

**ERGENLERİN YAŞAM DOYUMUNUN İNCELENMESİ
INVESTIGATION OF LIFE SATISFACTION OF ADOLESCENTS'****Uzman Psikolojik Danışman Murat EROL**

Yağmur Psikolojik Danışma ve Eğitim Merkezi, muraterol1980@gmail.com, Yozgat/Türkiye

Uzman Psikolojik Danışman İlker KABA

Arokarya Akademi ve Psikolojik Danışma Merkezi, ikabapdr@gmail.com, Ankara/Türkiye

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, ergenlerin yaşam doyumunu incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, Ankara ilinde bulunan üniversitelerin çeşitli lisans bölümlerinin birinci sınıfında öğrenim gören 628 öğrenci oluşturmaktadır. Bağımsız değişkenlere ilişkin verilerin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, öğrencilerin yaşam doyumuna ilişkin verilerin toplanmasında ise Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener, Emmons, Laresen ve Griffin, 1985) kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun “yaşamın çoğununun geçirildiği yerleşim yeri”, “algılanan anne tutumu”, “algılanan baba tutumu”, “algılanan ekonomik durum” ve “lise eğitimi ve yaşantısı yeterlik algısı” açısından anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği; cinsiyet değişkenine göre ise anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür. Elde edilen bu bulgular doğrultusunda, sonuçlar tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Yaşam doyumunu, ergen, üniversite öğrencileri.

ABSTRACT

The purpose of this study is to investigate the adolescents' life satisfaction. The research study group consists of 628 freshman students of a state university in Ankara. In collecting the data related to the independent variables, the Personal Information Form, developed by the researchers; in collecting the data related to the students' life satisfaction, the General Life Satisfaction Scale (Diener, Emmons, Laresen & Griffin, 1985) has been used. According to the results, the life satisfaction of the university students showed significant difference based on “birth order”, “the place which the students spent most of their lives”, “perceived attitude of the mother”, “perceived attitude of the father”, “perceived economic status” and “efficiency perception of the high school education and school life”; but does not differ significantly according to gender. In accordance with the obtained data, the results have been discussed on and some suggestions have been made.

Keywords: Life satisfaction, adolescent, university students.

1. GİRİŞ

Pozitif psikoloji kapsamında psikoloji bilimi ile uğraşanlar son yarım asırdır “İnsan nasıl mutlu olur?”, “Mutluluk sürekli midir?”, “Mutlu olmanın ruh sağlığına etkileri nelerdir?” gibi sorulara cevap aramışlardır. Bu sorulara aranan cevaplar bireyin ruhsal iyi oluşuna yönelik çeşitli kavramları ortaya çıkarmıştır. Bunlardan biri de yaşam doyumunu kavramıdır. Yapılan araştırmalar, yaşamdan doyum almanın ruh sağlığında önemli bir faktör olduğunu göstermiştir (Diener, 1995; Diener, Horwitz ve Emmons, 1985; Diener ve Suh, 1997; Gündoğar, Gül, Uskun, Demirci ve Keçeci, 2007; Güngör, 2011; Myers ve Deiner, 1995; Neugarten, Havighurst ve Tobin, 1961; Özgür, Babacan-Gümüş ve Durdu, 2010; Wan, Jaccard ve Ramey, 1996; Wardle ve diğerleri, 2004). Yaşam doyumunu kavramı ilk defa Neugarten ve diğerleri (1961) tarafından ele alınmıştır. Yaşam doyumunu öznel iyi oluş ile ilgili bir kavramdır. Öznel iyi oluşun duygusal ve bilişsel olmak üzere iki bileşeni vardır. Öznel iyi oluşun duygusal bileşenini olumlu ve olumsuz duygular, bilişsel bileşenini ise yaşam doyumunu oluşturmaktadır (Diener, 1984, 1994; Pavot ve Diener, 1993; Pavot, Diener, Colvin ve Sandvik, 1991). Neugarten ve diğerleri (1961) yaşam doyumunu, bireyin beklentileri (ne istediği) ile elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılması sonucu elde edilen durum ya da sonuç olarak tanımlamıştır. Diener ve arkadaşları ise yaşam doyumunu, bireyin yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmesi olarak tanımlamıştır (Diener, 1984, 1994; Diener, Emmons, Larsen ve Griffen, 1985; Diener, Oishi ve Lucas, 2003). Genel olarak

bireyin arzu ve başarıları arasındaki uyum ne kadar çok ise o kadar çok yaşam doyumunu olacağı kabul edilmektedir (Diener ve diğerleri, 2003). Beklentilerin ve gereksinimlerin, karşılanması durumunda bireylerde yüksek yaşam doyumunu, karşılanmaması durumunda ise düşük yaşam doyumunu görüldüğü farklı çalışmalar ile ortaya çıkmıştır (Diener, 2000; Diener, Emmons, Larsen ve Griffen, 1985, Oishi, Diener, Lucas ve Suh, 1999). Kendi yaşamlarına ait olumlu algılara sahip bireylerin toplum içerisinde daha uyumlu ve üretken olduğu; yaşam doyumunun, temel olarak o toplumdaki refah düzeyi, sağlık hizmetleri ve eğitim olanakları ile ilişkili olduğu; bireylere verilen eğitim, sağlık ve çevre alanındaki hizmetlerin temel amacının yaşam memnuniyetini artırarak insanları mutlu etmesi gerektiği öne sürülmektedir (Diener, 2000; Diener ve Seligman, 2004; Seligman, 2000; Diener ve Suh, 1997). Farklı gruplar üzerine yapılan araştırmalarda yaşam doyumunun sosyodemografik özellikler, evlilik, kültür, din, sağlık durumu, iş yaşamı, sosyal destek imkânları, çevresel koşullar, yaşam deneyimleri gibi çeşitli değişkenlerden etkilendiği görülmektedir (Diener, 1984, 1994, 2000; Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Yaşam doyumunu, her birey için önemli olduğu gibi üniversite öğrencileri için de önemli bir husustur. Ergenlikten genç yetişkinliğe denk gelen üniversite süreci (üniversite eğitimi ve yaşantısı) öğrencilerin psikososyal yönden kendilerini geliştirebilmesi için önemli bir fırsat olabilir. Ancak, bu gelişimin maksimum düzeyde sağlanabilmesinde öğrencilerin yaşam doyumunun etkili olduğu düşünülmektedir. Alanyazındaki bulgular yaşam doyumunu yüksek bireylerin, psikolojik-sosyal-fiziksel yönden sağlıklı bir yaşama, yüksek düzeyde sosyal işlevselliğe, sosyal çevrelerinde daha olumlu ilişkilere, yaşamları ile uyumlu bir mizaca ve kişisel gelişime açık bir bilişsel yapıya sahip olduğunu göstermektedir (Diener, 1984, 1994, 2000; Diener ve Suh, 1997; Diener ve diğerleri, 1999). Ayrıca, yaşamlarına ait olumlu duygulara ve algılara sahip bireylerin daha etkili problem çözdükleri ve stresli yaşam olaylarına karşı daha dirençli oldukları bilinmektedir (Huebner, Suldo, Smith ve McKnight, 2004; Kabasakal ve Uz-Baş, 2013; Karatekin, 2013; Matheny ve diğerleri, 2002; Sahranç, 2007). Yurt dışında yapılan araştırmalar dikkate alındığında, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun ve üniversite yaşantısından duydukları doyumun yurt dışında önemli bir husus olarak görüldüğü anlaşılmaktadır. Üniversite öğrencileri üzerine yapılan çalışmalarda, akademik yaşantıdaki doyumun artması ile yaşam doyumunu düzeyinin yükseldiği (Chiandotto, Bini ve Bertaccini, 2007; Chow, 2005; Diener, 2000; Seligman, 2000); okul doyumundaki düşüklüğün öğrencilerde okula yabancılaşmaya ve memnuniyetsizliğe sebep olduğu (Fine, 1986); okul doyumunu yüksek olan öğrencilerin daha fazla okula bağlı oldukları ve eğitimsel değerleri benimsedikleri (Goodenow ve Grady, 1993); okul doyumunun öğrencilerin akademik başarısını düşürdüğü, öğrencilerde davranış sorunlarına ve motivasyon eksikliğine sebep olduğu (Baker, 1998; Porter, 1994); akademik yaşantı, akademik başarı, sosyal ilişkiler ve özsaygının öğrencilerin yaşam doyumunu etkilediği (Chow, 2005); maddi olanaklar ile ilgili kaygıların da öğrencilerin yaşam doyumunu düşürdüğü (Chow, 2005; Deiner ve Deiner, 2009; Paolini, Yanez ve Kelly, 2006); aile doyumunu, arkadaş doyumunu ve öz saygı ile yaşam doyumunun ilişkili olduğu (Deiner ve Deiner, 2009) görülmüştür.

Üniversite öğrencileri üzerine ülkemizde yapılan çalışmalarda ise eğitim görülen fakülte (Eryılmaz, 2012), eğitim görülen bölüm (Gündoğar ve diğerleri, 2007; İnci, 2014; Kabasakal ve Uz-Baş, 2013; Özdemir, 2015), sınıf düzeyi (Özdemir, 2015), sınıf tekrarı ve üniversite eğitimi sırasında psikolojik yardım alma (Göker, 2013), akademik başarı (Göker, 2013; Tuzgöl-Dost, 2010), eğitim doyumunu, öğretim üyeleri ile olan ilişkiler ve üniversitedeki sosyal olanaklar (Gündoğar ve diğerleri, 2007), üniversitedeki arkadaş ilişkileri ve eğitim görülen bölümün iş imkânları (Gündoğar ve diğerleri, 2007; Kabasakal ve Uz-Baş, 2013), üniversite eğitimi sürecinde evde ve yurttaki kalma durumu (Özgür ve diğerleri, 2010), üniversitede aktivitelere katılma (Kabasakal ve Uz-Baş, 2013), fiziksel sağlık algısı ve ruh sağlığı algısı (Gündoğar ve diğerleri, 2007; Özgür ve diğerleri, 2010), psikolojik ihtiyaçlar (Çivitçi, 2012), iyimserlik ve mutluluk (Sapmaz ve Doğan, 2012), problem çözme ve stresle başa çıkma becerileri (Kabasakal ve Uz-Baş, 2013; Karatekin, 2013; Sahranç, 2007), öz algıları (Çeçen, 2008; Deniz, Arslan, Özyeşil ve İzmirli, 2012; Karatekin, 2013; Sahranç, 2007), duygusal zekâ (Bektaş, 2014; İnci, 2014; Özdemir, 2015), sosyoekonomik düzey (Tuzgöl-Dost, 2007, 2010; Gündoğar ve diğerleri, 2007; İnci, 2014; Kabasakal ve Uz-Baş, 2013; Özgür ve diğerleri, 2010; Özkara, Kalkavan ve Çavdar, 2015), algılanan anne-baba tutumu (Tuzgöl-Dost, 2007, 2010) ve cinsiyetin (Aydiner, 2011; Tuzgöl-Dost, 2007; Kabasakal ve Girli, 2012; Köker, 1991; Recepoğlu, 2013) öğrencilerin yaşam doyumunda etkili olduğu görülmüştür. Bazı çalışmalarda ise kaygı (Gündoğar ve diğerleri, 2007; Güngör, 2011), umutsuzluk ve depresyon (Gündoğar ve diğerleri, 2007) ve kişiler arası çatışma (Koçak, 2014) ile yaşam doyumunu arasında olumsuz bir ilişki olduğu görülmüştür.

Öğrenciler, üniversite ile birlikte yeni bir yaşantıya girmektedirler. Bu yeni yaşantıdan duyulan doyumun çeşitli faktörlerden etkilendiği alanyazından anlaşılmaktadır. Kimlik krizi, kuşak çatışması, sosyal beklentiler ile kişisel isteklerde uyumsuzluk, karşı cinsle olan ilişkiler, yaşanan biyolojik değişim ve yerine getirilmesi gereken gelişimsel görevler gibi pek çok etken ergenlik sürecinde bireylerin yaşamını etkilemektedir (Onur,

2001; Ünal ve Şahin, 2013). Üniversite yaşantısının da ergenlerin yaşamını etkilediği ve değiştirdiği söylenebilir. Ergenlikten yetişkinliğe geçiş aşaması olan üniversite yaşantısında öğrenciler birçok farklı durumla karşılaşabilmektedir. Bu farklı durumlar karşısında öğrencilerin kendilerine güvenmeleri, bireysel hareket etmeleri ve kendi kararlarını almaları beklenmektedir. Üniversite yaşantısından önce edinilen olumsuz düşüncelerin, duyguların, davranışların ve alışkanlıkların üniversite yaşantısında ciddi bir dezavantaja döneceği ve bireyin üniversite eğitimi ve yaşantısında bunlarla baş etmek zorunda kalacağı ortadadır (Erol ve Ercan, 2015). Yaşamına ilişkin olumsuz algılara sahip olan ergenlerin “zorlayıcı ve stresli yaşamsal olaylar” karşısında üniversite eğitimine ve yaşantısına uyum sağlamakta zorlanabileceği söylenebilir. Yurt dışında yapılan çalışmalardan, yaşamlarına ait olumlu algılara sahip öğrencilerin üniversiteden daha fazla verim aldıkları, toplum içerisinde daha “uyumlu” ve “üretken” oldukları bilinmektedir (Baker, 1998; Chiandotto ve diğerleri, 2007; Chow, 2005; Diener, 2000; Fine, 1986; Goodenow ve Grady, 1993; Seligman, 2000). Ekolojik bakış açısı, bireyin içinde bulunduğu ortamdan bağımsız olarak değerlendirilemeyeceğini belirtmektedir (Bronfenbrenner, 1979). Bireyin içinde bulunduğu yerin sosyokültürel özellikleri bireyin psikosozyal özelliklerini de şekillendirmektedir. Ekolojik bakış açısı çerçevesinde, üniversite yaşamından önce yaşanan yerleşim yerinin, aile yapısının ve ebeveyn tutumlarının, sosyoekonomik durumun, lise eğitimi ve yaşantısının üniversite eğitimi alan ergenlerin yaşamlarına ilişkin duygularını ve algılarını etkileyen önemli faktörler olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, alanyazında yapılan çalışmalara ilave olarak, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesinin alanyazına katkı sağlayabileceği değerlendirilmiştir. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ile ilişkili farklı değişkenlerin ortaya konması, psikolojik danışma ve rehberlik hizmetini veren uzmanlar için “yaşamlarına ilişkin olumsuz algılara sahip öğrencilerin tespitinde” ve “bu öğrencilerin duyuşsal gelişimlerini sağlamaya yönelik verilebilecek psikosozyal eğitimlerin düzenlenmesinde” fayda sağlayabilir. Ayrıca bu araştırmadan elde edilen sonuçların ve yapılan önerilerin benzer konularda çalışacak olan araştırmacılara ve üniversite yönetimlerine yol gösterici olabileceği değerlendirilmiştir.

Sonuç olarak bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Bu genel amacı gerçekleştirmek için aşağıdaki sorulara (araştırma problemlerine) yanıt aranmıştır:

- 1.Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
- 2.Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları doğum sırasına göre farklılık göstermekte midir?
- 3.Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yerine göre farklılık göstermekte midir?
- 4.Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları algılanan anne tutumuna göre farklılık göstermekte midir?
- 5.Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları algılanan baba tutumuna göre farklılık göstermekte midir?
- 6.Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları algılanan ekonomik duruma göre farklılık göstermekte midir?
- 7.Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları lise ‘eğitimi’ ve ‘yaşantısı’ yeterlik algısına göre farklılık göstermekte midir?

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Ergenlerin yaşam doyumlarının incelendiği bu çalışma, ilişkisel tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir araştırmadır. Bu araştırmada değişkenler arasındaki ilişkiler ölçülmeye çalışılmıştır.

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, Ankara ilinde bulunan devlet üniversitelerinin çeşitli lisans bölümlerinin birinci sınıfında öğrenim gören 628 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın çalışma grubu, kolaylıkla bulunabileni örnekleme (Convenience Sampling) yöntemi ile oluşturulmuştur. Kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi, yakın çevrede bulunan ve ulaşılması kolay elde mevcut ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen bireyler üzerinde yapılan örneklemedir (Erkuş, 2011). Araştırma verileri, 2013-2014 eğitim-öğretim yılı güz dönemi Kasım ayı içerisinde araştırmacılar tarafından toplanmıştır. Veriler 649 öğrenciden toplanmış fakat 21 öğrenci veri toplama aracında eksik ve hatalı cevaplama yaptıkları gerekçesiyle çalışma grubuna dâhil edilmemiştir. Çalışma grubunda yer alan ergenlerin bilgileri Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1: Çalışma Grubunda Yer Alan Ergenlerin Betimsel İstatistikler

Değişkenler	N	%
Öğrenim Görülen Üniversite		
Hacettepe Üniversitesi	267	42.52
Ankara Üniversitesi	154	24.52
Gazi Üniversitesi	207	32.96
Yaş		
17 Yaş	152	24.2
18 Yaş	476	75.8
Cinsiyet		
Kız	223	35.5
Erkek	405	64.5

Öğrencilerin bilgileri incelendiğinde, kız öğrenciler (n=223) grubun %35.5'ini, erkek öğrenciler (n=405) grubun %64.5'ini, 17 yaşındaki öğrenciler (n=152) grubun %24.2'sini, 18 yaşındaki öğrenciler (n=476) grubun % 75.8'ini oluşturmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma için belirlenen değişkenlere ilişkin veriler Genel Yaşam Doyumu Ölçeği ve araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu ile elde edilmiştir. Veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu (KBF)

Kişisel bilgi formu ile cinsiyet, doğum sırası, yerleşim yeri, algılanan anne-baba tutumu, algılanan ekonomik durum ve lise 'eğitimi ve yaşantısı' yeterlik algısı değişkenleri ile ilgili bilgiler saptanmıştır. Kişisel bilgi formunda anne-baba tutumu, ekonomik durum ve lise eğitimi ile ilgili sorulara verilen cevaplar öğrencilerin algılarını yansıtmaktadır. Ör: Lise 'eğitiminizi ve yaşantınızı', üniversite 'eğitimi ve yaşantısı' için yeterli buluyor musunuz? (evet, kararsızım, hayır).

2.3.2. Genel Yaşam Doyumu Ölçeği (GYDÖ)

Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen Genel Yaşam Doyumu Ölçeği (General Life Satisfaction Scale), Köker (1991) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Toplam 5 maddeden oluşan ölçeğin alt faktörü bulunmamaktadır. Ölçek, "yaşam koşullarım çok iyi", "yaşamımdan memnunum" gibi maddelerden oluşmaktadır. Ergen bireylerden yetişkin bireylere kadar geniş bir yaş grubuna uygulanabilen likert tipi, yedili derecelendirilen (hiç uygun değil=1, tamamıyla uygun=7) ölçeğin toplam puanı 5-35 arasında değişebilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin kendi yaşamıyla ilgili olumlu algılara sahip olduğuna işaret etmektedir. Orijinal çalışmada, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı.87; Köker (1991) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı.76; bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .82 olarak bulunmuştur.

2.4. Verilerin Analizi

Çalışma grubundan elde edilen veriler SPSS 18.00 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Bağımsız değişkenlere göre utangaçlık algıları t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak tespit edilmiştir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla Scheffe testi kullanılmıştır. Varyansların homojenliği Levene F testi ile incelenmiş ve homojenlik koşulunun tüm gruplarda karşılandığı görülmüştür. Araştırmada hata payı üst sınırı .05 olarak alınmıştır.

3. BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde çalışma grubunun yaşam doyumlarını incelemek için yapılan analizlerin sonuçlarına yer verilmiştir.

Öğrencilerin yaşam doyumlarının bağımsız değişkenlere göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Bağımsız Değişkenlere Göre t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Gruplar	N	\bar{X}	SS	Sd	t	p
Cinsiyet	I. Kız	223	27.04	4.96	626	-.944	.345
	II. Erkek	405	27.42	4.84			
Bağımsız Değişkenler	Gruplar	N	\bar{X}	SS	Sd	F	p
Doğum Sırası	I. Tek Çocuk	53	25.30	5.84	3	3.59	.013
	II. İlk Çocuk	232	27.50	4.67			
	III. Ortanca Çocuk	167	27.73	4.92			
	IV. Son Çocuk	176	27.19	4.69			
Yaşamın Çoğunun Geçirildiği Yerleşim Yeri	I. Köy	96	25.37	5.65	3	8.44	.000
	II. Kasaba	49	26.83	4.65			
	III. İlçe	204	27.10	4.63			
	IV. Şehir	279	28.16	4.62			
Algılanan Anne Tutumu	I. Otoriter/ Baskıcı/ Aşırı Koruyucu	88	24.77	5.98	2	27.86	.000
	II. İlgisiz	139	25.94	5.75			
	III. Demokratik	401	28.31	3.89			
Algılanan Baba Tutumu	I. Otoriter/ Baskıcı/ Aşırı Koruyucu	73	22.67	6.83	2	57.25	.000
	II. İlgisiz	116	25.95	4.82			
	III. Demokratik	439	28.41	3.88			
Algılanan Ekonomik Durum	I. Düşük	79	23.78	5.71	2	44.73	.000
	II. Orta	431	27.18	4.48			
	III. Yüksek	118	30.05	4.05			
Lise Eğitimi ve Yaşantısı Yeterlik Algısı	I. Yeterli Bulmuyorum	96	24.53	6.11	2	29.85	.000
	II. Kararsızım	118	26.08	4.59			
	III. Yeterli Buluyorum	414	28.27	4.31			

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının, cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği görülmüştür [$t(626)=-.944, p>.05$].

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının, doğum sırası değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [$F(3, 624)=3.59, p<.05$]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, kardeşi olmayan tek çocuk olan öğrencilerin ($\bar{X}=25.30$) yaşam doyumlarının, doğum sırasında ilk çocuk ($\bar{X}=27.50$), ortanca çocuk ($\bar{X}=27.73$) ve son çocuk ($\bar{X}=27.19$) olan öğrencilerden daha düşük düzeyde olduğu; doğum sırasında ilk çocuk, ortanca çocuk ve son çocuk olan öğrencilerin ise benzer yaşam doyumlarına sahip olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının, yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [$F(3, 624)=8.44, p<.05$]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, üniversite yaşamından önce yaşamının çoğunu şehirde geçiren öğrencilerin ($\bar{X}=28.16$) yaşam doyumlarının, yaşamının çoğunu ilçede ($\bar{X}=27.10$) ve kasabada ($\bar{X}=26.83$) geçiren öğrencilerden daha yüksek düzeyde olduğu; yaşamının çoğunu ilçede ve kasabada geçiren öğrencilerin yaşam doyumlarının da yaşamının çoğunu köyde geçiren öğrencilerden ($\bar{X}=25.37$) daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının, algılanan anne tutumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [$F(2, 625)=27.86, p<.05$]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, annesinin tutumunu demokratik olarak algılayan öğrencilerin ($\bar{X}=28.31$) yaşam doyumlarının, annesinin tutumunu ilgisiz ($\bar{X}=25.94$) veya otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu ($\bar{X}=24.77$) olarak algılayan öğrencilerden daha yüksek düzeyde olduğu; annesinin tutumunu ilgisiz veya otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu olarak algılayan öğrencilerin ise benzer yaşam doyumlarına sahip olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının, algılanan baba tutumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [F(2, 625)=57.25, p<0,05]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, babasının tutumunu demokratik olarak algılayan öğrencilerin (\bar{X} =28.41) yaşam doyumlarının, babasının tutumunu ilgisiz olarak algılayan öğrencilerden (\bar{X} =25.95) daha yüksek düzeyde olduğu; babasının tutumunu ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin yaşam doyumlarının da babasının tutumunu otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu olarak algılayan öğrencilerden (\bar{X} =22.67) daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının, algılanan ekonomik durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [F(2, 625)=44.73, p<0,05]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, ailesinin ekonomik durumunu yüksek seviyede algılayan öğrencilerin (\bar{X} =30.05) yaşam doyumlarının, ailesinin ekonomik durumunu orta seviyede algılayan öğrencilerden (\bar{X} =26.08) daha yüksek düzeyde olduğu; ailesinin ekonomik durumunu orta seviyede algılayan öğrencilerin yaşam doyumlarının da ailesinin ekonomik durumunu düşük seviyede algılayan öğrencilerden (\bar{X} =23.78) daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumlarının, lise 'eğitimi ve yaşantısı' yeterlik algısı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [F(2, 625)=29.85, p<0,05]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, lise 'eğitimi ve yaşantısını' üniversite 'eğitimi ve yaşantısı' için yeterli bulan öğrencilerin (\bar{X} =28.27), bu konuda kararsız olan öğrencilerden (\bar{X} =26.08) daha yüksek düzeyde yaşam doyumlarına sahip olduğu; kararsız olan öğrencilerin yaşam doyumlarının da lisede aldıkları eğitimi üniversite eğitimi için yeterli bulmayan öğrencilerden (\bar{X} =24.53) daha yüksek düzeyde olduğu görülmüştür.

4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada, üniversite öğrencisi olan ergen bireylerin yaşam doyumları; cinsiyet, doğum sırası, yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri, algılanan anne-baba tutumu, algılanan ekonomik durum ve lise 'eğitimi ve yaşantısı' yeterlik algısı değişkenlerine göre incelenmiştir.

Araştırmanın sonucunda ilk olarak, kız ve erkek öğrencilerin benzer yaşam doyumlarına sahip olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencileri üzerine alanyazında yapılan çalışmalarda, cinsiyet değişkenine göre yaşam doyumunun farklılık gösterdiği çalışmalar (Aydiner, 2011; Tuzgöl-Dost, 2007; Kabasakal ve Girli, 2012; Köker, 1991; Receptoğlu, 2013) olduğu gibi; cinsiyet değişkenine göre yaşam doyumunun farklılık göstermediği (Chow, 2005; Deniz ve diğerleri, 2012; Fugl-Meyer, Melin ve Fugl-Meyer, 2002; Hampton ve Marshall, 2000; Kabasakal ve Uz-Baş, 2013; Özkara ve diğerleri, 2015; Tümkaya, 2011) çalışmalarda mevcuttur. Yaşam doyumuna ilişkin alanyazında, cinsiyetin tartışmalı bir konu olduğu görülmektedir. Alanyazın göz önünde bulundurulduğunda çalışmanın yeri, zamanı ve çalışma grubunun özelliklerine göre cinsiyet değişkeninde farklı sonuçlara ulaşılabileceği söylenebilir.

Araştırma sonucunda, kardeşi olmayan tek çocuk olan öğrencilerin yaşam doyumlarının, doğum sırasında ilk çocuk, ortanca çocuk ve son çocuk olan öğrenciler-den anlamlı düzeyde daha düşük olduğu; doğum sırasında ilk çocuk, ortanca çocuk ve son çocuk olan öğrencilerin ise benzer yaşam doyumlarına sahip olduğu görülmüştür. Koçak ve İçmenoğlu'nun (2012), lise öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, doğum sırasına göre yaşam doyumunun farklılık göstermediği görülmüştür. Kalkan ve Koç'un (2008), üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada ise doğum sırasında tek çocuk olan üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma becerilerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Adler, tek çocuğun yalnız başına yetiştiği için toplumsal davranışlarının gelişmediğini; paylaşmayı ve diğer çocuklarla işbirliği yapmayı öğrenemediğini; akranlarıyla ilişki kurmada zorluk yaşadığını; çoğunlukla ebeveynlerin onlar adına harekete geçip, sorumluluklarını üstlendiği ve kararlar aldıklarını belirtmektedir (Burger, 2006; Corey, 2008; Murdock, 2012). Ebeveynlerin aşırı koruyucu tutumlarının, tek çocuk olan bireylerin "bağımsız hareket edebilmeyi, inisiyatif almayı, sıradan yaşamsal sorunlarla bile baş edebilmeyi öğrenmesini" ve "farklı yaşam deneyimlerini tecrübe etmesini" engellediği düşünülmektedir. Bu engellemeler ile yetişen bireylerin de sıradan ve basit yaşamsal sorunlar karşısında bile zorlandıkları ve yaşamlarından daha az doyum aldıkları söylenebilir.

Araştırma sonucunda, üniversite eğitime kadar şehirde, ilçede, kasabada ve köyde yaşayan öğrencilerin farklı yaşam doyumuna sahip olduğu; yaşamının büyük bölümünün geçirildiği yerleşim yeri küçüldükçe, öğrencilerin yaşam doyumunun da düştüğü görülmüştür. Özgür ve diğerlerinin (2010), üniversite öğrencileri ve Seydoğulları ve Çiftçi-Arıdağ'ın (2012) lise öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada, yerleşim yerine göre

yaşam doyumunun farklılık göstermediği görülmüştür. Farklı gruplar üzerine yapılan çeşitli çalışmalarda ise yaşamının büyük bölümünü şehirde ve ilçede geçiren bireylerin, kasaba ve köyde geçiren bireylere göre düşük düzeyde utangaçlığa (Altıok, 2011; Erdal, 2003), yüksek düzeyde öz saygıya ve atılganlığa sahip olduğu (Dinçer ve Öztunç, 2009; Kahriman, 2005; Yılmaz ve Ekinci, 2001) bulgularına ulaşılmıştır. Alanyazından, yaşanılan yerleşim yerinin nüfus büyüklüğü arttıkça bireylerin kendilerine ilişkin daha fazla olumlu algılara ve duygulara sahip olduğu görülmektedir. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların da üniversite öğrencileri için bu ilişkileri destekler biçiminde olduğu söylenebilir. Yerleşim yerlerinin nüfus büyüklüğüne paralel olarak imkânlarının da (Sosyal, ekonomik, teknoloji vb.) artış göstermesi ile bireylerin daha fazla ve çeşitli yaşam deneyimine sahip olduğu, bu durumun da bireylerin psikososyal gelişimini olumlu yönde etkilediği ve yaşam doyumunu yükselttiği söylenebilir.

Araştırma sonucunda, annesinin ve babasının tutumunu “demokratik” olarak algılayan öğrencilerin yaşam doyumunun, “otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu” veya “ilgisiz” olarak algılayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Üniversite öğrencileri üzerine yapılan çalışmalarda anne-babasının tutumu-nu demokratik olarak algılayan bireylerin yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduğu görülmüştür (Tuzgöl-Dost, 2007, 2010). Farklı gruplar üzerine yapılan çalışmalarda ise anne-babasının tutumunu demokratik olarak algılayan bireylerin, yüksek düzeyde güvengenliğe (Saruhan, 1996; Tataker, 2003), eleştirel düşünceye (Tümkiye ve Aybek, 2008); düşük düzeyde tükenmişliğe (Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013), utangaçlığa (Gökmenoğlu, 2011; Hamarta, Baltacı, Üre ve Demirtaş, 2010), sosyal kaygıya (Erkan, 2002; Erkan, Güçray ve Çam, 2002; Horsch, 2004; Karacan, Şenol ve Şener, 1996); olumlu öz algılarına (Adana ve Kutlu, 2009; Özkan, 1994) sahip olduğu görülmüştür. Alanyazından, otoriter, baskıcı, aşırı koruyucu ve ilgisiz ebeveyn tutumu ile yetişen bireylerin bireysel hareket edemediği ve sorumluluk alamadığı; demokratik ebeveyn tutumu ile yetişen bireylerin ise kendilerine ve yaşamlarına ilişkin daha fazla olumlu algılara ve duygulara sahip olduğu görülmektedir. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların da üniversite öğrencileri için bu ilişkileri destekler biçiminde olduğu söylenebilir. Demokratik anne-baba tutumu ile yetişen ergen bireylerin, diğer bireylere göre üniversite eğitimi ve yaşantısında psikososyal gelişime daha açık olacağı, bireysel hareket edeceği ve kendi kararlarını alacağı söylenebilir. Bu nedenlerle demokratik anne-baba tutumunun yetişkinliğin başlangıcında olan ergen bireyler için önemli bir etken olduğu düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda, ailesinin ekonomik durumunu yüksek, orta ve düşük gelirli olarak algılayan öğrencilerin farklı yaşam doyumuna sahip olduğu; algılanan ekonomik durumun düzeyi yükseldikçe, öğrencilerin yaşam doyumunun da yükseldiği görülmüştür. Bu sonuç, üniversite öğrencileri üzerine yapılan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir (Chow, 2005; Deiner ve Deiner, 2009; Gündoğar ve diğerleri, 2007; Matheny ve diğerleri, 2002; Moller, 1996; Özgür ve diğerleri, 2010; Paolini ve diğerleri, 2006; Sam, 2001; Tuzgöl-Dost, 2006, 2007, 2010). Tuzgöl-Dost (2007) ekonomik durumun, bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılayabilmelerinden, kendilerini geliştirebilecek etkinliklere katılabilmeye kadar pek çok hedef için bir gereklilik durumu olduğunu belirtmektedir. Günümüz dünyasında, yaşamsal ihtiyaçlarımızın neredeyse tamamını para ile karşıladığımızı ve ekonomik gelir düzeyimiz ile bu ihtiyaçlarımızı karşılayabilme oranının paralellik gösterdiğini göz önünde bulundurduğumuzda algılanan ekonomik düzeyin yaşam doyumunu için çok önemli bir husus olduğu söylenebilir.

Araştırmanın sonucunda son olarak, lisede aldığı eğitimi ve geçirdiği lise yaşantısını üniversite ‘eğitimi ve yaşantısı’ için yeterli olduğunu düşünen öğrencilerin, yeterli olduğunu düşünmeyen veya bu konuda kararsız olan öğrencilere göre yaşam doyumlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Benzer gruplar üzerine yapılan çalışmalarda, lise ‘eğitimi ve yaşantısı’nın bir üst öğrenim kurumu için yeterli olduğunu düşünen öğrencilerin, yeterli olduğunu düşünmeyen veya bu konuda kararsız olan öğrencilere göre daha yüksek yaşam doyumlarına (Erol, Çelik ve Üçok, 2015; Erol ve Ercan, 2015) ve olumlu benlik algılarına (Erol ve diğerleri, 2015) sahip olduğu görülmüştür. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların da bu ilişkileri destekler biçiminde olduğu söylenebilir. “Ergenlik, kişiliğin son şeklini aldığı ve bireyin duyuşsal gelişiminde önemli bir dönemdir. Lise eğitimi ergenliğin ortalarına, üniversite eğitimi ise ergenliğin son dönemine denk gelmektedir. Lise eğitiminde edinilen olumsuz düşüncelerin, duyguların, davranışların ve alışkanlıkların üniversite yaşantısında ciddi bir dezavantaja döneceği ve bireyin üniversite yaşantısında bunlarla baş etmek zorunda kalacağı ortadadır” (Erol ve Ercan, 2015). Lise eğitimi sürecinde edinilen bilgilerin, kazanımların ve olumlu deneyimlerin bir üst öğrenim kurumunda ergenlerin uyum sürecini ve yaşamlarını kolaylaştırdığı düşünülmektedir. Bu kapsamda araştırma bulgusu değerlendirdiğinde; lisede aldığı eğitimi ve geçirdiği lise yaşantısını, üniversite ‘eğitimi ve yaşantısı’ için yeterli bulan öğrencilerin yaşam doyumlarının anlamlı olarak daha yüksek olmasının, doğal bir neden-sonuç ilişkisi olduğu söylenebilir.

Bu çalışmada, belirlenen bağımsız değişkenler ile yaşam doyumunun ilişkisinin ortaya konması ile alanyazına katkı sağlandığı söylenebilir. Bu araştırmadan elde edilen verilerin öğrencilerin kişisel ifadelerine dayalı olması bu araştırma için bir sınırlılıktır. Çalışma grubundan elde edilen verilerin gerçeğe en yakın olabilmesinde; “çalışma grubundaki birey sayısının”, “çalışma grubunun özelliklerine en uygun ölçme aracının seçilmesinin” ve “veri toplama sürecinde iyi bir yapılandırma yapılmasının” önemli belirleyiciler olduğu düşünülmektedir. Bu araştırmada bu hususlara dikkat edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular çerçevesinde yapılan öneriler aşağıda sunulmuştur.

Psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) birimlerinde çalışan alan uzmanları açısından değerlendirildiğinde: Üniversitelerin PDR birimlerine depresyon, umutsuzluk ve aşırı kaygı gibi şikâyetlerle başvuran öğrencilerin durumlarının değerlendirilmesinde bütüncül bir yaklaşım sergilenebilir. Bireyin doğum sırası, anne-baba tutumu, yaşadığı yerleşim yerinin özellikleri, sosyoekonomik düzeyi ve bir önceki eğitim yaşantısı göz önünde bulundurularak psikolojik durumu değerlendirilebilir. Uzmanlar, bireylerin içsel kaynaklarını harekete geçirmek için “önleyici, koruyucu ve gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri kapsamında” yaşam doyumu düşük öğrencilere yönelik küçük gruplardan oluşan psiko-eğitimler düzenleyebilir. “Psiko-eğitim grupları, katılımcılara bir kriz durumuyla ya da gelişimsel konular-la baş etmede veya problemlerin önlenmesinde yardım etmeye yönelik gruplardır. Bu gruplar sosyal becerilerin geliştirilmesine odaklıdır ve önleyici ya da çare bulucu olabilir” (Brown, 2013).

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı açısından değerlendirildiğinde: Alanyazından, bireylerin ergenlik döneminde kendileri ve yaşamlarıyla ilgili olumlu duygulara ve algılara sahip olmalarında anne-baba tutumlarının önemli olduğu görülmüştür. Ergenlik döneminde olan çocukları ile iletişim problemleri yaşayan anne-babalara, aile yaşam merkezleri bünyesinde “ergen bireyler ile iletişim”, “olumlu anne-baba tutumu” vb. konularda alan uzmanlarının verdiği psikososyal eğitimler düzenlenebilir. “Sosyal beceriler ilişkilerimizin daha sağlıklı olmasını sağlamaktadır. Bireyler, sosyal becerilerini dolaylı veya dolaysız olarak model alma yoluyla öğrenmektedir” (Brown, 2013). Bu bağlamda, alan uzmanları tarafından ebeveynlere verilecek psikososyal eğitimlerin, çocuk ve ebeveyn iletişiminin daha sağlıklı olabilmesine ve ebeveynlerin çocuklarına olumlu rol modeli olabilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmacılar açısından değerlendirildiğinde: Ülkemizde, üniversite öğrencileri üzerine yapılan araştırmaların tamamında Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen “Genel Yaşam Doyumu Ölçeği”nin kullanıldığı görülmüştür. Farklı ölçme araçları ve değişkenler ile yapılacak araştırmaların alanyazına katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Özellikle çok değişkenli araştırma modelleri oluşturularak, yaşam doyumu ergenliğin farklı dönemlerinde olan bireyler üzerinde incelenebilir. Belirli sosyodemokratik özelliklerle sahip ergenlerin kendilerini ve yaşamlarını nasıl değerlendirdiği ile ebeveynlerinin onları nasıl değerlendirdiği de karşılaştırılabilir. Ayrıca, ülkemizde üniversite öğrencilerinin doğrudan üniversite yaşamını nasıl değerlendirdiği ile ilgili bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Alanyazındaki bu eksiklik araştırmacılar tarafından değerlendirilebilir.

KAYNAKÇA

Adana, F., & Kutlu, Y. (2009). Anne-baba tutumlarının adolesanların kendilik kavramı üzerine etkisi. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 12(2), 18-23.

Altıok, S. (2011). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık ve başa çıkma stratejileri ilişkilerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.

Aydiner, B. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Baker, J. A. (1998). The social context of school satisfaction among urban, low-income, African American students. School Psychology Quarterly, 13 (1), 25-44.

Bektaş, E. (2014). Üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ ve yaşam doyumu ilişkisi (Facebook kullananlar üzerine bir araştırma). Yüksek Lisans Tezi, Toros Üniversitesi, Mersin.

Burger, J. M. (2006). Kişilik (İ. D. Erguvan-Sarıoğlu, Çeviren). İstanbul: Kaknüs Yayınları. (Orijinal eser 2004 yılında basılmıştır.)

Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. London: Harvard University Press.

- Brown, N. W. (2013). Psikolojik danışmanlar için psiko-eğitsel gruplar hazırlama ve uygulama rehberi (1. Baskı). (V. Yorğun, Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık (Orijinal çalışma basım tarihi 2011).
- Chiandotto, B., Bini, M., & Bertaccini, B. (2007). Quality assessment of the university educational process: an application of the ECSI model (43-54). Effectiveness of university education in Italy: employability, competences, human capital (Ed. Fabbris, L.). Physica-Verlag A Springer Company.
- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150.
- Corey, G. (2008). Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları (T. Ergene, Çeviren). Ankara Mentis Yayıncılık. (Orijinal eser 2005 yılında basılmıştır)
- Çapulcuoğlu, U., & Gündüz, B. (2013). Öğrenci tükenmişliğini yordamada stresle başa çıkma, sınav kaygısı, akademik yetkinlik ve anne-baba tutumları. *Eğitim Bilimleri Araştırma Dergisi*, 3 (1), 201-218.
- Çeçen, A. R. (2008). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordamada bireysel bütünlük (tutarlılık) duygusu, aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 4 (1), 19-30.
- Çivitçi, A. (2012). Üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumunu ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21 (2), 321-336.
- Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z., & İzmirli, M. (2012). Öz-anlayış, yaşam doyumunu, negatif ve pozitif duygu: Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 428-446.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542-575.
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157.
- Diener, E. (1995). A value based index for measuring national quality of life. *Social Indicators Research*, 36, 107-127.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being, the science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55 (1), 34-43.
- Diener, E., & Diener, M. (2009). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. E. Diener (Eds.). In *culture and well-being* (pp. 71-91). Springer Netherlands.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Horwitz, J., & Emmons, R. (1985). Happiness of very wealthy. *Social Indicators Research*, 16, 263-274.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annu.Rev.Psychol*, 54, 403-25.
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond money toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5 (1), 1-31.
- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicator. *Social Indicators Research*, 40, 189-216.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276-302.
- Dinçer, F., & Öztunç, G. (2009). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 22-33.
- Erdal, H. (2003). Çalışan ve çalışmayan kadınların utangaçlıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Erkan, Z. (2002). Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 120-133.
- Erkan, Z., Güçray, S., & Çam, S. (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10 (10), 64-75.

- Erkuş, A. (2011). Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci (3.baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Erol, M., Çelik, H., & Üçok, A. (2015). Öğrenci seçme ve yerleştirme sınavına giren ergenlerin “benlik algılarının” ve “yaşam doyumlarının” incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama Dergisi*, 11 (1), 321-345.
- Erol, M., & Ercan, L. (2015). Türkiye’de öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin kişisel epistemolojileri ve benlik algılarının incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 11 (2), 492-520.
- Eryılmaz, S. (2012). Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla.
- Fine, M. (1986). Why urban adolescents drop into and out of public school? *Teachers College Record*, 87 (3), 393-409.
- Fugl-Meyer, A. R., Melin, R., & Fugl-Meyer, K. S. (2002). Life satisfaction in 18 to 64 year old Swedes: In relation to gender, age, partner and immigrant status. *Journal of Rehabilitation Medical*, 34, 239-246.
- Goodenow, C., & Grady, K. E. (1993). The relationship of school belonging and friend's values to academic motivation among urban adolescent students. *Journal of Experimental Education*, 62 (1), 60-71.
- Göker, Y. (2013). Türkiye’de öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Gökmenoğlu, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri ile algıladıkları anne-baba tutumları arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uşkun, E., Demirci, S., & Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 10 (1), 14-27.
- Güngör, T. (2011). Selçuk Üniversitesi Resim-İş Eğitimi Anabilim Dalı öğrencilerinin kaygı ve yaşam doyumu düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Hamarta, E., Baltacı, Ö., Üre, Ö., & Demirtaş, E. (2010). Lise öğrencilerinin utangaçlıklarının algılanan anne-baba tutumları ve problem çözme yaklaşımları açısından incelenmesi. *Aile ve Toplum Dergisi*, 6 (21), 73-82.
- Hampton, N. Z., & Marshall, A. (2000). Culture, gender, self-efficacy and life satisfaction: A comparison between Americans and Chinese people with spinal cord injures. *Journal of Rehabilitation*, 66 (3): 21-29.
- Horsch, L. M. (2004). Parental attitudes toward socially inhibited children: an exploratory analysis. Unpublished Master Dissertation, State University, Virginia.
- Huebner, E. S., Suldo, S. M., Smith, L. C., & McKnight, C. G. (2004). Life satisfaction in children and youth: Empirical foundations and implications for school psychologists. *Psychology in the Schools*, 41 (1), 81-93.
- İnci, S. (2014). Aday öğretmenlerin duygusal zekâ ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale.
- Kabasakal, Z., & Girli, A. (2012). Üniversite öğrencilerinin kadına yönelik şiddet hakkındaki görüşlerinin, deneyimlerinin bazı değişkenler ve yaşam doyumu ile ilişkisi (DEÜ Buca Eğitim Fakültesi Örneği). *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14 (2), 105-123.
- Kabasakal, Z., & Uz-Baş, A. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2 (1), 27-35.
- Kahrman, İ. (2005). Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon sağlık yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygıları ve atılganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9 (1), 24-32.
- Kalkan, M., & Koç, H. E. (2008). Psikolojik doğum sırası bireylerin stresle basa çıkma stratejilerinin yordayıcısı mıdır? *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (30), 45-59.
- Karacan, E., Şenol, S., & Şener, Ş. (1996). Çocukluk ve ergenlik çağında sosyal fobi. *3P Dergisi Sosyal Fobi Ek Sayısı*, 4 (1), 28-33.
- Karatekin, H. (2013). Benlik yapılarına göre başa çıkma stratejileri ve yaşam doyumunun incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.

- Koçak, Ö. F. (2014). Kişilerarası çatışmalar ve yaşam doyumu ilişkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.
- Koçak, R., & İçmenoğlu, E. (2012). Üstün yetenekli öğrencilerin duygusal zekâ ve yaratıcılık düzeylerinin yaşam doyumlarını yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (37), 73-85.
- Köker, S. (1991). Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Matheny, K. B., Curlette, W. L., Aysan, F., Herrington, A., Gfroerer, C. A., Thompson, D., & Hamarat, E. (2002). Coping resources, perceived stress, and life satisfaction among Turkish and American university students. *International Journal of Stress Management*, 9 (2), 81-97.
- Moller, V. (1996). Life satisfaction and expectations for the future in sample of university students: A research note. *South African Journal of Sociology*, 27 (1), 109-125.
- Murdock, N. L. (2012). Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları olgu sunumu yaklaşımıyla (F. Akkoyun, Çeviri Editörü). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık. (2.basımdan çeviri)
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who Is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. (1999). Cross cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personal. Soc. Psychol. Bull.*, 25, 980-990.
- Onur, B. (2001). Gelişim psikolojisi, yetişkinlik, yaşlılık, ölüm. (5. Baskı). Ankara: İmge Kitapevi.
- Özdemir, M. (2015). Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâları ile yaşam doyumlarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Özgür, G., Babacan-Gümüş, A., & Durdu, B. (2010). Evde ve yurttan kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1, 25-32.
- Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etmenler. *Düşünen Adam Dergisi*, 7 (3), 4-9.
- Özkara, A. B., Kalkavan, A., & Çavdar, S. (2015). Spor bilimleri alanında eğitim alan üniversite öğrencilerinin yaşam doyum düzeylerinin araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3, 336-346.
- Paolini, L., Yanez, A. P., & Kelly, W. E. (2006). An examination of worry and life satisfaction among college students. *Individual Differences Research*, 4 (5), 331-339.
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20.
- Pavot, W. G., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: Evidence for the crossmethod convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57 (1), 149-161.
- Porter, A. C. (1994). National standards and school improvement in 1990s: Issues and Promise. *American Journal of Education*, 102, 421-449.
- Recepoglu, E. (2013). Öğretmen adaylarının yaşam doyumları ile öğretmenlik mesleğine ilişkin tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Özel Sayı 1*, 311-326.
- Sahranç, Ü. (2007). Stres kontrolü, genel öz-yeterlik, durumluluk kaygı ve yaşam doyumuyla ilişkili bir akış modeli. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Sam, D. L. (2001). Satisfaction with life among international students: An exploratory study. *Social Indicators Research*, 53 (3), 315-337.
- Sapmaz, F., & Doğan, T. (2012). Mutluluk ve yaşam doyumunun yordayıcısı olarak iyimserlik. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8 (3), 63-69.
- Saruhan, N. (1996). Ankara il merkezinde lise son sınıfa devam eden öğrencilerin atılganlıkları ile ana ve baba tutumları arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Seligman, M. E. P. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Seydooğulları, S. Ü., & Çiftçi-Arıdağ, N. (2012). Examining life satisfaction levels of high school student in term of parental attitude and some variables. *International Online Journal of Educational Sciences*, 4 (3), 752-767.
- Tataker, T. (2003). Ergenlerin atılganlık düzeyi ile ruhsal sorunları arasındaki ilişkinin araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Tuzgöl-Dost, M. (2006). Subjective well-being among university students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (22), 132-142.
- Tuzgöl-Dost, M. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35 (158), 75-89.
- Tümkaya, S. (2011). Türk üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluşu yordayan sosyodemografik değişkenler ve mizah tarzları. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 36 (160), 158-168.
- Tümkaya, S., & Aybek, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin eleştirel düşünme eğilimlerinin sosyo-demografik özellikler açısından incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17 (2), 387-402.
- Ünal, A. Ö., & Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2 (3), 46-63.
- Wan, C. K., Jaccard, J., & Ramey, S. L. (1996). The relationship between social support and life satisfaction as a function of family structure: An analysis of four types of support. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 502-513.
- Wardle, J., Steptoe, A., Guliş, G., Sartory, G., Sêk, H., Todorova, I., Vögele, C., & Ziarko, M. (2004). Depression, perceived control, and life satisfaction in university students from Central-Eastern and Western Europe. *International Journal of Behavioral Medicine*, 11 (1), 27-36.
- Yılmaz, S., & Ekinci, M. (2001). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 4 (2), 1-10.