klasik görüşü destekleyen çok az görgül kanıt olduğu 1957'de iki sosyologun araştırmasıyla ortaya çıkmıştır. Bu araştırmacılar Kanada'da 13-19 yaşındaki ergenlerin çok az "bunalım" bildirdiklerini, ergenliklerini görece sakin ve gerilimden uzak bir biçimde yaşadıklarını bulmuşlardır.

Bandura (1972), ergenliğin stres ve bunalım dönemi olduğuna ilişkin genel bulgular ile kendi bulgularını karşılaştırdığı çalışmasında:

a) Ana-baba kısıtlayıcılığına karşın, ergenlerin çocukluktan bu yana ana-babanın değerlerini içselleştirdiklerini ve kendi etkinliklerini, davranışlarını yönlendirmenin sorumluluğunu üstlenmeye başladıklarını belirtmektedir.

b) Ergenlerin ana-babalarından bağlarını koparmak için bir savaşıma girdikleri görüşü de bu çalışmanın bulgularında desteklenmemiştir. Yazar bağımsızlık eğitiminin erken dönemlerde başladığına, ergenlik döneminde ise, büyük bir oranda başarıyla tamamlandığına işaret etmektedir.

c) Aile ve akran grubunun çatışmasının varlığına ilişkin bulgular da bu çalışmada desteklenmemiştir. Buna göre ergenler, ana-babalarının değer sistemlerine benzer değer sistemleri ve davranış normları gösteren akran gruplarını seçme eğilimdedirler.

Bandura (1972), aynı çalışmada ergenlerle ilgili olumsuz görüşlerin kaynaklarını, ergen boyun eğmezliğinin ve kızgınlığının aşırı yorumlanmasına, kitle iletişim araçlarının sansasyon düşkünlüğüne ve sapkın ya da sorunlu

gençlerin aşırı genellemesine bağlamaktadır. Ayrıca ergenlerin başkaldırıcı, çılgın, önceden belirlenemez olduğu yönündeki toplumsal beklentilerin ergenlerin böyle olma olasılığını artırdığını, böylece bunun "kendi kendini gerçekleştiren bir kehanet" olabileceğini belirtmektedir.

Coleman (1977), iki karşıt görüşün bağdaştırılabileceğinden söz etmektedir. Ona göre ergen belirli bir zamanda belirli bir sorunla başa çıkabilecek durumdadır. Sorunları yıllara yayarak birbiri ardına çözebilecek güçtedir. Buna karşılık belirli bir dönemde değişik sorunların üst üste gelmesi ergeni zor durumda bırakmakta, sorunlu yapmaktadır.

Sonuç olarak, ergenliğin özünde mutsuzluk kaynağı olduğu görüşüne karşı ergenliğin diğer gelişim dönemlerinden daha farklı bir yönü olmadığı söylenebilir. Ergenlik döneminde öznel olarak iyi olma durumu diğer gelişim dönemlerinde olduğu gibi birçok faktöre bağlı olarak ortaya çıkabilir. Yaşam olaylarını, ana-baba tutumlarını, toplumsal ve kültürel boyutları içine alabilen ergen mutluluğa ya da mutsuzluğunun, erişkinlik ya da çocukluk döneminden çok farklı olmadığı söylenebilir. Bu temel soruna daha da açıklık kazandırmak amacıyla öznel iyilik kavramı üzerinde durulacaktır.

ÖZNEL İYİLİK KAVRAMI

Öznel iyilik (subjective well-being) kavramı çok eskilerden beri bilinen bir kavramdır, ancak zaman zaman farklı sözcüklerle dile getirilmiştir. Ayrıca birçok filozof, düşünür, sosyal bilimci öznel iyilik kavramını tanımlamaya çalışılmıştır. Bu tanımları üç bölüme ayırmak mümkündür.

İlk olarak, öznel iyilik durumu erdemlilik ya da kutsallık olarak tanımlanmaya çalışılmıştır. Eski Yunan felsefesinin "eudaimonistik" görüşünden temel alan bu tanım, insanın en yüksek amacının mutluluğa ve tam bir huzura ulaşmak olduğundan söz eder. Bu görüşe göre her insanın en belirli amacı huzura ulaşmaktır (Güven, 1963). Aristoteles, bireyin en yüksek olgunluğa bilgede eriştiğinden, "bilen aklın" ürünü olan dianoetik erdemlere sahip olmanın tam mutluluk ve huzura ulaşmanın tek yolu olduğundan söz etmektedir. Bu erdemlere sahip olma durumu, kişinin kendini huzurlu hissettiği durumdur ki, bu da öznel iyilik olarak tanımlanmaktadır (Gökberk, 1967).

Öznel iyiliği ikinci olarak tanımlama çabası sosyal bilimcilerden gelmektedir. Bu görüşe göre yaşam doyumunu sınıflandırmak ve kararlı standartlara bağlamak, bu standartlarla kavramın tanımını yapmak gerekmektedir. Bu konuda pek çok çalışması olan Wilson (1967) öznel olarak iyi olan bireyin üstünlüğünü şöyle dile getirmektedir. Öznel iyiliğe ulaşmış kişi;

"Genç, sağlıklı, iyi eğitim görmüş, iyi para kazanan, iyimser, özgür, evli, yüksek benlik saygısı olan, moral açıdan iyi bir işe sahip, yüksek amaçları olan, entellektüel düzeyi yüksek kişidir." (S. 298)

Özetle, bireyin yüksek standartlar ile yaşamasını öznel iyilik olarak tanımlayan bu görüş daha sonraki yayınlarda eleştirilmiştir.

Öznel iyilik kavramıyla ilgili üçüncü tanım grubu ise, öznel iyiliğin kişinin duygusal durumu ile yakından ilgili olduğu varsayımına dayanır. Bu tanımda öznel iyilik coşkusal (emotional) deneyimlerin bütünü olarak belirlenmiştir. Bu grup tanımların odak noktası bireyin coşkusal ve bilişsel değerlendirmelerine dayanmasıdır (Shine and Johnson, 1978).

Öznel iyiliğin bu tür tanımı bireyin doyum yargılarını ve duygusal (affective) durumu içermektedir. Böylece öznel iyilik kişinin yaşam alanlarına ilişkin doyumunun örgütlenmesidir (Cutler, 1979).

Öznel iyilik durumuyla ilgili yayınlarda bu kavramla ilgili olarak mutluluk (hapiness), yaşam doyumunu (life satisfaction), olumlu duygulanım (positiv affect), olumsuz duygulanım (negatif affect) gibi kavramlara da yer verilmektedir.

Birçok kaynakta, öznel iyilik, doyum ve mutluluk kavramları birbiri yerine kullanılmaktadır. Ancak bu kavramlar arasında niceliksel farklar bulunduğunu belirten Andrews ve Withey (1974), öznel iyiliğin üç ögesi olduğunu belirtmektedir. Bunlar yaşam doyumunu yargılamaları, olumlu duygulanım, olumsuz duygulanımdır.

Aynı yazarlar mutluluğu da olumlu duygulanımın yoğun olarak yaşadığı zaman süreci olarak değerlendirmektedirler.

Özetle ifade edilecek olursa öznel iyilik kavramı olumlu ve olumsuz duygulanım ile yaşam doyumunu kavramlarını kapsamaktadır. Liang (1980) öznel iyilik durumunu ruh sağlığı, yaşam kalitesinin algılanması ve yaşama başarılı bir uyumun sonucu olarak görmektedir.

Emmons (1980), olumlu duygulanımı, kişinin mutluluk eğlenece gibi yaşantılarının düzeyi olarak tanımlarken, olumsuz duygulanımı ise herhangi bir durumla ilgili hoş olmayan duyguları içerdiğini söylemektedir.

Neurgarten(1961), yaşam doyumunu şöyle tanımlamaktadır: Bir insanın beklentileri ile elde ettiklerinin karşılaştırılması ile elde edilen durum ya da sonuçtur ve kişinin amaçlara erişmekteki bilişsel değerlendirmelerinin bir ürünüdür.

Bu üç kavramın birbiriyle ilişkisi ampirik bir sorundur. Bu konudaki birçok çalışma, olumlu ve olumsuz duygulanımın öznel iyilik durumu ile ilişkisi üzerinde odaklaşmıştır. Ancak son on yılda öznel iyilik durumunun ölçülebilmesinde öznel iyiliğin iki ögesi olduğu ve bu kavramın ölçülmesinde bu iki ögenin açıklanması gereği üzerinde durulmuştur (Campbell, 1976).

Birinci öge; öznel iyiliğin öznel olmasıdır. Yani öznel iyilik bireysel deneyimlerden oluşmaktadır. İkinci öge; bireyin kendi yaşamının genel bir değerlendirmesini yapması ile ölçülebilmesidir. Bununla birlikte doyum (satisfaction) ya da duygulanım (affect) bireyin kendi yaşamına ilişkin bilişsel yargılarını da içermektedir. Örneğin duygu durum skalaları, depresyon ya da diğer envanterler düşük iyi olma halini ölçmektedir (Campbell, 1976).

Öznel iyiliğin ölçülmesinde bir diğer tartışma konusu bu kavramın yapısıdır. Eğer bu kavram doyum ile ilgiliyse, bu, yaşamın öznel alanlarının çok yönlü bileşiminden oluşmaktadır (iş, evlilik, sağlık, v.b.). Bu da kişinin doyum yargılarına ve şüphesiz kültüre bağlı bir yaşantıdır. Evrensel bir doyum yapısı yoktur, ancak benzer doyum yapıları bazı grup ve kültürler için geçerlidir (Cutler, 1979).

Bu konudaki yayınlar incelendiğinde, bu kavramın ölçülmesine ilişkin ampirik tartışmalardan bir diğerinin de, öznel iyiliğin ögeleri olan olumlu ve

olumsuz duygulanımın birbirleri ve öznel iyilik kavramı ile ilişkisi konusunda olduğu görülmektedir. Bu konuda boylamsal çalışmaları olan Bradburn (1969), olumlu ve olumsuz duygulanımın birbirinden bağımsız olduğu fikrini ortaya atmıştır. Bradburn'un bu bulgusu alandaki tartışmaları yoğunlaştırmış, bu nedenle skalası çokça kullanılmıştır. Aynı bulgu birçok araştırmada tekrar tekrar elde etmiştir. Daha sonra başka ölçümler ve metodolojik yaklaşımlar kullanılarak yapılan araştırmalarda, Bradburn'un olumlu ve olumsuz duygulanımın birbirinden bağımsız olduğuna ilişkin bulgusu desteklenmemiştir (Braynt and Veroff, 1982). Çünkü bu araştırmacılar Bradburn'un skalasında var olan sınırlılıklar nedeniyle sonuçların etkilendiği konusunda görüş birliğine varmışlardır. Ölçekteki sınırlılıklar ise şöyle özetlenmektedir:

a) Olumlu duygulanım maddeleri hoşnutluk yaratmakta ve bunu güçlü olarak yansıtmaktadır.

b) Ölçekte spesifik duygulanım içermeyen oldukça fazla madde bulunmaktadır.

c) Ölçek, basit olarak duygulanımların ortaya çıkmasını ölçmekte, ancak sıklık derecesine ya da şiddetine ilişkin ölçüm yapmamaktadır.

d) Ölçek, istenen tepkiyi gösterme eğilimi yaratmakta, bu yönden sonuçlar olumsuz olarak etkilenmektedir (Brener, 1975, Kozma and Stones, 1980, Larsen, Diener and Emmons, 1983).

Çok çeşitli çalışmalar incelendiğinde olumlu ve olumsuz duygulanımın istatistiksel olarak üç türlü ilişki gösterdiği görülmektedir.

1. Olumlu ve olumsuz duygulanımın hiç kolerasyon göstermediği bulgusu.
2. Olumlu ve olumsuz duygulanımın ters yönde kolerasyon gösterdiği bulgusu.
3. Olumlu ve olumsuz duygulanımın ortalama düzeyde pozitif korelasyon gösterdiği bulgusu (Diener, 1984)

Bu çelişkili bulguları açıklamak amacıyla Diener ve arkadaşları (1984), yaptıkları boylamsal araştırmada şu sonuçlara ulaştıklarını belirtmektedirler:

"Öznel iyilik durumu üç açıdan ölçülebilir. Duygulanımın türünün sıklığı, yoğunluğu ve bu iki ayrı öğeden oluşan duygulanımın ortalama düzeyi. Bu üç kavram, ölçeklerin içeriğinde:

a) Ölçek duygulanımın frekansını (sıklığını) ölçüyor ise olumlu ve olumsuz duygulanım arasında güçlü bir ters kolerasyon vardır.

b) Eğer kullanılan ölçek hem yoğunluk hem de frekans (sıklık) maddelerini içeriyorsa duygulanımın ortalama düzeyini ölçmeye yaklaşır ve sonuçlar olumlu ve olumsuz duygulanım arasındaki bağımsızlığı ortaya çıkarır ki, bu durumda bu iki kavram korelasyon göstermiyor demektir.

c) Son olarak, eğer duygulanımın yoğunluğu, ölçülüyorsa, olumlu ve olumsuz duygulanımın pozitif yönde güçlü bir korelasyon göstereceği bulunacaktır." (S. 562).

Bu ölçümlerin sonucuna ilişkin bulguların neden bu biçimde olduğunu ise Diener (1984) ve arkadaşları şöyle açıklamaktadırlar:

"1. Neden: Olumlu ve olumsuz duygulanım zamanın belirli anlarında bağımsız değildirler. Neden ve hangi mekanizma ile oluştuğu henüz anlaşılmamış olmasına rağmen duygulanımın bir türü diğerini engellemektedir.

2. Neden: Bu önleyici mekanizma nedeniyle duygulanımın iki türü oluşumların sıklığı açısından bağımsız değildirler. Yani olumlu duygulanım ne kadar çok yaşıyorsa olumsuz duygulanım o kadar az hissedilecektir.

3. Neden: Kişi uzun zaman periyotları geçtikçe olumlu ve olumsuz duygulanımın ortalama düzeyleri ölçüldüğü zaman bir korelasyon gösterirler. Çünkü ortalama düzey hem frekansın hem de yoğunluğun bir sonucudur. Böylece yoğunluk açısından kişiden kişiye pozitif ilişkileri frekans açısından ters ilişkiyi ortadan kaldırır." (S. 564).

KONUNUN KURAMSAL TEMELİ

Eski Yunan felsefecilerinden bu yana, mutluluğu anlama konusunda çok az ampirik çalışma yapılmıştır. (Wilson, 1967). Bu konuda kuramsal pek çok görüş olmasına karşın son yıllardaki gelişmeler hâlâ sınırlıdır. Bu konuda belli başlı artı yaklaşım söz konusudur. Bunlar Belli Noktaya Erişme (Telic), Haz ve Acı (Pleasure and Pain), Etkinlik (Activity) Yukarıdan Aşağıya- Aşağıdan Yukarıya (Top-Down versus Bottom-up) İlişkilendirici (Associationistic), Yagı (Judgement) kuramları olarak sıralanabilir.

I. BELLİ BİR NOKTAYA ERİŞME (TELİC OR ENDPOINT) KURAMI

Bu kuram, 1960'lı yıllarda Wilson tarafından önerilmiştir ve kuramsal çerçevesinde "ihtiyaçların doyurulması mutluluğa ve doyuma neden olur, bunun karşıtı durumlar ise mutsuzluk yaratır" görüşü vardır. Bir başka deyişle, iyi olmanın ve mutluluğun belli bir amaç veya gereksinime bağılı olduğu ve ancak ve bu gerçekleştiğinde mümkün olabileceği söylenmektedir (Wilson, 1960).

Bu kurama karşı, hangi isteklerin ve amaçların daha önemli olduğu ve isteklerin birbirleri ile ilişkisinin ne türde olduğu sorusu en önemli eleştiridir. Ayrıca mutluluğun isteklerin doyurulmasıyla mı, yoksa istenilen objeye ulaşma ile mi ilgili olduğu bu kuramda önemli bir sorundur. Scitovsky (1976), kişinin bu amaçlarına erişme yolunda olmasının daha doyurucu olduğunu ifade etmektedir.

Gereksinim kuramlarında iki görüş tartışılmaktadır. Birincisi birey farkında olsun olmasın, bir takım ihtiyaçların doyurulması mutluluğa yol açar görüşüdür. İkincisi ise, birey ancak farkında olduğu bir takım amaç, istek ve ihtiyaçların doyurulmasında mutluluğa erişebilir görüşüdür. Birey çeşitli amaçlar için savaşım verir ve ancak buna eriştiğinde mutluluğu elde eder. Bireyin belli amaçları için çeşitli değer yargıları rol oynarken, ihtiyaçlar evrensel olabilir. Örneğin Maslow'un öne sürdüğü gibi (Michalos, 1980). Maslow ihtiyaçların bütün bireylerde evrensel bir sıra izlediğini belirtmektedir. Bireyler belli bir düzeyde doyuma ulaştıklarında öznel iyilik durumu oluşur,

fakat daha üst düzeydeki ihtiyaçlar doyrulduğunda mutluluk da daha üst düzeyde olacaktır (Diener, 1984).

Bu görüşlere üç temel eleştiri yöneltilmektedir. İhtiyaçlar evrensel ise bunların doyrulması ile ortaya çıkan mutluluk bütün kültürlerde aynı olmalıydı, oysa doyum ya da mutluluk bütün kültürlerde farklı bir sistematik izlemektedir. İkinçisi, bireylerin amaçları ve istekleri farklı olabilir, böylece doyuma ulaşmada aynı yollar izlenmeyebilir. Üçüncüsü, herhangi bir amacı veya isteği olmayan bireylerin mutluluğa ulaşması mümkün görünmemektedir (Diener, 1984).

Yaşam planı amacı önemli bir amaç olarak bu kuramın içeriğindedir. Bu konu ile ilişkili olarak Plays ve Little (1983) yaptıkları bir çalışmada, bireylerin kendilerine özgü plan ve projelerinin olduğu ve bunların bütün proje sistemi içinde olduğu varsayımını ileri sürmüşlerdir. Bu projeleri ölçmüşler ve doyrumsuz bireylerin uzun süre içinde dllendirilebilecek amaçları olduğunu, kısa süreli doyrumlardan ve eğlencelerden hoşlanmadıklarını bulmuşlardır. Doyrumu daha yüksek olan bireylerin daha eğlenceli, zorluğu daha az ve o zaman için daha önemli projeler yapmakta olduklarını bulmuşlardır.

Bu yaklaşıma göre, öznel iyiliği etkileyen pek çok değişken vardır. Birincisi, bireylerin kısa sürede kendilerini mutlu edecek amaçları olmalıdır. Uzun süreli amaçlar mutluluğu azaltan bir unsurdur. Mutluluğa gösterilen sosyal destek, bunun varolan bir istek ile bağlantılı olduğunu göstermektedir (Campbell, 1976). Scitovsky (1976), uygun düzeyde uyarıların olumlu doyrulanımı yükselttiğini belirtmektedir.

Amaçlar ve istekler gereksinimlerden daha bilinçlidir pek çok birey kendileri için önem taşıyan bir amacı gerçekleştirdiklerinde mutluluk duyarlar. Bazı kuramcılar mutluluğun gerçekleşmesinde bazı amaçların diğerleri ile çeliştiğini belirtmektedir. Bireylerin daha mutlu olabilmesi için amaçlarının düzenli bir biçimde bütünleştirilmesi ve bu amaçların doyurulması üzerinde dururlar (Diener, 1984).

II. HAZ VE ACI (PLEASURE AND PAIN) KURAMI

Bu kuramsal yaklaşım, Wilson'un ortaya koyduğu gereksinim kuramından temel almaktadır. Bu formülasyona göre, eğer bireyin ihtiyaç ve amaçları tam anlamı ile doyurulursa en büyük mutluluğa ulaşacağı düşünülebilir. Houston (1981) genetik yapımız ile en fazla bastırdığımız ihtiyaçlarımızı doyurduğumuzda en büyük haza erişeceğimizi belirtmektedir. Benzer bir biçimde Wilson (1967), ihtiyaçların doğada dairesel bir döngü biçiminde olduğunu ve belirli bir sırayı izlediğini söylemektedir. Bu dairesel döngü içinde, ihtiyaçların doyurulmasının en önemli mutluluğu oluşturduğunu belirtmektedir.

Tatarkiwicz, bireyin haz ve acıya ilişkin önemli kaynakları vardır demektir. Hoşlanımın kaynakları arttıkça acının kaynakları da artacaktır. Bu kaynaklara alışmanın mutluluğu yaratmayacağı, ancak kaybında mutsuzluğun olacağı belirtilmektedir (Diener, 1984). Bu formülasyon belirli bir alışkanlığı temel almaktadır. Birey haz ve acı veren objelere alıştıkça hazzın ve acının da düzeyi düşmektedir. Bireyin uyum sağladığı durumların varlığının doyumda

değişiklik yaratmayacağı belirtilmektedir. Örneğin uzun süreli zenginlikler ya da fakirlikler doyumda değişiklik yaratmamaktadır (Costa, 1980).

Haz ve acı kuramı daha sonraları araştırmalarca desteklenmemiştir. Bu kuram öznel iyilik üzerinde süregiden durumlardaki ufak değişiklikleri açıklamak için kullanılabilir. Ancak kuram doyumun bireysel farklılıklarını açıklamakta yetersiz kalmaktadır (Costa 1980).

III. ETKİNLİK (ACTIVITY) KURAMI

Etkinlik kuramı, mutluluğun bireyin kendi etkinliğinden kaynaklandığı temel varsayımına dayanır. Aristoteles etkinlik kuramının ilk ve en önemli temsilcisidir. Ona göre mutluluk, bireyin erdemli etkinliklerinden kaynağını alır. Modern anlayışa göre etkinlikler bütüncül terimlere ifade edilir; hobiler, sosyal ilişkiler ve egzersizler gibi. Etkinlik kuramında en son tema bireyin kendini anlamasının mutluluğu azalttığı biçimindedir. Sürekli olarak mutluluğu elde etme üzerinde durma fikri kendini tahrip edicidir. Bu yaklaşıma göre eğer bir birey önemli etkinlikler üzerinde yoğunlaşırsa mutluluk kendiliğinden gelecektir (Diener, 1984).

Csikszentmihalyi (1982), etkinlik ile öznel iyiliğin ilişkisini gösteren bir formülasyon yapmaya çalışmıştır. Buna göre etkinlikler bireyin beceri düzeyiyle doğru orantılı olduğunda hoşlanım daha fazla olmaktadır. Etkinlik çok zorsa anksiyete ortaya çıkabilir. Birey yoğunlaşma gerektiren bir etkinlik içinde ise ve bireyin becerisi bunu gerçekleştirebilecek düzeyde ise bireyin mutluluğu bu deneyim sonunda var olacaktır. Dağa tırmanma bu tür bir etkinliğe örnek olabilir (Diener, 1984).

IV. YUKARIDAN AŞAĞIYA-AŞAĞIDAN YUKARI (Top-Down-Bottom Up) KURAMI

Bu yaklaşım modern psikolojide yer alan popüler görüşlerden biridir. Bazı kuramcılar, mutluluğun küçük küçük hoşlanımların bir araya gelmesinden doğduğunu belirtmektedirler (Aşağıdan Yukarıya). Bu görüşe göre, birey yaşamındaki mutluluğa bakarken kendisi için mutlu olan ve olmayan dönemlerin değerlendirmesini yapmaktır. Bu görüşe göre, mutlu bir yaşam mutlu dakikaların bir araya gelmesinden oluşmaktadır (Kozma and Stones, 1980).

Campbell ve Rodger (1976) kişinin yaşamına ilişkin önemli on alan belirlemiş (aile, evlilik, iş, vb.) ve bu alanlarda kişinin kullandığı bilişsel stratejilerin bir fonksiyonu olarak öznel iyiliğin oluştuğunu vurgulamışlardır.

Yukarıdan Aşağıya (bottom up) yaklaşımına göre ise, olumluluğu görmek için bir potansiyel güç vardır. Birey mutlu olduğu için yaşamından doyumludur. Bunun tersi geçerli değildir. Birey kişiliğinin bütün özelliklerine göre olaylara yaklaşır. Örneğin, olaylara iyimser bir bakış açısı ile bakan bireyin dayanma gücü yüksektir (Tolor, 1978).

Adrews ve Withey (1976), yaşam doyumunu yordarken, yordayıcı olarak alınan temel doyumların önemi yoktur demektir. Önemli olan bireyin bu temel doyumları neden ve nasıl seçtiğidir; mutlulukta bireylerin kişilik özelliklerinin ve bilişsel süreçlerin anlaşılması önemlidir.

Lewinsohn ve arkadaşları (1974) bir başka çalışmasında her iki formülasyonun kısmen doğru olduğunu belirtmektedirler. Önemli olan bunların

etkileşimlerinde neler olduğudur. Çünkü bireyler olaylara öznel açıdan yaklaşırlar. Burada bazı aşağıdan yukarıya (bottom-up) süreçlerin etkili olduğunu belirtilmişlerdir. Bunun yanısıra bazı olaylar her bireyde aynı mutluluğu doğurur, bu durumlarda da yukarıdan-aşağıya (top-down) yaklaşımları etkilidir. Chekola (1975), bunu "mutluluğun bütünleştirilmesi" kavramı ile ifade etmektedirler.

V. İLİŞKİLENDİRİCİ (Associationistic) KURAM

Bireylerde neden bazı özelliklerin mutluluğa yol açtığı konusunda pek çok model çalışılmaktadır. Bu kuramların bir çoğu hatırlama, şartlama veya bilişsel ilkeler üzerinde durmaktadır (Diener, 1984). Bu tür yaklaşımlara göre, olaylara bireylerin verdikleri anlamlar önemlidir. Birey için olumlu olaylar birey tarafından içrel etmelere bağlanıyorsa bu en büyük mutluluk kaynağı olmaktadır (Schwarz and Clore, 1983).

Bilişsel yaklaşımlarda hatırlamayı temel alan Brown, bireylerin geçmiş yaşantıları ile ilişkiler kurup "bu anı" değerlendirdiklerini ve bunun da içinde buldukları duygusal durumu etkilediğini belirtmektedir (Diener, 1984).

Hatırlamaya ilişkin çalışmalara bakıldığında, bireylerin kendileri için olumlu yaşantıları daha kolay hatırladıkları, olumsuz yaşantıları ise daha sınırlı hatırladıkları bulunmuştur. Geçmişte bu tür olumlu olayları çok sık yaşayan bireylerin bu anı daha olumlu değerlendirdikleri ve daha çok mutlu oldukları belirtilmektedir (Diener, 1984).

Zajonc (1980), duygusal tepkilerin bağımsız bir biçimde ortaya çıktığını ve hemen sonra bilişsel gelişimin olduğunu, bunun da mutluluğa yönelik

şartlandırılmış yaklaşımı ortaya çıkardığını ifade etmektedir. Fordyce (1977), bireyin olumsuz düşünceleri atmak için gösterdiği bilinçli girişimlerin mutluluğu artırdığını belirtmiştir. Goodstein (1980), aynı görüşü desteklemektedir.

Bu kurama yöneltilen en önemli eleştiri dış olayların kişisel çağrışımlar ile ilişkisinin bütünleştirilememiş olmasıdır. Pollyannacı kişiliklerin başarısının dış uyaranları olumlu olarak anlamlandırmaya mı, yoksa olumlu olaylar yaratmadaki becerilerine mi bağlı olduğu açık değildir (Diener, 1984).

VI. YARGI (Judgement) KURAMI

Pek çok kuram mutluluğun bazı standartların ve gerçek durumların karşılaştırılması sonucunda ortaya çıktığı üzerinde durmaktadır. Eğer gerçek durumlar standartlara yaklaşırsa mutluluk ortaya çıkar. Doyum durumunda bu bilinçlidir. Duygu durumu sözkonusu olduğunda ise standartlarla bilinçdışı bir karşılaştırma yapılmaktadır (Diener, 1984).

Yargılama kuramlarında bireyin kullandığı standartlar önemlidir. Sosyal karşılaştırmalarda birey kendisini karşılaştırma yaptığı bireyden daha iyi hissederse doyum oluşur. Bu tür sosyal karşılaştırmalar ruh sağlığını etkilemektedir. Wills (1981), bireyin kendisinden daha az şanslı insanlarla yaptığı kıyaslamaların bireyin öznel iyilik durumunu artırdığını belirtmektedir. Kearl (1981), diğer insanların kötü şartlar altında yaşadığını düşünen bireylerin yaşam doyumlarının daha fazla olduğunu ve maddi doyumun sağlanmasının ancak toplumdaki diğer insanlar ile karşılaştırmaların yapılmasında ortaya çıkabileceğini belirtmektedir. Buna karşılık Diener ve

arkadaşları (1984), doyumun bilişsel yargılamaların bir ürünü olduğunu, önemli olanın kişinin algılamaları ve değerlendirmeleri olduğunu belirtmektedir. Örneğin sağlık, refah, gelir düzeyi doyum için önemli değişkenlerdir ancak kişiler buna farklı değerler atfedebilir, dolayısıyla önemli olan algılanmış sağlık, algılanmış refah, algılanmış gelir düzeyidir Diener, (1984), yargılama kuramlarında "dilek düzeyinin" önemli bir kavram olduğunu belirtmektedir. Buna göre, bireyin yaşamındaki şartlarla bu şartların birey tarafından değerlendirilmesi arasındaki fark önemlidir. Michalos (1980), mutluluğun bireyin bütün istekleri ile doyurulan istekleri arasındaki orana dayandığını belirtmektedir. Birey karşılaştırmalarını sosyal, uyumsal açıdan ve şartlar açısından yapmaktadır.

Bu kurama getirilen eleştiri, hangi tür karşılaştırmaların, ne zaman ve ne şekilde, hangi mekanizma ile yapıldığına ilişkin bilgilerin yetersiz olmasıdır (Diener, 1984).

İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Kaynaklar incelendiğinde yaşam doyumu konusunda pek çok araştırma yapıldığı görülmektedir. Ancak bu araştırmaların daha çok yaşlı kişiler üzerinde gerçekleştirildiği dikkati çekmektedir. Ayrıca, genellikle yaşam doyumu ile demografik özellikler arasındaki ilişkinin vurgulandığı da söylenebilir. Bu demografik özelliklerden en çok yaş, cinsiyet, ırk, iş durumu, eğitim düzeyi din ve medeni durum inceleme konusu yapılmaktadır. Yaşam doyumuna etkisi olduğu düşünülen diğer değişkenler ise, toplumsal ilişki, kişilik özellikleri, biyolojik etkenler ve benzerleridir.

Bütün bu değişkenler aşağıdaki bölümde ele alınacaktır. İzlemeyi kolaşlaşırmak açısından araştırma bulguları belirli başlıklar altında gruplanmıştır.

a) Yaşam Doyumunu ile Yaş İlişkisi:

Yaşam doyumunun, demografik özelliklerle ilgesi oldukça fazla araştırmaya konu olmuştur. Bu özelliklerde en çok araştırılanı ise yaş ve yaş gruplarının yaşam doyumunu açısından karşılaştırılmasıdır.

Yaşam doyumunu ile yaş ilişkisi araştıran çalışmalarda en genel bulgu yaş arttıkça yaşam doyumunun azaldığı şeklinde dir (Robinson, 1973).

Cameron (1967), yaşları 59 ve üzerinde olan 72 denek ile yaşları 18-20 arasında değişen 75 deneği yaşam doyumunu açısından karşılaştırılmıştır. Yaşlı grup ruh sağlığı bozuk, beden sağlığı bozuk, ruh ve beden sağlığı yerinde olmak üzere üç gruba ayrılarak incelenmiştir. Sonuçta, yaşam doyumunu açısından en önemli farkın ruh sağlığı bozuk yaşlı grubun genç gruba oranla anlamlı derecede doyumsuz olması olduğu bulunmuştur.

Bir başka çalışmada Brotner (1970), yaş ortalamaları 45.58 olan 1549 denek üzerinde yaptığı çalışmada, bu grubun genç gruba oranla yaşam doyumunun daha düşük olduğunu saptamıştır.

Yaşam doyumuna ilişkin oldukça yoğun çalışmalar yapmış Campbell ve arkadaşları, yaşla genel iyi olma durumu arasındaki korelasyonun pozitif olduğunu fakat çok mutlu olmanın yaşla azaldığını vurgulamaktadır. Ayrıca, gençlerin olumlu ve olumsuz duygulanımları daha yoğun yaşadıklarını, ancak

yaşlı insanların gençlere göre yaşamlarını daha olumlu değerlendirdiklerini belirtmektedir (Robinson, 1973).

Spreitzer (1974), yaşları 65 ve üzerinde olan 100 kadın ve 100 erkeği denek olarak aldığı çalışmasında, bu yaş grubunun genç yaş grubuna göre daha doyumsuz olduğunu bulmuştur. Ayrıca, yaşlı insanların mali durumlarının ve fiziksel sağlıklarının olumlu olarak algılanıyor olmasının yaşam doyumlarında önemli bir belirleyici olduğunu saptamıştır.

Hunsberger (1985), 85 (33 erkek, 52 kadın) denek üzerinde dinsel inançların yaşam doyumuna etkisini yaş ve cinsiyet açısından ele alındığı çalışmasında, genç gruptaki dinsel tutum (dinsel inanç ve tutumlar Ortodoks Hristiyanlık Skalası ölçülmüş) yaşlı gruba göre anlamlı derecede düşük bulmuştur.

Yaşam doyumunun yaşla azaldığı şeklindeki genel bulgulara karşın, yapılan bazı çalışmalar bu bulguyu desteklememektedir. Bu bağlamda, Clemente (1976), 1347 yetişkin üzerinde sosyal katılım, algılanmış sağlık, yaş ve irkin yaşam doyumunu üzerindeki etkisini araştırmıştır. Yaş dışındaki diğer bağımsız değişkenlerin daha önceki bulgularla paralellik gösterdiğini, ancak örneklemden yaşlı grubun gençlere göre daha doyumlu olduğunu bulmuştur. Yazar bu bulgusunu şöyle yorumlamaktadır:

" Yaşlanma ile birlikte belli bir doyuma ulaşma daha yerleşik hale gelmektedir."

(S.622)

Kyriakos (1979), yaşları ortalama 60 olan 141 kadın ve erkek denekten oluşan çalışmasında genç gruptan farklı olarak yaşlılarda yaşam doyumunun en önemli belirleyicisinin sağlık ve etkinlik düzeyi olduğunu bulmuştur.

Cutler (1979), 2552 denekten oluşan çalışmasında 7 yaş grubunu (18-24, 25-34, 35-44, 45-54, 55-64, 65-74) yaşam doyumunda etkili 12 yaşam alanı açısından karşılaştırmıştır. Buna göre, tüm yaş gruplarında bir sisteme ait olma yaşam doyumunun en önemli belirleyicisi olarak ortaya çıkmıştır. Ayrıca diğer yaşam alanlarının yaşam doyumunu açısından yaş grupları ile karşılaştırılmasında şu sonuçlar elde edilmiştir: 65-74 yaş grubunda en önemli ikinci doyum alanı refah, 55-64 yaş grubunda ulusun güvenliği, 45-54 yaş grubunda refah, 35-44 yaş grubunda iş ve mali durum, 25-34 yaş grubunda aile, arkadaşlık ve iş, 18-24 yaş grubunda arkadaşlık, aile ve hobilerin gerçekleştiriliyor olmasıdır.

Diener (1984), yaşam doyumunu ve yaş ilişkisinin çok yaşlı ve çok gençlerde farklı olmadığını, en önemli farklılığın her iki gruba göre 45 yaş dolaylarında olduğu, bu yaş grubundaki her iki cinsten insanların çok yaşlı ve çok genç gruba göre daha doyumusuz olduğunu belirtmektedir.

b) Yaşam Doyumu ile Cinsiyet İlişkisi:

Mutluluk ya da yaşam doyumunu konusunda cinsler arasında önemli farklılıklar yoktur. Cinsiyet tek başına yaşam doyumunda etkili olmazken, diğer demografik değişkenlerle birlikte ele alındığında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmaktadır. (Diener 1984, Reich 1981, Mechanic 1989, Kyriakos 1979, Hunsberger 1985, Spreitzer 1974, Medey 1980).

Eugene (1975), 211 kadın ve erkekten oluşan çalışmasında fiziksel çekiciliğin, mutluluğa olan etkisini araştırmıştır. Buna göre kendilerini fiziksel olarak çekici bulan kadınlar, erkeklere oranla kendilerini daha doyumlu olarak algılamaktadırlar.

Tait (1989), çalışan kadın ve erkeklerin iş doyumları ile yaşam doyumları arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmasında (çalışma yetişkin denekler üzerindedir), çalışan kadınlar erkeklere göre daha doyumlu olduğunu belirtmektedir.

Haavio (1971), yalnız ya da boşanmış kadınların, yalnız ya da boşanmış erkeklere göre, ayrıca işveren konumunda olan kadınların aynı konumda bulunan erkeklere göre daha doyumlu olduğu bildirilmektedir.

Vallerand (1989) bakımevinde kalan 200 yaşlı kadın ve erkeği yaşam doyumu düzeyleri açısından karşılaştırıldığı çalışmasında cinsler arası bir farklılık bulamadığını rapor etmektedir.

Mc Rae (1989), emosyonel stresin kadın ve erkeklerde yaşam doyumu düzeyleri açısından fark yaratıp yaratmadığını araştırdığı çalışmasında aynı emosyonel stres altında kadınların erkeklere göre daha doyumlu olduğunu bulmuştur.

Crohan ve arkadaşları (1989), etnik, ırk ve cinsiyet farklarının yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisine baktığı çalışmada, beyaz kadınların siyah kadın ve erkeklere göre daha doyumlu olduğunu belirtmektedir.

Verkuyten (1989), 2511 tek çocuğun çok kadeşli çocuklara göre psikolojik iyi olma durumlarını araştırmıştır. Araştırmacı cinsler arasında tek çocuk olma ile ilgili bir fark bulamadığını bildirmektedir.

Verkuyten (1986), Hollanda'da yaşayan, yaşları 13 ile 16 arasında değişen 104 Hollandalı 157 Türk genci üzerinde yaptığı çalışmada etnik

farkların mutluluk üzerindeki etkisini araştırmıştır. Araştırmacı mutluluk konusunda her iki grupta da cinsler arasında farklılık olmadığını belirtmektedir.

Kıssman (1989), 957 ergen ve ailesi üzerinde yaptığı çalışmada aile desteğinin psikolojik iyi olma durumuna etkisini araştırmaktadır. Bu açıdan cinsler arasında bir farklılık bulunamadığını rapor etmektedir.

Mechanic (1989), boşanmanın aile anlaşmazlıklarının, ergenlerin psikolojik olarak iyi olma durumu üzerindeki etkisini araştırdığı çalışmasında cinsler arasında bir farklılık olmadığını bildirmektedir.

Armsden (1987), yaşları 16 ile 20 arasında değişen 179 lise öğrencisini benlik saygısı, yaşam doyumunu ve başarının kalitesinin algılanmasında aile ve akran grubundaki bağlılık açısından karşılaştırılmış ve cinsler arasında bir farklılık olmadığını bulunmuştur.

c) Yaşam Doyumu ile Irk ve Din İlişkisi:

Amerika'da genellikle siyahların beyazlara göre daha düşük doyuma sahip oldukları görüşü, birçok çalışmada desteklenmiştir (Robinson 1973, Diener 1984, Alston 1974, Andrews and Withey 1976).

Diener (1984) bu bulgunun evrensel olmadığına değinirken, siyahlarla beyazlar arasında eğitim, yaş, gelir, medeni durum, şehirde yaşama gibi önemli kontrol edici etkenler arasında farklar olduğuna dikkati çekmektedir. İki ırk grubunu karşılaştırırken farklı doyum yordayıcıları olabileceğini belirtmektedir.

Robinson (1973), öznel iyilik durumunda siyahların aleyhine olan düşüklüğün, tüm faktörleri ile siyahların kariyerini belirlemede olduğunu, bununla birlikte Campbell ve arkadaşlarının boylamsal çalışmalarında ülkesel örneklemede yaşlı siyahların yaşlı beyazlara göre daha mutlu olduğunu bildirmektedir.

Gibbs, 1946-1966 yılları arasında seçkin bir siyah grup üzerinde yaptığı çalışmada (yüksek eğitilmiş, yüksek gelirli, yüksek statüde) benzer özelliklere sahip beyazlara göre daha doyumsuz olduklarını bulmuş ve bulgusunu şöyle yorumlamıştır: Elit siyah grubun politik konularda aydınlanmış olması ırkı üzerindeki olumsuzlukları farketmesine yol açmakta, bu da doyumsuzluk yaratmaktadır (Diener, 1984).

Coleman (1989), yaşları 40 ile 64 arasında değişen 186 beyaz kadın ve 202 beyaz erkek ile 254 siyah kadın ve 169 siyah erkek üzerinde iş doyumu, rol stresi, mesleki statü ve kişisel gelirden algı kontrolünün yaşam doyumu ve mutluluk üzerindeki etkisini araştırmıştır. İş doyumu, siyah erkekler ve beyaz kadınlar için yaşam doyumu açısından diğer iki gruba göre daha güçlü pozitif ilişki göstermiştir. Ayrıca beyaz erkek ve siyah kadınlar için kişisel gelirden algı kontrolü yaşam doyumu ile olumlu ilişkiler göstermiştir. Kontrol değişkenlerinden evli olma bütün gruplarda, yaşam doyumu ile olumlu korelasyon göstermiştir.

Verkuyten (1986), Hollanda'lı ergenlerle Türk ergenlerinin etnik köken farklılığının onların yaşam doyumu üzerinde bir değişiklik yaratmadığı belirtmektedir.

Yaşam doyumu ile din arasındaki ilişkileri araştıran çalışmalar oldukça azdır.

Diener (1984) öznel iyilik durumu ile dinsel inanaç arasında genellikle pozitif bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Robinson (1973), Campbell ve arkadaşlarının boylamsal çalışmalarında, kişilerin hayatında dinsel inancın potansiyel bir güç olarak yaşam doyumunu etkilediğini, 65 yaş ve altında ise yaşam doyumunda dinsel inancın etkisinin anlamlı farklılıklar gösterdiğini bildirmektedir. Pollner (1989) dinsel inancın sosyal ilişki ve yaşam doyumuna etkisi araştırdığı çalışmada, ikiyüze yakın yetişkinle çalışmıştır. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında ise dinsel inancın sosyal ilişkide farklılık yaratmadığını ancak tanrıya bir dereceye kadar kendini yakın hissedenden yetişkinlerin tanrıya inancı olmayanlara göre yaşamlarından daha doyumlu olduğunu rapor etmiştir.

Hunsberger (1985), 52 kadın, 33 erkekten oluşan toplam 85 denek üzerinde yaptığı çalışmada, dinsel inançların yaşam doyumuna etkisini yaş ve cinsiyet açısından araştırmıştır. Dinsel inanç ve tutumları Ortodoks Hristiyanlık Skalası ile, yaşam doyumunu ise kendi geliştirdiği 10 maddelik bir ölçek ile ölçmeye çalışılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, daha genç gruptaki dinsel tutum puanları diğer gruba göre anlamlı bir düşüş göstermiştir. Dinsel tutum puanları ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki pozitif bulunmuştur.

d) Yaşam Doyumu İle İş ve Gelir Düzeyi İlişkisi

Robinson (1973), Campbell ve arkadaşlarının yaptıkları çalışmada, gelir ve iş, yaşam doyumunda kontrol edici olduğunda, mutsuz grubun çalışmayan

insanlar olduğunu bulmuştur. Yaşam doyumunda işsizliğin olumsuz etkilerinin mali güçlüklerden kaynaklandığı belirtilmektedir. Catalano ve Dooley (1977), bölgesel işsizliğin oranının yaşam doyumunun önemli bir yordacısı olduğunu göstermiştir.

Wright (1978), öznel iyilik durumunda her iki cins için işsizliğin etkili olduğunu belirtmektedir. Bununla birlikte evde çalışanların maaşlı işlerde çalışanlara göre daha mutsuz olduğuna işaret etmektedir.

Schmitt (1985), yaşam doyumunu ile iş doyumunu arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmada yaşam doyumunu ile iş doyumunu arasındaki ilişkinin oldukça güçlü olduğunu bildirmektedir. Ayrıca yaşam doyumunun iş doyumunda önemli bir yordacı faktör olduğu da belirtilmektedir.

İris (1972), iş doyumunu ile yaşam doyumunu arasındaki ilişki düzeyini araştırdığı çalışmada, bu ilişkinin orta düzeyde olduğunu bulmuştur. Bu ilişki, bireylerin işine verdiği önem ve değer oranında daha da güçlenmektedir.

Korman (1978), iş doyumunda işle ilgili bireysel, çevresel ya da örgütsel etkenlerin önemli rol oynadığı belirtirken, normal dışı uyumsuz insanların daha az arkadaşça davrandığını. Duygusal açıdan daha dengesiz bireylerin işten aldıkları doyum da düşmektedir.

Shaffer (1987), çalışan ve çalışmayan 390 erkek 398 kadın lise mezunu denek üzerinde, doyum örüntülerini araştırdığı çalışmada, çalışmayanların çalışanlara göre daha doyumsuz olduğunu bulmuştur. Ancak her iki grupta da farklı doyum profillerinin olduğu belirtilmektedir.

Coleman (1989) iş doyumunu rol stresi, mesleki statü ve kişisel gelirden algı kontrolü ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye baktığı çalışmada,

yukarıda sözü edilen beş değişken ile yaşam doyumu düzeyi arasında orta derecede olumlu bir ilişkinin olduğunu bulmuştur.

Larson (1978), ülkelerin kendi içindeki gelir düzeyi ile öznel iyi olma durumu arasında pozitif bir ilişki olduğunu göstermiştir. Gelirle öznel iyilik durumundaki bu olumlu ilişkinin daha iyi eğitim, daha iyi yaşama, daha iyi sağlık olanakları gibi etkilere kaynaklandığını belirtilmektedir.

Eastarlin (1974), gelir düzeyinin yaşam doyumuna etkisini araştırdığı çalışmada, bir ülke içinde daha varlıklı kişilerin daha fakir olanlara göre daha mutlu olduğunu göstermektedir.

e) Yaşam Doyumu ile Eğitim Düzeyi İlişkisi:

Bir çok çalışma diğer faktörler kontrol edildiğinde eğitimin yaşam doyumu düzeyi üzerinde güçlü bir etkisi olmadığına işaret etmektedir (Diener, 1984).

Robinson (1973), Campbell ve arkadaşlarının 1957'den 1978'e kadar yaptığı boylamsal çalışmada, eğitimin gelir iş doyumu, mesleki statü gibi değişkenlerle birlikte ele alınması durumunda yaşam doyumunda bir farklılık yarattığını vurgulamaktadır.

Weaver (1978), eğitimin kişi için zenginleştirici etkisi olmasına karşın beklenti düzeyini artırdığından, hayatın alternatifleri için bireyi daha tedirgin hale getirdiğini söylemektedir.

Weir (1989), okul doyumunda en önemli etkinin okuldaki yaşam olayları, ve sosyal destek olduğunu belirtmektedir. Okulla sıkı ilişkisi olan ve

olmayan 400 denekli çalışmada, okulla sıkı ilişkileri olan öğrencilerin diğer gruba göre daha doyumlu olduğu saptanmıştır.

Krause (1986), olumlu okul yaşantılarının, benlik saygısıyla, fonksiyonel sosyal destekle ve yaşam doyumuyla orta derecede olumlu bir ilişkisi olduğunu göstermiştir.

f) Yaşam Doyumu İle Evlilik ve Aile Yaşamı İlişkisi:

Yaşam doyumunu ile evlilik ve aile yapısı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar genellikle evli olma ile yaşam doyumunu arasında olumlu bir ilişki olduğunu belirtmektedir. Ayrıca uygun aile desteği ve olumlu aile yaşantılarının yaşam doyumunun önemli yordayıcıları olduğunu ileri süren yazarlar da bulunmaktadır. Aşağıda bu araştırmalardan bazı örnekeler verilecektir.

Diener (1984), yaptığı tarama çalışmasında özenel iyilik ile evlilik arasında istatistiksel olarak anlamlı sonuçların olduğunu belirtmektedir. Evli kişilerin evli olmayanlara göre yaşam doyumlarının daha yüksek olduğunu belirtmektedir.

Glenn (1979), evliliğin eğitim, gelir, meslek kontrol edildiğinde, öznel iyiliğin en güçlü yordayıcısı olduğunu ileri sürmektedir.

Glenn (1981), evliliğin tek başına değil de evlilik içindeki ögelere bakıldığında evlilik ve aile hayatındaki doyumun en önemli yordayıcısı olduğuna işaret ederken, aynı çalışmanın bir diğer bulgusu evlilikte çocuk sayısının arttıkça ana-babaların yaşam doyumunu düzeylerini düşüştüğüdür.

Gottman (1989), evliliği üç yılın üzerinde olanlar ile olmayanları yaşam doyumu yordayıcıları açısından karşılaştırdığı çalışmasında, doyum yordayıcılarının farklılaştığını belirtmektedir. Evliliği üç yılın altında olan çiftlerin daha çok arkadaşlığa önem verdiği söylenmektedir. Her iki grupta da evlilikteki doyuma ciddi bir biçimde zarar verdiği belirtilen üç ilişki biçimi sırasıyla şöyledir: "İnatçılık", "sızlanma", "içe çekilmişlik".

Cristemen (1989), aile desteği yüksek olan 54 hemodiyaliz hastası üzerinde yaptığı çalışmada, aile desteği düşük olanlara göre bu deneklerin daha doyumlu olduğuna işaret etmektedir.

Mechanic (1989), heterojen bir toplum örneğinde yaptığı boylamsal çalışmada, ergenlerin yaşam doyumunda aile içi çatışmaların ve boşanmaların etkilerini araştırmıştır. Aile içi çatışmaların yüksekliği ergenlerin depresif bir duygu durumunda olmalarını, anksiyeteli olmalarını ve fiziksel semptomlar göstermelerini artırmaktadır. Geç boşanmalar, erken boşanmalara göre ergenlerin yaşamdan aldıkları doyumu düşürmektedir. Ayrıca, boşanmanın olmadığı, ama yoğun aile içi çatışmaların olduğu aile ortamında bulunan ergenlerin, boşanmanın ve daha az çatışmaların olduğu aile ortamında bulunan ergenlere göre daha düşük yaşam doyumuna sahip olduğu belirtilmektedir.

Armsden (1987), 179 ergen üzerinde yaptığı çalışmada aile ve akran grubu bağlılığı olan ergenlerin olmayan gruba göre benlik saygısının daha yüksek, daha doyumlu olduğunu ve başarılarını daha kaliteli algıladıklarını belirtmektedir.

Kissman (1989), ergenlerin anne-babalarıyla yaptığı çalışmada, yaşam doyumu, ana-babalık inançları ve sosyal destek arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ana-babalık tutumu daha pozitif olan ve sosyal açıdan uygun destek alan ergenlerin yaşamlarından daha doyumlu olduklarına dikkati çekmektedir.

g) Yaşam Doyumu İle Toplumsal Yaşam İlişkisi:

Sosyal ilişki ve sosyal desteğin algılanmış yaşam doyumu düzeyinde önemli bir belirleyici olduğu çeşitli araştırmaların ortak bulgusu olarak kaynaklarda yer almaktadır (Wair 1989, Shinn 1989, Vallerand 1989, Kissman 1989, Armsden 1987, Emmons 1986, Emmons 1985, Plays 1983, Vredenburg 1979, Brotner 1970).

Diener (1984), sosyal ilişkinin tek başına öznel iyilik durumunu daha iyi hale getirmeyeceğini belirtmektedir. Bull (1975), kişinin eğitiminin öznel iyilik üzerinde etkili olduğunu, bunun da sosyal katılımı etkilediğini bulmuştur. Ancak bu bağlılığın sınırlı bir bağlılık olduğunu vurgulamaktadır.

Mancini (1980), yaptığı çalışmada sosyal ilişkinin arkadaşlarla olan boyutunun, yakın akrabalarla olan ilişkiden daha doyum verici olduğunu söylemektedir.

h) Yaşam Doyumu İle Kişilik özellikleri İlişkisi:

Kişiliğin çeşitli yönlerinin yaşam doyumu ile ilişkili olduğu söylenmektedir. En çok inceleme konusu olan özellikler, benilik saygısı, kişisel nedensel yükleme, zeka, dışa dönüklük, içe dönüklük gibi özellikleridir.

Diener (1984), bu konuda yapılan bir çok çalışmayı taradığı yazısında, benlik saygısının öznel iyiliğin ve doyumun önemli bir yordayıcısı olduğuna dikkati çekmektedir.

Robinson (1973), Campbell ve arkadaşlarının yaptığı boylamsal çalışmada benlik saygısı ile yaşam doyumunu arasında yüksek düzeyde olumlu bir ilişkinin olduğunu söylemektedir.

Eugene (1975), fiziksel çekiciliğin yüksek benlik saygısı ile yüksek korelasyon gösterdiğini ve araştırmadaki kadın deneklerin erkeklere göre daha doyumlu olduğunu belirtmektedir.

Armsden (1987), yaptığı çalışmada yüksek benlik saygısı olan 179 ergenin daha doyumlu olduğunu belirtmektedir.

Oqilvie (1987) , gerçek ve idal benlik arasındaki farkın yüksek olduğu 45 lise öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, yaşam doyumunu düzeyinin diğer gruba göre anlamlı farklılık gösterdiğin belirtmektedir.

Costa (1980), dışa dönüklük ve içe dönüklük özelliklerinden daha çok, bireylerin yaşam doyumunu ile duygulanımları arasında ilişki olduğunu vurgulamaktadır. Dışa dönüklüğün olumlu duygulanım, içe dönüklüğün ise olumsuz duygulanım ile ilişkili olduğuna işaret ederken, içe dönük bireylerin daha çok olumsuz duygulanımları olduğu, bu nedenle dışa dönük bireylere göre daha mutsuz olduğunu dikkati çekmektedir.

Cameron ve arkadaşları (1973), zihinsel geriliği olan 40 çocuk ile yaptığı çalışmada, bu çocukların normal çocuklara göre daha düşük yaşam doyumu düzeyi olduğuna işaret etmektedir.

Diener (1984), ZB testleri ile ölçülen zekanın mutlulukla bağlantısı olmadığını belirtirken, yüksek sosyal zekanın alternatifleri görmeye başarı güdüsü kazanmaya ve başarılı olmaya yol açtığı için mutluluğa etkisi olduğunu belirtmektedir.

i) Yaşam Doyumu İle Biyolojik Etkilerin İlişkisi:

Diener (1984) bir çok çalışmada sağlığın değerlendirilmesi ile öznel iyilik arasında güçlü bir ilişkinin olduğunu vurgulamaktadır. Sağlık ve öznel iyilik arasında sürekli orta dercede korelasyon olduğu bir çok çalışmada desteklenmiştir. Kadınlarda bu ilişkinin daha güçlü olduğu dikkati çekmektedir.

Vallerad (1989), yaşlı örneklem grubu ile yaptığı çalışmada yaşam doyumu en önemli yordayıcısının algılanmış sağlık olduğu üzerinde durmaktadır.

Spreitzer ve arkadaşları (1974), yaşlı grup üzerinde yaptıkları çalışmada, fiziksel sağlığın olumlu olarak algılanmasının yaşam doyumu ile olumlu yüksek bir ilişki gösterdiğini belirtilmektedir.

Cıristemen ve arkadaşları (1989) 57 böbrek transplantasyon hastası ve 44 kronik hemodiyaliz hastası üzerinde yaptıkları çalışmada, her iki tedavide de yüksek düzeyde emosyonel bozukluk görüldüğünü ve bu durumun yaşam doyum düzeylerini olumsuz yönde etkilediğini söylemektedir.

Reich (1983), kadın ve erkek 141 ergen üzerinde yaptığı çalışmada, psikiyatrik olarak anksiyetesi olan grubun olmayanlara göre yaşam doyumu düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmektedir.

Diener (1984), uyku fiziksel egzersizler ve mevsimsel değişmelerin yaşam doyumunu etkilediğinin ancak bu mekanizmaların nasıl ve ne şekilde etkili olduğun konusunda araştırmaların yeterli olmadığını ifade etmektedir.

Yukarıda aktarılan araştırmalar topluca değerlendirildiğinde konumuz açısından ortaya çıkan belli başlı noktalar şunlardır: Yaşam doyumu kavramı bir çok özellikle ve kavramla ilişkili görünmektedir. Yaşam doyumu konusunda yaşlılar üzerinde çok fazla çalışmanın yapıldığı da dikkati çekmektedir. Ayrıca genç yaş grubu kendi içinde pek karşılaştırılmamıştır. Bu konudaki araştırmalarda genç grubun daha çok bir kontrol grubu olarak kullanıldığı dikkati çekmektedir. Bu nedenle bu araştırmanın bulguları ile karşılaştırma olanağı azalmış görünmektedir.

Konu cinsiyet açısından ele alındığında, genellikle bulguların cinsler arasında bir fark olmadığını göstermesine karşın, birçok çalışmada kadınların daha doyumlu olduğu belirtilmektedir.

Yaşam doyumu konusundaki kaynak incelemesinde, kavramın ruh sağlığı ile ilişkisi konusunda herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Kavramın daha çok sosyal psikoloji alanında işlendiği, klinik psikoloji alanında yeterince işlenmediği izlenimi elde edilmektedir. Ancak çeşitli kişilik özellikleri ile çalışıldığı, bu özelliklerin ise ruh sağlığı ile yakından ilgili olduğu da göz ardı edilmemesi gereken bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır.

Sonuç olarak, yaşam doyumu kavramı, birçok alan ile yakından ilişkilidir ve değişik açılardan araştırılmaya ihtiyaç göstermektedir.

TÜRKİYE'DE YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Ülkemizde yaşam doyumunu doğrudan araştıran hiçbir araştırmamanın olmadığını söyleyebiliriz. Ancka Karataş'ın (1988) huzur evinde kalan yaşlıların yaşam doyumunu etkileyen etkenler konusundaki çalışması, Karataş ve arkadaşlarının (1989) huzur evinde kalan yaşlıların yaşam doyumu ile ölüm kaygısı arasındaki ilişkiyi ele aldığı araştırma bazı yönleri ile konumuza ışık tutmaktadır.

Karataş ve arkadaşları (1989), huzurevinde bakım gören yaşlıların yaşam doyumu düzeyleri ile ölüm kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkiye ve çeşitli değişkenlere bağlı olarak bir farklılaşma olup olmadığını araştırdıkları çalışmalarında, yaşlıların yaşam doyumu ve ölüm kaygısı puanları arasında bir ilişki bulunmadığını rapor etmişlerdir. Ayrıca cinsiyet, yaş, gelir, öğrenim durumu huzurevine gelmeden önce yaşadığı yer, huzurevinde kalma süresi, huzurevinde kalma isteği, ziyaretçi durumu ve sağlık durumu değişkenlerinin yaşlılarda yaşam doyumu ve ölüm kaygısını etkileyip etkilemediğine bakılmış, yaşam doyumu ile huzurevindeki ziyaretçi durumu, sağlık ve huzurevinde kalma isteği arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Karataş (1988) huzurevinde kalan yaşlıların yaşam doyumunu etkileyen etmenler üzerine yaptığı çalışmada, yaşlının huzurevinde zamanını değerlendirmek amacıyla katıldığı etkinlikler, huzur evindeki yakın arkadaşlık ilişkileri, huzur evi dışındaki akraba ve arkadaşları ile olan ilişkileri yanında, huzur evinde kalmaktan hoşnut olup olmamasının yaşam doyumunu etkileyen önemli etmenler olduğu belirtilmektedir.

II. BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN AMACI

Toplumumuzda ergenlerin ne derece mutlu ya da doyumlu olduğu sorusu bu araştırmanın temel kavramsal sorusunu oluşturmaktadır. Araştırmanın genel amacı normal, sorunlu ve nörotik belirtileri olan ergenlerin yaşam doyumu düzeylerini karşılaştırmaktır. Bu amaç çerçevesinde aşağıdaki sorular cevap aranacaktır.

1. Normal, sorunlu ve nörotik belirtisi olan ergenlerin yaşam doyum düzeyleri nedir?
2. Normal, sorunlu ve nörotik belirtisi olan ergenlerin yaşam doyum düzeyleri arasında fark var mıdır?
3. Normal, sorunlu ve nörotik belirtisi olan ergenlerin yaşam doyum düzeyi yaş ve cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?

ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

İnsanların en genel amaçlarından biri yaşamında mutlu ve doyumlu olmaktır. Yaşam doyumu kişinin ruh sağlığı açısından oldukça önemli bir kavramdır.

Konu genç ve gençlik olduğunda bu daha da önem kazanmaktadır. Toplumsal geleceğin önemli bir ögesi olan gençlerin yaşamlarını daha doyumlu ve mutlu hale getirebilmek için bu kavramın tanımlanması ve araştırılması gerekliliği vardır. Ayrıca yaşam doyumu ile ilgili bulgular birçok disiplinde kullanılabilir. Bu konuda sosyal gerontoloji alanında çokça çalışıldığı genç yaş gruplarında ise fazla araştırma olmadığı görülmektedir. Dolayısıyla bu araştırma gençlerin yaşam doyum düzeylerinin saptanması açısından önem taşımaktadır. Gençlere hizmet veren birçok kurum ve kuruluşun bu araştırma bulgularından yararlanabilmesi olanaklıdır. Sonuç olarak, bu çalışmanın hem bu konudaki kurumsal bilgiler, hemde uygulamaya katkıda bulunacağı söylenebilir.

Tanımlar

Yaşam Doyumu: Kişinin beklentileri (ne istediği) ile, elinde olanların (ne elde ettiği) karşılaştırılması ile elde edilen durum yada sonuçtur (Neugarten, 1961).

Sorunlu Ergen: Uygulanan Rotter Cümle Tamamlama testinden 150 ve üstünde puan alan yaşları 17-21 arasında olan denek grubu.

Sorunsuz Ergen: Uygulanan Rotter Cümle Tamamlama testinden 150'nin altında puan alan yaşları 17-21 arasında olan denek grubu.

Nörotik Belirtisi olan Ergen: A.Ü Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Ergen bölümüne başvuran, DSM III tanı kriterelerine göre nörotik tanı grubuna giren, yaşları 17-21 arasındaki denek grubu.

ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Araştırma Modeli

Araştırma 17-21 yaş grubunda olan ergenlerin yaşam doyumu düzeylerini belirlemeye yönelik betimsel bir araştırmadır. Ergenlerin yaşam doyumu düzeyi "tarama modeli" ile araştırılmıştır. Tarama modelleri geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Bu yaklaşımda önemli olan var olanı var olduğu şekliyle, değiştirmeye kalkmadan gözlemektir (Karasar, 1982).

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın amacına uygun olarak, geniş bir denek grubu üzerinde çalışması uygun görülmüştür. Bu nedenle, öğrenci sayısı çok olan ve değişik kesimlerden öğrencilerin devam ettiği A.Ü Eğitim Bilimleri Fakültesinin üç bölümüne devam eden öğrenciler normal denek grubunun evrenini oluşturmaktadır. A.Ü Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Ergen Bölümüne ayaktan başvuran, Nörotik belirtisi olan yaşları 17-21 arasında olan ergenler araştırmanın diğer evrenini oluşturmaktadır.

Araştırmanın amaçları doğrultusunda, örneklemede 500 dolayında ergenin bulundurulması kararlaştırılmıştır. A.Ü Eğitim Bilimleri fakültesinin üç bölümünün değişik sınıflarına devam etmekte olan 400 öğrenci seçkisiz örnekleme yolu ile araştırma kapsamına alınmıştır. Ancak, Rotter C.T.T'ni boş bırakma, uygunsuz doldurma, yaş grubunun üstünde kalma gibi nedenlerden normal denek grubuna giren 155 denek elenmiştir. Araştırmanın istatistikleri normal grupta 129 kız, 116 erkek, toplam 245, nörotik belirtisi olan grupta ise

30 kız, 26 erkek, toplam 56 denek üzerinden değerlendirilmiştir. Böylece araştırma da toplam 340 denek vardır. Bu grubun dışında 150 denek araştırmada kullanılacak "Yaşam Doyumu Ölçeği"nin geçerlik ve güvenirlilik çalışmasına katılmak üzere seçkisiz örnekleme yolu ile araştırma kapsamına alınmıştır.

A.Ü Tıp Fakóltesi Psikiyatri Anabilim Dalı Ergen bölümüne, araştırmanın uygulanmalarını yapıldığı 5 Mart 1990 ile 30 Haziran 1990 arısında başvuran ve ergen bölümü ekibi tarafından değerlendirilen, yaşları 17-21 arasında değişen, 30 kız 27 erkekten oluşan toplam 57 kişilik denek grubu da araştırmada kullanılmıştır.

Verilerin Toplanması

Bu araştırmada veriler iki veri toplama aracıyla elde edilmiştir.

1. Rotter Cümle Tamamlama Testi: Rotter C.T.T Rotter ve Willerman tarafından 1947'de, üniversite öğrenciler için geliştirilen, Ülkemizde Akkoyun (1983) tarafından uyarlama çalışması yapılmış olan test kullanılmıştır. Testin kullanım yeri ve amacı içinde üniversite öğrencilerinin sorunlu ve sorunsuz olmaları bakımından ayırt etmek yer almaktadır. Test toplam 40 tane tamamlanmamış uyarandan oluşmaktadır. Uyarıların tamamlanış biçimine göre 0 ila 6 arasında puanlanmakta ve toplam test puanı üzerinden işlem görmektedir.

Rotter C.T.T yarı projektif bir araçtır. Puanlanmasında araştırmacının yanlı değerlendirilmesi sorunlarından korunmak için puanlayıcılar arası güvenirlilik "person çarpım momentler korelasyon katsayısı" ile yansız olarak

seçilen 10 kız 10 erkek toplam 20 deneğin Rotter C.T.T'i çoğaltılarak kullanılmıştır. Araştırmacı dışında alanında uzman, iki kişiden yardım istenmiştir. Ek.2 görüldüğü gibi A puanlayıcısı araştırmacıdır. B puanlayıcısı üç yıl klinik psikoloji alanında uygulayıcı olarak çalışmış, psikolojide yüksek lisans öğrenimi görmüş, C puanlayıcısı ise, dört yıl klinik psikoloji alanında uygulayıcı olarak çalışmış, psikolojide yüksek lisans eğitim görmüş olan kimselerdir. Bunlar testleri yalnızca Rotter C.T.T'nin puanlama yönergesi ve yanıt örneklerine bakarak puanlamışlardır.

A ve B puanlayıcısının korelasyon katsayısı .93 B ve C puanlayıcısının korelasyon katsayısı .77 A ve C puanlayıcısının korelasyon katsayısı .70 dir. Bu değerler .93 ile .70 arasında değişmektedir. Denilebilir ki, deneklerin Rotter C.T.T puanları puanlayıcılar arasında büyük bir fark göstermemektedir ve güvenli olarak kullanılabilir.

2. Yaşam Doyumu Ölçeği: Araştırmanın ikinci veri toplama aracı, Diener (1985), tarafından genç yaş grupları için geliştirilmiş "Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction with Life Scale)"dir.

Ölçek toplam 5 maddeden oluşmakta deneklerden bunları 1'den 7'ye kadar derecelendirmesi istenmektedir. Derecelendirilmiş 7 seçenek puana dönüştüğünde "hiç uygun değil" 1, "uygun değil" 2, "biraz uygun değil" 3, "ne uygun ne uygun değil" 4, "biraz uygun" 5, "uygun" 6, "çok uygun" 7, olmak üzere değer almıştır.

Maddelerin Türkçe'ye çevirileri ve ölçeğin "yüzeysel geçerlik" tekniğiyle geçerlik çalışmasının yapılması için, psikoloji alanında uzman beş kişiden yardım istenmiştir. Uzmanlardan ölçeğin Türkçe'ye çevrilmesi istenmiş, beş uzmanın ortak olarak ifade ettikleri cümleler birleştirilerek ölçek oluşturulmuştur.

Geliştirilen ölçek formları, küçük bir gruba uygulanarak anlama güçlüğünün olup olmadığı araştırılmış, bunun sonucunda yönergelerin ve, maddelerin anlatımında önemli bir değişikliğin yapılmasına gerek olmadığı görülmüştür. Bu düzenlemeler yapıldıktan sonra araç, "test-tekrar test" yöntemiyle güvenilirlik çalışması için daha önce saptanan güvenilirlik çalışması için daha önce saptanan 75'i kız 75'i erkek olmak üzere toplam 150 kişilik bir gruba uygulanmıştır. Daha sonra saptanan üç haftalık süre sonunda ölçek yeniden ancak bu kez çeşitli güçlüklerden dolayı 150 kişilik denek grubundan ulaşılabilen 36'sı kız 34'ü erkek olmak üzere toplam 70 deneğe uygulanmıştır. Bu sürenin üç hafta olarak belirlenmesinde, sürenin deneklerin ik uygulamada verdikleri yanıtları hatırlamıyacak kadar kısa olmaması, ayrıca yaşam doyumunun zamanla değişebilir olması nedeniyle, doyum düzeyini etkileyecek kadar uzun olmaması dikkate alınmıştır. Veriler IBM PS 2/30 bilgisayar yüklenek "Mikrostat İstatistik Programı" ile değerlendirilmiştir. İlk ve ikinci uygulamalarda, deneklerin ölçek formu üzerine yazdıkları numaralarla iki uygulamaya ait ölçek formları karşılaştırılmış ve iki uygulama arasındaki korelasyonun Ek.3'te görüldüğü gibi .85 olduğu ($P < .05$), yani ölçeğin iki uygulama arasında yüksek bir korelasyon gösterdiği ortaya konulmuştur. Böylelikle aracın güvenilir olduğuna karar verilmiştir.

Madde Analizi Çalışması:

Yaşam Doyumu ölçeğinin ne derece iyi işlediğini, diğer bir deyişle, ölçeğin amaca ne derece hizmet ettiğini anlamak amacıyla madde analizi çalışması yapılmıştır. Bu amaçla uygulamaya alınan 75'i kız 75'i erkek, toplam

150 deneğe ait veriler üzerinde çalışılmıştır. Veriler IBM PS/2-30 bilgisayar "Mikrostat İstatistik programı'nda "pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı" tekniği ile araştırılmıştır.

Madde puanları ile test puanları (ölçeğin tümünden alınan toplam puanlar) arasındaki korelasyon katsayıları "pearson çarpım momentler korelasyon katsayısı" ile istatistiksel olarak, en az .05 düzeyinde anlamlı olmayan maddelerin çıkarılması amaçlanarak yapılmıştır.

Madde test puanları arasındaki korelasyon 150 denek için hesaplanmıştır. Bu tür analizlerde madde test korelasyon katsayısının en az .30 olması beklenmektedir (Öner, 1987). Ek.4 görüldüğü gibi ölçeğin her bir maddesinden elde edilen toplam puanlarla korelasyon yeterli bulunmuştur. Buna göre toplam puan ile madde 1, .73 madde 2, .71 madde 3,.76, madde 4, .75, madde 5,.80 düzeyinde ilişkili bulunmuştur.

Verilerin Çözümünde Kullanılan Teknikler

Aracın geliştirilmesi ve verilerin çözümlenmesinde çeşitli istatistiksel teknikler kullanılmıştır.

Daha önce de belirtildiği gibi, test-tekrar test yöntemi ile aracın güvenilirliğinin incelenmesi için pearson çarpım momentler korelasyon katsayısı hesaplanmıştır.

Madde analizi çalışması için pearson çarpım momentler korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Rotter cümle tamamlama testi puanlayıcılar arası güvenilirliğini hesaplanmasında pearson çarpım momentler korelasyon katsayısı yöntemi kullanılmıştır.

Yaşam Doyumu Düzeyinin normal, sorunlu, nörotik belirti, yaş ve cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği iki boyutlu varyans analizi kullanılarak yapılmıştır. Varyans analizi sonucu en az .05 düzeyinde anlamlı çıkan F değerleri hangi gruplar arasında farklılık olduğunu görebilmek için Scheffe testi kullanılmıştır. Scheffe testi, çok duyarlı bir test olduğu, çok önemli farklılıkları gösterdiği, istenilen anlamlılık düzeyi için uygulanabilir olduğu ve yaygınlıkla kullanıldığı için tercih edilmiştir. (Kirk,1982).

Verilerin Bilgisayar çözümlemesinin bir bölümü A.Ü.T.F.Biyo-İstatistik bilimdalında "Sosyal Bilimler için İstatistik Programları (SPSS)" ile, diğer bir bölümü ise IBM PS-2/30 "Mikrostat İstatistik Paket Programı" ile yapılmıştır. Gruplar arası farkı araştırmak için kullanılan Schaffe testi ise elden yapılmıştır.

Tüm çözümlemelerde istatistiksel anlamlılık düzeyi .05 olarak alınmıştır.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde önce deneklerle ilgili verilere, daha sonra deneklerin yaşam doyumu ölçeğine verdikleri yanıtlarla ilgili verilere yer verilecektir. "Yaşam Doyumu" ölçeği puanlarının cinsiyet, yaş ve normal, sorunlu, nörotik belirti gösterme gibi değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği incelenecektir.

I. Deneklerle İlgili Bulgular:

A- Yaş ve Cinsiyet:

Araştırmaya, A.Ü. Eğitim Bilimleri fakültesini üç bölümünün değişik sınıflarında okuyan öğrencilerle, A.Ü. Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Ergen Bölümüne başvuran, nörotik belirti gösteren ergenler denek olarak katılmıştır. Verilerle ilgili istatistiksel işlemlerde 17-18-19 yaşlar I. yaş grubu, 20-21 yaşlar II. yaş grubu olarak alınmıştır. Örneklemde 183'ü kız, 157'si erkek olmak üzere toplam 340 denek vardır.

Araştırmaya giren deneklerin cinsiyete ve yaşa göre dağılımları çizelge I'de gösterilmiştir.

Çizelge I

Deneklerin Yaş ve Cinsiyete Göre Dağılımı

	17-19 Yaş Grubu		20-21 Yaş Grubu		TOPLAM	
	sayı	%	sayı	%	sayı	%
KIZ	95	27.94	88	25.88	183	53.86
ERKEK	61	17.94	96	28.23	157	46.20
TOPLAM	156	45.90	184	54.10	340	100

Çizelge I'de görüldüğü gibi, araştırmada örnekleme 17-19 yaş grubundan 95 kız, 61 erkek, 20-21 yaş grubundan 88 kız, 96 erkek denek alınmıştır. Bu durumda, deneklerin en çok 20-21 yaş grubunda buldukları, başka deyişle büyük yaşlardan daha fazla denek alındığı söylenebilir. Ayrıca kız deneklerin erkek deneklere göre sayıca daha fazla olduğu gözlenmektedir. Ancak bu farklılık büyük değildir. (Kız deneklerin yüzdesi 53.80, erkek deneklerin yüzdesi 46.20'dir.)

Normal, sorunlu, nörotik belirti gösterme gibi değişkenlere göre deneklerin yaş dağılımları çizelge II'de gösterilmiştir.

Çizelge II

Normal, Sorunlu, Nörotik Belirtilere Göre Deneklerin Yaş Dağılımları

	NORMAL		SORUNLU		NÖROTİK		TOPLAM	
	sayı	%	sayı	%	sayı	%	sayı	%
I YAŞ GRUBU (17-19)	98	28.82	17	5	41	12.05	156	45.98
II YAŞ GRUBU (20-21)	147	43.23	22	6.47	15	4.41	184	54.10
TOPLAM	245	72.00	39	11.50	56	16.50	340	100

Çizelge II'de görüldüğü gibi "normal" grupta 17-19 yaş grubuna giren toplam 98, 20-21 yaş grubuna giren toplam 147 denek vardır. Sorunlu grupta ise, 17-19 yaş grubu giren toplam 17, 20-21 yaş grubuna giren toplam 22 denek bulunmaktadır. Nörotik belirti gösteren grupta 17-19 yaş grubuna giren toplam 41, 20-21 yaş grubuna giren toplam 15 denek vardır. En fazla deneğin, 20-21 yaş grubunda bulunan "normal" kategorisinde yer aldığı söylenebilir. Bunu, 17-19 yaş grubuna giren "normal" denekler izlemektedir. Ancak nörotik belirti gösteren denek grubunda yiğilmanın 17-19 yaş grubunda olduğu belirtilebilir.

Normal, sorunlu, nörotik belirti gösterme gibi değişkenlere göre, deneklerin cinsiyet dağılımı çizelge III'de gösterilmiştir.

ÇİZELGE III

Normal, Sorunlu, Nörotik Belirtilere Göre Deneklerin

Cisnsiyet Dağılımı

	NORMAL		SORUNLU		NÖROTİK		TOPLAM	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
KIZ	129	37.94	24	7.05	30	8.82	183	53.80
ERKEK	116	34.11	15	4.41	26	7.64	157	46.20
TOPLAM	245	72.00	39	11.50	56	16.50	340	100

Çizelge III'de görüldüğü gibi, normal grupta 129 kız, 116 erkek toplam 245 denek sorunlu grupta 24 kız, 15 erkek toplam 39 denek, nörotik belirti gösteren gösteren grupta ise 30 kız 26 erkek toplam 56 denek bulunmaktadır.

En fazla sayıda deneğin bulunduğu grup "normal" kızlardır. En az sayıda bulunan denek grubu ise 15 kişiden oluşan sorunlu erkekler grubudur.

B. Deneklerin Yaşam Doyumuna İlişkin Bulgular:

Araştırmaya katılan denekler "Yaşam Doyumu" ölçeğinden aldıkları puanlara göre incelendiğinde, deneklerin normal, sorunlu nörotik belirti gösterme değişkenlerine göre yaşam doyum düzeyi ortalamaları çizelge IV'de gösterilmiştir.

ÇİZELGE IV

**Normal, Sorunlu ve Nörotik Belirti Gösteren Deneklerin Yaşam
Doyum Düzeyi Ortalamaları.**

GRUPLAR	YAŞAM Sayı	DOYUM x
NORMAL	245	20.66
SORUNLU	39	17.39
NÖROTİK	56	17.30
TOPLAM	340	18.27

Çizelge IV'de görüldüğü gibi, normal grubun yaşam doyumu düzeyi ortalaması 20.66, sorunlu grubun yaşam doyumu düzeyi ortalaması 17.39'dur. Nörotik grubun yaşam doyumu düzeyi ortalaması 17.30 dur. Buna göre en yüksek yaşam doyumu düzeyi ortalaması beklendiği gibi normal denek grubununundur. İkinci en yüksek ortalama sorunlu gruba ait olan, yaşam doyumu düzeyi ortalamasıdır. Nörotik belirti gösteren grubun yaşam doyumu düzeyi ortalaması en düşüktür. Ancak, sorunlu ve nörotik grubun yaşam doyumu düzeyi ortalamalarının birbirlerine oldukça yakın olduğu dikkati çekmektedir.

Çizelge V'de normal sorunlu ve nörotik belirti gösteren deneklerin, yaş gruplarına göre yaşam doyumu düzeyi ortalamaları gösterilmiştir.

ÇİZELGE V

Normal, Sorunlu ve Nörotik Belirti Gösteren Deneklerin Yaşa Göre Yaşam Doyumunu Düzeyi Ortalamaları

NORMAL	DOYUM Sayı	DÜZEYİ x
17-19 Yaş Gr.	98	20.08
20-21 Yaş Gr.	147	21.23
SORUNLU		
17-19 Yaş Gr.	17	16.80
20-21 Yaş Gr.	22	17.97
NÖROTİK		
17-19 Yaş Gr.	41	19.27
20-21 Yaş Gr.	15	15.32
TOPLAM	340	18.27

Çizelge V'de görüldüğü gibi, 17-19 yaş grubuna giren normal deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalaması 20.08; 20-21 yaş grubuna giren normal deneklerin yaşam doyum düzeyi ortalaması 21.23'tür. 17-19 yaş grubuna giren sorunlu deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalaması 16.80, 20-21 yaş grubuna giren sorunlu deneklerin yaşam doyumu düzeyi 17.97'dir. 17-19 yaş grubuna giren nörotik belirti gösteren deneklerin yaşam doyum düzeyi ortalaması, 19.27'dir. 20.21 yaş grubuna giren nörotik deneklerin yaşam doyumu ortalaması 15.32'dir. Görüldüğü gibi en yüksek ortalama 20.21 yaş grubuna giren normal deneklerindir. 17-19 yaş grubuna giren

nörotik belirti gösteren deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalaması hem aynı grubun 20-21 yaşındaki deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalamalarından, hem de sorunlu grubun her iki yaş grubunda bulunan deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalamasından daha yüksektir. Bu durumda en yüksek üçüncü yaşam doyumu düzeyi ortalamasınının 17-19 yaş grubuna giren nörotik belirti gösteren grubun olduğu söylenebilir.

Çizelge VI'da normal, sorunlu ve nörotik belirti gösteren deneklerin, cinsiyete göre yaşam doyumu düzeyi ortalamaları görülmektedir.

Çizelge VI

Normal, Sorunlu ve Nörotik Belirti Gösteren Deneklerin Cinsiyete Göre Yaşam Doyumu Düzeyi Ortalamaları

NORMAL	DOYUM DÜZEYİ	
	Sayı	X
KIZ	129	22.84
ERKEK	116	18.78
SORUNLU		
KIZ	24	19.83
ERKEK	15	14.87
NÖROTİK		
KIZ	30	18
ERKEK	26	19.38

Çizelge VI'da görüldüğü gibi, normal grupta bulunan kızların yaşam doyumu düzeyi ortalaması 22.84, erkeklerin ise 18.78'dir. Sorunlu grupta

bulunan kızların yaşam doyumu düzeyi ortalaması 19.83, erkeklerin 14.87'dir. Nörotik belirtisi olan denek grubunda ise kızların yaşam doyumu düzeyi ortalaması 18, erkeklerin 19.38'dir. Bu bulguların ışığı altında, normal grupta bulunan kızların yaşam doyumu düzeyi ortalaması aynı gruptaki erkeklerden ve diğer iki gruptaki kız ve erkek deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalamalarından daha yüksektir. Bunu normal grupta bulunan erkek deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalaması izlemektedir. Aynı şekilde, bu gruptaki erkek deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalaması, diğer iki gruptaki ortalamalardan daha yüksek görünmektedir. Sorunlu ve nörotik gruptaki yaşam doyumu düzeyi ortalamalarına bakıldığında ise, en yüksek yaşam doyumu düzeyi ortalaması sorunlu grupta bulunan kız deneklere aittir. Bunu nörotik grupta bulunan erkek deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalaması izlemektedir. Bu grubun yaşam doyumu düzeyi ortalamasının, nörotik belirtisi olan kızlardan ve sorunlu grupta bulunan erkek deneklerin yaşam doyumu düzeyinden daha yüksek olduğu söylenebilir.

Çizelge VII'de deneklerin yaşa, cinsiyete, normal, sorunlu ve nörotik belirtisi olma durumuna göre, yaşam doyumu düzeyi ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir.

Çizelge VII

Cinsiyete, Yaşa, Normal, Sorunlu, Nörotik Belirti Gösterme Durumuna Göre Deneklerin Yaşam Doymu Düzeyi Ortalamaları ve Standart Sapmaları

	17-19 Yaş	20-21 Yaş	17-19 Yaş	20-21 Yaş
NORMAL	K	K	E	E
X	22.90	23.27	17.76	19.19
Sd	5.19	5.70	5.32	6.34
SORUNLU				
X	18.41	21.25	15.20	14.70
Sd	6.61	7.81	7.08	5.94
NÖROTİK				
X	18.05	17.09	20.50	12.75
Sd	6.67	4.90	5.87	4.03

Çizelge VII'de görüldüğü gibi 17-19 yaş grubunda normal kız deneklerin doyum düzeyi ortalaması 22.40 , standart sapması 5.19, aynı grupta 20-21 yaşında olan kız deneklerin yaşam doymu düzeyi ortalaması 23.27, standart sapması 5.70'dir. Normal denek grubunda yer alan 17-19 yaşındaki erkek deneklerin yaşam doymu düzeyi 17.76, standart sapması 5.32'dir. Aynı grupta, 20-21 yaşındaki erkek deneklerin doyum düzeyi ortalaması 19.19, standart sapması 6.34'tür.

Sorunlu grupta bulunan 17-19 yaşındaki kız deneklerin puanlarına bakıldığında, doyum düzeyi ortalamasının 18.41, standart sapmasının 6.61 olduğu görülmektedir. Aynı grubun 20-21 yaşındaki kız deneklerinin doyum düzeyi ortalaması 21.25 standart sapması 7.81'dir. Sorunlu grupta bulunan

17-19 yaş grubundaki erkek deneklerin doyum düzeyi ortalaması 15.20, standart sapması 7.08'dir. 20-21 yaş grubundaki sorunlu erkeklerin ise, doyum düzeyi 14.70, standart sapması 5.94'tür.

Nörotik belirti gösteren deneklerin doyum düzeyi ortalamaları ve standart sapmaları şöyledir : 17-19 yaşındaki kız deneklerin doyum düzeyi ortalaması 18.05, standart sapması 6.67; 20-21 yaş grubundaki kızların doyum düzeyi ortalaması 17.09, standart sapması 4.90'dır. Aynı grupta bulunan erkek deneklerin puanlarına bakıldığında, 17-19 yaşındakilerin doyum düzeyi beklentilerin tersine bir bulgu vermektedir ; ortalaması 20.50, standart sapması 5.87'dir. 20-21 yaş grubundaki erkeklerin ise doyum düzeyi ortalaması 12.75, standart sapması 5.87'dir.

Bu bulguların ışığı altında, en yüksek doyum düzeyi ortalamasını normal grupta bulunan 20-21 yaşındaki kız deneklere ait olduğu görülmektedir. Bunu aynı grupta bulunan 17-19 yaşındaki kız deneklerin doyum ortalaması izlemektedir. 20-21 yaş grubunda bulunan nörotik belirti gösteren kızların doyum düzeyi ortalaması en düşük ortalamadır.

İlginç bir bulgu olarak, 17-19 yaş grubundaki nörotik belirti gösteren erkek deneklerin yaşam doyumu düzeyi ortalaması 20.50 ile diğer gruplardan oldukça yüksek görünmektedir ve 4. en yüksek aritmetik ortalamadır.

Bu bulguların istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediği Değişkenlik Çözümlemesi ile incelenecektir.

II. Deneklerin Yaşam Doyumu Ölçeğine Verdikleri

Yanıtların Değişkenlik Çözümlemesine İlişkin Bulgular :

Bu bölümde, deneklerin normal, sorunlu, nörotik belirti göstermelerine ve yaş, cinsiyet değişkenlerine ilişkin bulgular aktarılacaktır. Bulgular, yaş ve cinsiyet açısından ayrı ayrı ele alınıp incelenecektir.

1. Yaşa İlişkin Bulgular :

Toplam 340 deneğin normal, sorunlu ve nörotik belirti gösterip göstermemeye göre ayrıştırılmış, her iki cins için ayrı ayrı iki yönlü varyans analizi kullanarak sonuçlar incelenmiştir. Bu sonuçların incelenmesinde deneklerin beş maddeden oluşan yaşam doyumu ölçeğine verdikleri toplam puanlar göz önüne alınmıştır. "Yaşam Doyumu Ölçeği"ne verilen puanların iki yaş grubuna göre (17-19, 20-21) farklılık gösterip göstermediği önce erkek denekler için incelenmiştir. Aşağıda bu amaçla yapılan F testi tablosu görülmektedir.

Çizelge VIII

Normal, Sorunlu, Nörotik Belirti Gösterme ve Yaş Değişkenlerine Göre Erkek Deneklerin Yaşam Doyumu Düzeyi Değişkenlik Çözümlemesi

KAYNAK	KT	sd	KO	F
Gruplararası	6.66	1	6.66	1.72
Grup içi	12.49	2	6.25	1.61
Ortak Etki	20.77	2	10.39	2.69

p > .05

Çizelge VIII'de görüldüğü gibi, yaşam doyumu puanlarının erkekler için yaş gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Bir başka deyişle yaşam doyumu düzeyi erkekler için iki yaş grubu ve üç problem durumunda anlamlı farklılık göstermemektedir.

Çizelge IX'de normal sorunlu, nörotik belirti gösterme ve yaş değişkenlerine göre kız deneklerin değişkenlik çözümlemesi görülmektedir.

Çizelge IX

Normal, Sorunlu, Nörotik Belirti Gösterme ve Yaş Değişkenlerine Göre Kız Deneklerin Yaşam Doyumu Düzeyi Değişkenlik Çözümü

KAYNAK	KT	sd	KO	F
Gruplararası	2.11	1	2.11	1.09
Grupiçi	24.07	2	12.04	6.26
Ortak Etki	2.29	2	1.15	0.59

$P > .05$

Çizelge IX'da görüldüğü gibi, yaşam doyumu puanlarının, kızlar için yaş gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Bir başka deyişle, yaşam doyumu düzeyi kızlar için iki yaş grubunda ve üç problem durumu için anlamlı farklılık göstermemektedir.

Yaş değişkeni açısından yapılan bu işlemler ışığında iki yaş grubunun (17-19, 20-21) her iki cins için yaşam doyumu düzeyinde bir farklılık yaratmadığı söylenebilir.

2. Cinsiyete İlişkin Bulgular :

Bu bölümde yukarıda sözü edilen bulgulardan hareket edilerek, yaş değişkeni gözönüne alınmadan yaşam doyumu düzeyinin cinsiyetler arası değişkenlik çözümlemesine ilişkin bulgular aktarılmıştır. Her iki cins için normal sorunlu ve nörotik belirti gösteren deneklerin değişkenlik çözümlemesine ilişkin F tablosu aşağıda çizelge X'da görülmektedir.

Çizelge X

Normal, Sorunlu ve Nörotik Belirti Gösteren Deneklerin Cinsiyet Değişkenine Göre Yaşam Doyumu Düzeyi Değişkenlik Çözümlemesi

KAYNAK	KT	sd	KO	F
Gruplararası	9.76	1	9.76	8.45**
Grupiçi	12.1	2	6.09	5.27**
Ortak etki	11.81	2	5.119	5.11**

**p<.01

Çizelge X'da görüldüğü gibi normal, sorunlu ve nörotik belirti gösteren deneklerin cinsiyet değişkenine göre yaşam doyumu düzeyi F testi sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Bu analiz normal, sorunlu ve nörotik belirti gösteren deneklerin yaşam doyumu düzeylerinin farklı olduğunu (F = 8.45) göstermiştir. Cinsiyet açısından bakıldığında (F = 5.27) yine istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. Ayrıca cinsiyet ve problem durumu arasındaki değişimin (F = 5.11) anlamlı olduğu görülmektedir (P < .01). Anlamlılığın hangi gruptan kaynaklandığını araştırmak üzere Schaffe testi kullanılmıştır.

Aşağıda Schaffe testi sonuçları aktarılacaktır. İzlemeyi kolaylaştırmak açısından Schaffe testi sonuçları maddeler halinde verilecektir.

Normal, Sorunlu ve Nörotik belirti gösteren deneklerin cinsiyet değişkenine göre yaşam doyumu düzeyi değişkenlik çözümlemesi gruplararası istatistiksel anlamlılık göstermektedir. Yukarıda sözü edilen grupların hangilerinin birbirinden istatistiksel olarak farklılık gösterdiği, önce normal ve sorunlu denek grubu, daha sonra normal ve nörotik belirti gösteren, son olarak nörotik belirti gösteren denek grubu ile sorunlu grubun karşılaştırılması yapılmıştır. Aşağıda maddeler halinde Schaffe testi sonuçları verilmektedir.

a) Normal ve sorunlu denek grubunun Schaffe testi ile karşılaştırılmasında; .05 ve .01 düzeyinde Schaffe testi sonucu tablodaki kritik değeri ($F_a = 323.93$) aşmaktadır. O halde normal ve sorunlu grup yaşam doyumu açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Normal grup, sorunlu gruba göre yaşamdan daha fazla doyum alıyor görünmektedir.

b) Normal ve nörotik belirti gösteren denek grubunun Schaffe testi ile karşılaştırılmasında; Schaffe testi sonucu tablodaki kritik değeri ($F_b = 470$) aşmaktadır. O halde normal ve nörotik belirti gösteren grup yaşam doyumu açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Normal grup, nörotik gruba göre yaşamdan daha fazla doyum alıyor görünmektedir.

c) Sorunlu ve nörotik belirti gösteren grubun Schaffe testi ile karşılaştırılmasında; .05 düzeyinde Schaffe testi sonucu tablodaki kritik değeri ($F_c: 0.16$) aşmamaktadır. Böylece sorunlu ve nörotik belirti gösteren grupların

yaşam doyumu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır.

Yukarıdaki bulguların ışığı altında, bu kez aynı gruplarda cinsler arası farklılığın olup olmadığı Schaffe testi ile araştırılmıştır. Önce normal grupta bulunan kızlar ile normal grupta bulunan erkek denekler, daha sonra sorunlu grupta bulunan kızlar ile sorunlu grupta bulunan erkek denekler ve son olarak nörotik grupta bulunan kızlar ile nörotik grupta bulunan erkek denekler yaşam doyumu açısından Schaffe testi ile karşılaştırılmıştır. Aşağıda bu bulgular maddeler halinde verilmektedir.

a) Normal grupta bulunan kızlar ile normal grupta bulunan erkek deneklerin Schaffe testine göre, .05 ve .01 düzeyinde Schaffe testi sonucu tablodaki kritik değeri (Fa: 915) aşmaktadır. O halde normal grupta bulunan kızlar, normal grupta bulunan erkek deneklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Normal grupta bulunan kızlar normal grupta bulunan erkeklere göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

b) Sorunlu grupta bulunan kızlar ile sorunlu grupta bulunan erkek deneklerin Schaffe testine göre, .05 ve .01 düzeyinde Schaffe testi sonucu tablodaki kritik değeri (Fb: 915) aşmaktadır. O halde sorunlu grupta bulunan kızlar, sorunlu grupta bulunan erkek deneklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Sorunlu grupta bulunan kızlar sorunlu grupta bulunan erkeklere göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

c) Nörotik grupta bulunan kızlar ile nörotik grupta bulunan erkek deneklerin Schaffe testine göre .05 ve .01 düzeyinde Schaffe testi sonucu tablodaki kritik değeri (Fc:35) aşmamaktadır. O halde, nörotik grupta bulunan kızlar nörotik grupta bulunan erkek deneklere göre istatistiksel olarak anlamlı

farklılık göstermektedir. Nörotik grupta bulunan erkekler, nörotik grupta bulunan kızlara göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

Benzer olarak, aynı cinste gruplar arası farklılık Schaffe testi ile önce kız denekler, daha sonra erkek denekler için karşılaştırılmıştır. Kız denekler normal-sorunlu, normal-nörotik, sorunlu-nörotik çiftlemesi ile karşılaştırılmıştır. Aynı şekilde erkek deneklerin, normal-sorunlu, normal nörotik, sorunlu-nörotik çiftlemesi ile Schaffe testi ile karşılaştırılmıştır. Aşağıda kız ve erkek deneklerin karşılaştırma sonuçları maddeler halinde verilmektedir.

KIZLAR:

a) Normal grupta bulunan kızlar ile sorunlu grupta bulunan kız deneklerin schaffe testi sonucu; .05 ve .01 düzeyinde tablodaki kritik değeri (Fa: 213.75) aşmaktadır. O halde normal grupta bulunan kızlar, sorunlu grupta bulunan kız deneklere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Normal grupta bulunan kız denekler sorunlu grupta bulunan kız deneklere göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

b) Normal grupta bulunan kızlar ile nörotik grupta bulunan kız deneklerin Schaffe testi sonucu; .05 ve .01 düzeyinde tablodaki kritik değeri (Fb: 509.13) aşmaktadır. O halde normal grupta bulunan kızlar ile nörotik tanı almış kız denekleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Normal grupta bulunan kızlar, nörotik belirti gösteren kız deneklere göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

c) Sorunlu grupta bulunan kızlar ile nörotik tanı almış kız deneklerin Schaffe sonucu; .01 ve .05 düzeyinde tablodaki kritik değeri (Fc: 41.75) aşmaktadır. O halde sorunlu ve nörotik tanı almış kız denekler istatistiksel

olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Sorunlu grupta bulunan kızlar nörotik tanı almış kız deneklere göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

ERKEKLER:

a) Normal erkekler ile sorunlu grupta bulunan erkek deneklerin Schaffe testi sonucu; .01 ve .05 düzeyinde tablodaki kritik değeri (Fa: 195.89) aşmamaktadır. O halde normal grupta bulunan erkekler ile sorunlu grupta bulunan erkek denekler istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Normal grupta bulunan erkekler sorunlu grupta bulunan erkeklere göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

b) Normal erkekler ile nörotik tanı almış erkek deneklerin Schaffe testi sonucu; .05 düzeyinde tablodaki kritik değeri (Fb.7.2) aşmamaktadır. O halde normal grupta bulunan erkekler ile, nörotik tanı almış erkek denekler istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Nörotik tanı almış erkekler normal gruba göre yaşamlarından daha doyumlu görünmektedir.

c) Sorunlu grupta bulunan erkekler ile nörotik grupta bulunan erkek deneklerin Schaffe testi sonucu; tablodaki kritik değeri (Fc: 84) aşmaktadır. O halde, sorunlu grupta bulunan erkekler ile nörotik tanı almış erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır. Nörotik grupta bulunan erkekler, sorunlu grupta bulunan erkek deneklere göre yaşamlarında daha doyumlu görünmektedir.

BULGULARIN TOPLUCA DEĞERLENDİRİLMESİ

Bu alt bölümde, yukarıda aktarılan verilere dayanılarak elde edilen bulgular topluca değerlendirilecek ve tartışılacaktır. Ancak bu konuda yapılan kaynak incelemesinde, genç yaş grubunun yaşam doyumu açısından kendi içinde pek karşılaştırılmamış olması, aynı şekilde ruh sağlığı bozuk bireylerle karşılaştırmaların yapıldığı çalışmalarda pek rastlanmaması, tartışmanın sınırlı bir biçimde yapılması gerekliliğini doğurmaktadır.

1. Yaşam doyumu ile yaş arasında her iki cins için de anlamlı bir farklılık olmadığı söylenebilir. Bu bulgu üç problem durumu için de geçerlidir. Ancak yaş gruplarının birbirlerine çok yakın olması (17-19,20-21) bu sonucu etkiler görünmektedir. Bu konudaki kaynaklar incelendiğinde genç yaş gruplarının kendi içinde karşılaştırmasının pek yapılmadığı izlenmektedir. Bu durum bizim bulgumuzu diğer kaynaklarla karşılaştırmayı olanaksız kılmaktadır.

Robinson (1973), Cameron (1967), Brotner (1979) gibi yazarların çalışmalarında sözünü ettikleri en genel bulgu genç yaş gruplarının daha yaşlı gruplara göre anlamlı derecede doyumlu olduğudur. Ancak bu çalışmada genç grup yaşam doyumu açısından daha yaşlı grupla karşılaştırılmamıştır. Bu nedenle, yukarıda adı geçen yazarların bulguları, bu çalışmanın bulguları ile karşılaştırılmamıştır.

2. Yapılan istatistiksel karşılaştırmalarda normal denek grubunun diğer iki gruba göre (nörotik-sorunlu) yaşamadan daha fazla doyum aldığı görülmektedir. Nörotik ve sorunlu grup için yapılan istatistiksel karşılaştırmada ise yaşam doyumu açısından aralarında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Bu bulgular diğer kaynaklarla uyumlu görünmektedir. Diener

(1984), sağlığın yaşam doyumunu ile gcl bir ilişki gösterdiğini belirtmektedir. Aynı biçimde Vallerad (1989), yaşam doyumunun en önemli yordacısının algılanmış sağlık olduğu üzerinde durmaktadır. Seçilen değişkenler ve yaş grubu aşıından bizim çalışmamıza en yakın bulgu, psikiyatrik anksiyetesi olan grubun olmayanlara göre daha doyumlu olduğu şeklindeki Reich (1983)'in bulgusudur.

Sorunlu grup ile nörotik belirti gösteren grup yaşam doyumunu aşıından anlamlı farklılık göstermemektedir. Bu bulgu benzer çalışmalar ile karşılaştırılmamakla birlikte, algılanmış sağlığın yaşam doyumunun önemli bir yordayıcısı olduğu göz önüne alınırca, sorunlu grubun da kendi ruh sağlığı olumsuz algılıyor olmasına işaret edebilir.

3. Üç problem durumu için yapılan cinsiyetler arası karşılaştırmalarda:

a) Normal grupta bulunan kızlar, normal grupta bulunan erkeklerden daha doyumlu görünmektedir. Bu bulgu bu konudaki kaynaklarla uyumlu görünmektedir. Cinsiyete ilişkin yapılan çeşitli çalışmalar kadınların erkeklere göre daha doyumlu olduğunu ortaya koymaktadır. Ancak bu çalışmalarda farklı değişkenler aşıından karşılaştırmaların yapıldığı izlenmektedir. Bunlar, çalışıp çalışmama (Tait, 1989), boşanmış olup olmama (Haavio, 1971), emosyonel strese dayanıklılık (Mc Rea, 1989), fiziksel olarak kendini çekici algılayıp algılamama (Eugene, 1975), gibi değişkenlerdir. Bu değişkenler aşıından yapılan karşılaştırmalarda kadınların erkeklere göre daha doyumlu olduğu izlenmektedir. Kadınların erkeklere göre beklenti düzeyinin daha düşük, emosyonel streslere karşısında daha dayanıklı olduğu görüşü (Diener, 1984) bu bulguyu destekler görünmektedir.

b) Sorunlu grupta bulunan kızların sorunlu grupta bulunan erkeklere göre daha doyumlu olduğu izlenmektedir. Yukarıdaki bulguya benzer bir biçimde yorumlanabilecek olan bu bulgu, sorun bildiren kızların, beklenti düzeyinin daha düşük emosyonel strese daha dayanıklı olduğu şeklinde yorumlanabilir.

c) Nörotik belirti gösteren erkeklerin, nörotik belirti gösteren kızlarda daha doyumlu olduğu görülmektedir. Bu konuda yapılan çalışmalar incelendiğinde ruh ve beden sağlığının yaşam doyumunda önemli bir yordayıcı olduğuna dikkati çeken Diener (1984) sağlık ve yaşam doyumu arasında sürekli orta düzeyde korelasyon olduğunu ve bu ilişkinin kadınlarda daha güçlü olduğunu vurgulanmaktadır. Özetle kadınlar sağlık konusunda daha duyarlı görülmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde olumsuz olarak algılanmış sağlığın kadınların yaşam doyumlarını daha çok etkilediği belirtilebilir.

d) Aynı cins için yapılan gruplararası karşılaştırmalarda, normal grupta bulunan kızların diğer iki gruptaki (nörotik-sorunlu) kız deneklere göre daha doyumlu olduğu görülmektedir. Olumlu olarak algılanan ruh sağlığının (Diener, 1984) yaşam doyumunu olumlu olarak etkilediği söylenebilir. Ayrıca Reich (1985)'in çalışmasında psikiyatrik olarak anksiyetesi olan kız deneklerin olmayanlara göre daha doyumlu olduğu belirtilmektedir.

e) Benzer olarak, erkek denekler için yapılan aynı cinste gruplararası karşılaştırmada ilginç sonuçlar elde edilmiştir. Nörotik belirti gösteren erkek deneklerin diğer iki gruba göre (normal; sorunlu) daha doyumlu olduğu ortaya çıkmaktadır. Bu bulgu nörotik belirti gösteren erkek deneklerin seçiminde yapılmış olan hataya bağlanabileceği gibi, Reich (1985)'in sözünü ettiği

nörotik belirtinin anksiyeteyi azalttığı, dolayısıyla yaşam doyumunu yükselttiği şeklinde de yorumlanabilir. Ayrıca bu sonuç Diener (1984)'in çalışmasında belirttiği algılanmış sağlığın kadınlar için yaşam doyumunu ile daha güçlü ilişki göstermesine bağlanabilir.



IV. BÖLÜM

ÖZET, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde önce araştırmanın problemine, yöntemine bulgulara genel olarak değinilecek, sonra ileride yapılacak araştırmalara ve uygulamaları ışık tutabilecek önerilere yer verilecektir.

Bu araştırmanın amacı, 17-21 yaş grubunda bulunan normal, sorunlu ve nörotik belirti gösteren ergenlerin yaşam doyumu düzeylerini saptamak ve bu üç grubun yaşam doyumunda yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılık olup olmadığını belirlemektir. Bu amaçla, ergenlik kavramı tanımlamaya çalışılmış, çeşitli kuramlara ve kuramcılarının görüşlerine yer verilmiştir, ergenlik döneminde öznel olarak iyi olmanın diğer gelişim dönemlerinden farklı olup olmadığı temel problemine yer verilmiştir. Yukarıda belirtilen amaçlar çerçevesinde, A.B.D geliştiren ve kullanılan bir ölçek temel alınmış, geçerlik, güvenirlik ve madde analizi çalışmaları yapılarak sonuçta "Yaşam Doyumu Ölçeği" geliştirilmiştir. Bu ölçek normal, sorunlu gruptaki deneklerin ayrımında kullanılan Rotter Cümle Tamamlama Testi ile birlikte A.Ü Eğitim Bilimleri Fakültesinin üç bölümünün değişik sınıflarına devam eden 500 dolayında öğrenciye uygulanmıştır. Ayrıca A.Ü Tıp Fakültesi Psikiyatri Ergen Bölümüne ayaktan başvuran 17-21 yaş grubundaki nörotik belirti gösteren kız ve erkek

toplam 56 deneğe yukarıda sözü edilen "Yaşam Doyumu Ölçeği" uygulanmıştır. Sonuçlar Pearson Memontler Çarpımı, iki boyutlu varyans analizi ve Schaffe testi gibi istatistiksel teknikler kullanılarak çözümlenmiştir. Bu araştırmanın belli başlı bulguları şunlardır:

1. Yaşam doyumu ile yaş arasında her iki cins ve üç problem durumu için anlamlı farklılığın olmadığı söylenebilir.

2. Problem durumu açısından yapılan istatistiksel karşılaştırmalarda normal denek grubun diğer iki gruba göre (nörotik-sorunlu) yaşamadan daha fazla doyum aldığı görülmektedir.

3. Üç problem durumu için yapılan cinsiyetler arası karşılaştırmalarda:

a) Normal grupta bulunan kızlar, normal grupta bulunan erkeklerden daha doyumlu görülmektedir.

b) Sorunlu grupta bulunan kızlar sorunlu grupta bulunan erkeklerden daha doyumlu görülmektedir.

c) Nörotik belirti gösteren erkekler, nörotik belirti gösteren kızlardan daha doyumlu görünmektedir.

d) Aynı cinste gruplararası yapılan karşılaştırmalarda normal grupta bulunan kızların diğer iki gruptaki (nörotik-sorunlu) kız denekere göre daha doyumlu olduğu görülmektedir.

e) Benzer olarak erkek denekler için yapılan, aynı cinste gruplararası karşılaştırmalarda, nörotik belirti gösteren erkek deneklerin diğer iki gruba göre (normal-sorunlu) daha doyumlu olduğu söylenebilir.

Sonuç olarak, oldukça genel bir değerlendirme ile normal grupta bulunan ergenlerin diğer gruptaki ergenlerden daha doyumlu olduğu söylenebilir. Ayrıca yaş açısından herhangi bir farklılığa rastlanmazken konu cinsiyet açısından ele alındığında yaşam doyumunda cinsler arasında anlamlı farklılıklar söz konusudur. Buna göre kadınların erkeklere göre daha doyumlu olduğu söylenebilir.

Araştırma, ülkemizde genç yaş grubu ile bu konuda yapılan ilk araştırma olması ve yararlı bulgular ortaya koyması açısından önemli görünmektedir. Bu araştırmanın bulguları gelişim psikolojisi, danışma ve rehberlik, klinik psikoloji gibi alanlarda yararlı olabilecek sonuçlar getirmektedir. Ancak araştırmanın bazı kısıtlılıkları vardır. Aşağıda önce bundan sözedilmiş daha sonra ileride yapılacak çalışmalarda, bunların ortadan kaldırılması için araştırmanın özelliklerine ilişkin bazı önerilerde bulunulmuştur.

Araştırmaya sadece genç yaş grubundan deneklerin alınmış olması bunları yetişkin ve yaşlı grup ile karşılaştırma olanağını ortadan kaldırmıştır. Daha sonra yapılacak olan çalışmalarda bu yaş gruplarının karşılaştırmasını yapılması uygun olabilir. Ayrıca araştırmada nörotik belirti gösteren deneklerin daha duyarlı bir biçimde seçilmesinin yöntem bilimsel açıdan yararlı olduğu açıktır.

Rotter Cümle Tamamlama Testi ile sorunlu grubun ayırımı araştırmanın bir diğer kısıtlılığıdır. Bu grubun nörotik gruptan kesin bir sınırla ayrılmamış olması olasılığı sonuçları etkilemiş olabilir.

Araştırmada kullanılan "Yaşam Doyumu leği" zerinde geçerlik çalışması olarak yalnızca yüzeysel geçerlik çalışması yapılmıştır. Bu lek üzerinde diğer geçerlik türlerinden birinin daha çalışılması uygun olabilir. Bu araştırmanın değişik zamanlarda değişik örneklem gruplarında (rneğin: kırsal kesim ergenleri) yapılmasından yarar olabilir. Aynı şekilde yaş ve cinsiyet dışında yaşam doyum düzeyini etkileyebilecek diğer demografik değişkenler ve sosyo kültürel düzey, gelir, değer ve tutumlar üzerinde çalışılması uygun olabilir. Böylelikle Türk ergenlerinin yaşam doyum düzeyleri hakkında genel bir bilgi elde edilmiş olur.

Bulguları dikkati bir biçimde genellemek ve bulguları aşan yorumlar yapmamak koşuluyla, bu araştırmanın ülkemizdeki ergenlerin yaşamlarından orta düzeyde doyumlu olduklarını gösterdiği söylenebilir. Bu bulgunun başka araştırmalarla da desteklenmesi durumunda gençlerimizin yaşam doyum düzeyinin yükseltilmesi yönünde önlemler alınması önerilebilir.

EK - I

YAŞ -----

RUMUZ:-----

YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

Aşağıda 5 ifade vardır. Bu ifadelerin size uygunluk derecesini belirlemek amacı ile 1'den 7'ye kadar seçenekler sunulmuştur. Bu derecelendirilmiş seçeneklerden sizin için uygun olan derecelendirme numarasını ifadelerin karşısında yer alan çizginin üzerine yerleştiriniz.

Cevaplandırmalarda lütfen açık ve dürüst olunuz.

Teşekkürler

1= Hiç uygun değil

2= Uygun değil

3= Biraz uygun değil

4= Ne uygun, ne uygun değil

5= Biraz uygun

6= Uygun

7= Çok uygun

----- Yaşamın birçok yönüyle idallerime yakın

----- Yaşam koşullarım çok iyi.

----- Yaşamımdan hoşnutum

----- Şu ana kadar istediğim şeyleri elde edebildim.

----- Yeniden Dünyaya gelseydim yaşamımda hemen hemen

hiçbirşeyi değiştirmezdim.



ROTTER- CÜMLE TAMAMLAMA TESTİ**(Üniversite Öğrencileri Formu)**

Adı Soyadı:.....Tarihi...../...../199...

Okulu:.....Cinsiyeti:.....Yaşı:.....

AÇIKLAMA

Aşağıda bir seri cümle bulunmaktadır. Bu cümlelerin tümünü sizin gerçek duygularınızı ifade edecek şekilde tamamlayınız. Mutlaka tam bir cümle yapınız.

Sizce gerekiyorsa, cümle başlangıçlarına uygun dilbilgisi tamlamalarını uygulayabilir veya verilen cümle başlangıcından sonra bir virgül kullanarak devrik cümlelerde yapabilirsiniz

- 1..... hoşuma gider.
- 2.En mutlu an.....
- 3..... bilmek istiyorum
4. Benim büyüdüğün evde.....
- 5.....pişmanım
6. Geceyatma vakti gelince.....
- 7.Erkekler.....
- 8.En iyi.....
9. Beni rahatsız eden şey.....
10. İnsanlar.....
11. Bir Anne.....

- 12.....hissediyorum.
13. En büyük korkum.....
14. Lisede iken.....
- 15..... mıyorum.
16. Spor.....
17. Ben çocukken.....
18. Sinirlerim.....
19. Başka insanlar.....
- 20..... sıkıntı duyuyorum.
- 21..... başarısız oludum.
22. Kitap okumak.....
23. Zihnim.....
24. Gelecek.....
- 25.....ihtiyacım var.
26. Evlilik.....
27. Kendimi en iyi hissettiğim an.....
28. Bazen.....
29. En zoruma giden şey.....
- 30..... nefret ediyorum.
31. Bu okul.....
32. Ben.....çok.....
33. Tek sorun.....
34. Keşke.....
35. Babam.....

36. Ben gizli gizli.....
37. Ben.....
38. Dansetmek.....
39. En büyük endişem.....
40. Kızların çoğu.....



EK 2

ROTTER C.T.T. PUANLAYICILAR

ARASI KORELASYON KATSAYILARI

<u>PUANLAYICILAR</u>	<u>KORELASYONKATSAYILARI</u>
A - B	.93
A - C	.70
B - C	.77

EK 3

YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ TEST -TEKRARTEST
KORELASYON KATSAYILARI

	İLK TEST	SON TEST
İLK TEST	1.00	.85
SON TEST	.85	1.000

EK 4

YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ MADDE ANALİZİ

MADDE TEST KORELASYON KATSAYILARI

	Top	mad.1	mad 2	mad 3	mad 4	mad 5
Top	1.00					
mad1	.73	1.00				
mad 2	.71	.40	1.00			
mad 3	.76	.48	.36	1.00		
mad 4	.75	.49	.47	.51	1.00	
mad 5	.80	.46	.53	.53	.45	1.00

KAYNAKLAR

- Akkoyun, F. (1983). "Rotter Cümle Tamamlama Testi Üniversite Öğrencileri Formunun Güvenirlik, Geçerlik ve Norm Çalışması" Basılmamış Doktora Tezi, A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, ANKARA
- Alston, J.P., Lowe, G.D., Wrigley, A. (1974). Socio-economic correlates for four dimensions of self-perceived satisfaction, 1972. Human Organization, 33, 99-102.
- Andrews, F.M., Withey, S.B. (1974). Developing measures of perceived life quality: Results from several national surveys. Social Indicators Research, 1, 1-26.
- Andrews, F.M., Withey, S.B. (1976). Social indicators of well-being: American's perception of life quality. New York. Plenum Press.
- Armsden, G., Greenberg, M.T. (1987). The inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to Psychological wellbeing in Adolescence. Journal of Youth and Adolescence, 16, 5, 427-454.

- Bandura, A. (1972). "The Stormy Decade : Fact or Fiction ? " Studies in Adolescence, Third Edition. ed. Grinder. R.E., Macmillan Publishing Co. NewYork.
- Bortner, R.M., Hultsch, D.F. (1970). A motivariate Analysis of correlates of Life Satisfaction in Adulthood. Journal of Gerontology, 25, 1, 41-47
- Bradburn, N.M. (1969). The Structure of Psychological well-being. Chicago : Aldine
- Brenner, B. (1975). Enjoyment as a preventive of depressive affect. Journal of Community Psychology, 3, 346-357
- Braynt, F.B., Veroff, J. (1982). The structure of psychological well-being : A Sociohistorical analysis. Journal of Personality and Social Psychology, 43, 653-673.
- Bull, C. N., Aucoin, J.B. (1975). Voluntary association participation and Life Satisfaction : An application note. Journal of Gerontology, 30, 73-76.
- Cameron. P., (1967). Ego Strength and Happiness of the Age. Journal of Gerontology, 22, 199-203.
- Cameron. P., Titus, D.G., Kostin, J., Kostin, M. (1973). The life satisfaction of nonnormal persons. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 41, 207-214.
- Campbell, A. (1976). Subjective measures of well-being. American Psychologist, 31, 117-124.

- Cotalano, R., Dooley, C.D. (1977). Economic predictors of depressed mood and stressful life events in a metropolitan community. Journal of Health, and Social Behavior, 18, 292-307.
- Cristemen, A., Turner, W.C., Slaughter, J.R., Holman, M.J. (1989). Perceived Psychological well-being in end-stage Renal Disease. Journal of Behavioral Meacme, 12, 3, 249-265.
- Clemente, F., Sauer, W.J. (1976). Life Satisfaction in the United States. Social Forces, 54 : 3, 621-631.
- Coleman, C.J. (1978). Current Contradictions in Adolescent Theory. Journal of Youth and Adolescence, 7,1 1-10.
- Costa, P.T., McCrae, R.R. (1980). Infulence of extraversion and neuroticism on Subjective well-being : Happy and Unhappy people. Journal of Personality and Social Psychology, 38, 668-678.
- Crohan, S.E., Antonucci, C.T., Adelman, K.P., Coleman, M.L. (1989). Job Charecteristics and well-being at midlife. Psychology of weomen Quarterly. 13, 223-235.
- Csikszentimihalyi, M., Figurski, T.J. (1982). Self-awarness and aversive experience everyday life. Journal of Personality, 50, 15-24.
- Cutler, N.E. (1979). Age Variations in the Dimensionality of Life Satisfaction. Journal of Gerontolgoy, 34, 3, 573-578.
- Dacey, P.D. (1979). Adolescents Today, Goodyear Pub. Comp. Santamonica, California.
- Demos, J., Demos, V. (1969). Adolescence in historical Perspective. Journal of Marriage and the Family, 31, 623-638.

- Diener, E.(1984). Subjective Well-Being. Psychological Bulletin, 95, 3, 542-575
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with Life Scale. Journal of Personality Assessment, 49, 1, 71-75.
- Easterlin, R. A. (1974). Does economic growth Improve the human lot ? Some empirical evidence. In P.A. Dovid and M.W. Reder (Eds.), *Nations and Households in economic growth* (Pp : 89-125). New York:Academic Press.
- Emmons. R. A., Diener, G. (1985). Factors Predicting Satisfaction Judgements : A Comparative Examination. Social Indicators Research, 16, 157-167.
- Erikson, E.H. (1982). The Life Cycle Completed. WW Northon and Company, New York.
- Eugene, W. M., Kahn, A. (1975). Physical attractiveness, happiness, nevroticism and self-esteem. The Journal of Psychology, 90, 27-30.
- Fordyce, M.W. (1977). Devolopment of a program to increase personal happines. Journal of Counseling Psychology, 24, 511-521.
- Freud, A. (1989). Ego ve Savunma Mekanizmaları, Çev: Y. Erim, Bağlam Yayıncılık, Ankara.
- Glenn, N.D., Weaver, C.N. (1979). A note on family Situation and global happiness. Social Forces, 57, 960-967.
- Glenn, N. D. Weaver, C.N. (1981). The contribution of marital happiness to global happines. Journal of Mariage and the Family, 43, 161-168.

- Godstein, J., Zautra, A., Goodhart, D. (1982). A test of the Utility of Social indicators for behavioral health service planning. Social Indicators Research, 10, 273-295.
- Gottman, M.J., Krokoff, L.J (1989). Marital Interaction and Satisfaction : A Longitudinal View. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57, 1,147-152.
- Gökberk, M. (1967). Felsefe Tarihi, 2. Basım, Bilgi Yayınevi, 111, ANKARA
- Güven. R. (1963). Doğu ve Batı felsefelerinde paraleller. O.D.T.Ü. Fen-Ed. Fak. Yay., 4, 135, ANKARA
- Hauston, J.P. (1918). The pursuit of happines. Glenview. IL. Scott. Foresman.
- Havvio, E. (1971). Satisfaction with Family, work, Leisure and Life Among men and women. Human Relations, 24, 6, 585-601.
- Hoyt, D. R, Kaiser, A.M., Peters, R.G., Babchuk, N. (1980). Life Satisfaction and Activity Theory : A multidimensional Approach. Journal of Gerontology, 35, 6, 935-941.
- Hunsbenger, B. (1985). Religion, Age, Life Satisfaction. and Perceived Sources of Religiousness : A study of older persons. Journal of Gerontology, 40, 5, 615-620.
- Iris, B., Barrett, G.V. (1972). Some Relations Between Job Importance. Journal of Applied Psychdogy, 56, 4, 301-304.
- Karasar, N. (1984). Bilimsel araştırma Teknikleri, Matbaş Mat., Ankara.

- Karataş, S., Kartaş, K., Şenol, C. (1989). Huzurevinde Kalan Yaşlıların Yaşam Doyum Düzeyleri ile Ölüm Kaygıları Arasındaki İlişki. XXIV Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Kitabı. A.Ü. Tıp Fak. Psikiyatri Ana Bilim Dalı, ANKARA.
- Karataş, S. (1988). Yaşlılarda Yaşam Doyumunu Etkileyen Etmenler, A.Ü. Sosyal Bilimler Enst., Y.L.T., Ankara.
- Kearl, M. C. (1981). An Inquiry in to the positive personal and Social effects of old age stereotypes among the elderly, International Journal of Aging and Human Development, 14, 277-290.
- Kozma, A., Stones, M.J. (1980). The measument of happiness. Development of the memorial University of Newfoundland Scale of Hapiness (MUNSH). Journal of Gerontology, 35, 6; 906-912.
- Kissman, K. (1989). Social Support, Parental Belief Systems, and well-being. Youth and Society, 21, 1, 120-10.
- Kirk, R. (1982). Experimental Design : Procedures for the Behavioral Sciences, (2. nd Ed.) Monterey : Brooks / Cole. 364-365.
- Korman, A. Endüstriyel ve Organizsyonel Psikoloji Çev. Akhun ve Alkan Ankara : Milli Eğitim Basımevi, 1978.
- Krause, N. (1986). Social Support, Stres, and well-being among older adults. Journal of Gerontology, 41, 512-519.
- Kyriakos, S.M., Martin, H.W. (1979). A. Casual Model of Life Satisfaction Among the Elderly. Jornal of Gerontology 34, 1, 86-93.

- Larsen, R. J., Diener, E., Emmons, R. A. (1983). Affect Intensity and reactions to daily life events. Manuscript submitted for publication University of Illinois at Champaign. Urbano.
- Larson, R. (1978). Thirty years of reaseach on subjective well-being of older Americans. Journal of Gerontology, 33, 109-125.
- Lewinsohn, P. M., Amenson, C.S. (1978). Some relations between pleasant and unpleasant events and depression. Journal of Abnormal Psychology, 87, 644-654.
- Lewinsohn, P.M., MacPhillamy, D.J. (1974). The relationship between age and angagement in pleasant activites. Journal of Gerontology, 35, 409-420.
- Liang, J., Kahana, E., Doherty, E. (1980). Financial well -being among the aged : A furtherelaboration. Journal of Gerantology, 35, 409,420.
- Mancini, J. A., Ortnher, D.K. (1980) Situotianal influences on lessure satisfaction and morale in old age. Journal of The American Geriatrics Society, 28, 466-471.
- McRae, J. A., Brody, C (1989). The Differen tial importance of marital Experiences for the well-being of women and men : A Research Note Social Science Research, 18, 237-248.
- Mechanic, D., Hanseli, S, (1989). Divorce, Family Confilict, and Adolescents Well-Being. Journal of Health and Social Behavior, 39, 105-116.
- Medley, M.L. (1980). Life Satisfaction acros four stages of adult Life-International. Journal of Aging and Human Development, 11, 193-209.

- Medley, M.L. (1980). Life Satisfaction across four stages of adult Life-International. Journal of Aging and Human Development, 11, 193-209.
- Michalos, A.L. (1980). Satisfaction and Happiness. Social Indicators Research, 8, 385-422.
- Muss, R.E. (1975). Theories of Adolescence, Third Ed., Rondon House. Inc., New York.
- Muss, R. E. (1982). Kültürel Antropoloji ve Ergenlik, (Çev. S. Zeytinoglu). Ege Üniv. Sosyal Bilimler Fak. Yay., Seminer 1, İZMİR.
- Neurgarten, B.L., Havinghurt, R. J., Tobin, S. S (1961). The measurement of life satisfaction. Journal of Gerontology, 16, 134-143.
- Newcomp, M.D., Bentler, P.M., Collins, C. (1986). Alcohol use and dissatisfaction with self and life. A longitudinal analysis of Young Adults. The Journal of Drug Issues, 16, 4, 479-494.
- Oglive, D. M. (1987). The Undesired self A Neglected Variable in Personality Research. Journal of Personality and Social Psychology, 52, 2, 379-387.
- Oldham, D. G. (1978). Adolescent Turmoil: A Myth Revised. Adolescent Psychiatry, 4, 267-257.
- Öner, N. (1987). "Kültürlerarası Ölçek Uyarlamasında Bir Yöntem Bilim Modeli". Psikoloji Dergisi N. Ulusal psikoloji Kongresi Özel Sayısı, Psikologlar Derneği Yayın Organı, Cilt 6, sayı : 21.

- Plays, T.S., Little, B.R. (1983). Perceived life Satisfaction and the organization of personal projects systems. Journal of Personality and Social Psychology, 44, 1221-130.
- Pollner, M. (1989). Divine Relations. Social Relations, and well-being. Journal of Health and Social Behavior, 30, 92-104.
- Reich, J. W., Zatura, A (1981). Life events and personal causation some relationships with satisfaction and distress. Journal of Personality, and Social Psychology, 41, 1002-1012.
- Reich, I. W. Zatura, A. (1983). Demands and desires in daily life : Some Influences on well-being. American Journal of Community Psychology, 11, 41,58.
- Rice, F.P. (1978). The Adolescent, Second Ed., Allyn And Bacon Inc., Boston.
- Robinson, J.P. (1973). Messues of Social Psychological Attitudes, Revesed Ed. Suruvey Research Center Inst. for Social Research, Michigan.
- Schmitt, N., Pulakos, E.D. (1985). Predicting Job Satisfaction from Life Satisfaction : Is there a general satisfaction factor ? International Journal of Psychology, 20, 155-167.
- Shaffer, G.S. (1987). Patterns of work and Nonwork satisfaction. Journal of Applied psychology, 72, 1,115-124.
- Schwarz, N. Clore, G.L. (1983). Mood misattribution, and Judgments of well being : Informative and directive functions of affective states. Journal of Personality and Social Psychology, 45.513-523.

- Scitovsky, T. (1976). The Joyless economy Oxford : University Press.
- Shine, D.C., Johnson, D.M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. Social Indications Research, 5, 475-492.
- Shinn, M., Wong, N.W., Simoko, P. A., Torres, B.O. (1989). Promoting the well-being of working parents, coping, social support and Flexible. Job Schedules American Journal of Community Psychology, 17, 1, 31-55.
- Spreitzer, E., Snyder, E. E. (1974). Correlates of life Satisfaction Among the Aged, Journal of Gerontology, 29, 4, 454-458.
- Tait, M., Padgett, M. Y., Baldwin, T.T. (1989). Job and Life satisfaction : A Reevaluation of the strength of the Relationship and Gender of Study. Journal of Applied Psychology, 74, 3, 502-507.
- Tolor, A. (1978). Personality Correlates of the Joy of Life. Journal of Clinical Psychology, 34, 671-676.
- Vallerand, R.J., O'Connor, P. B., Blais M. R. (1989). Life satisfaction of elderly Individuals in regular community housing, and low cost community housing and high and low self determination nursing homes. International Aging and Human Development 28, 4, 277-283.
- Verkuyten, M. (1986). The Impact of Ethnic and sex differences on happiness Among adolescent in the Netherlands. The Journal of Social Psychology, 126, 2, 259-260.
- Verkuyten, M., Veenhoven, R. (1989). The well-being of only children. Adolescence. 14, 93, 155-166.

- Vredenburg, D.J., Sheridan, J. E. (1979). Individual and occupational Determinants of Life Satisfaction and Alienation. Human Relations, 32, 12, 1023-1038.
- Weaver, C. N., (1978). Job satisfaction as a component of happiness among males and females. Personnel Psychology, 31, 831-840.
- Weir, R. M., Okun, M. A. (1989). Social support positive college events and college satisfaction : Evidence for boosting effects. Journal of Applied Social Psychology, 19, 758-771.
- Wills, T.A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. Psychological Bulletin, 90, 245-271.
- Wilson, W. R. (1967). Correlates of avowed happiness. Psychological Bulletin, 67, 294-306.
- Wright, J. D. (1978). Are working women really more satisfied ? Evidence from several national surveys. Journal of Marriage and the Family, 40, 301-313.
- Zajonc, R. B. (1980). Feeling and thinking : Preferences need no inferences. American Psychologist, 35, 151-175.