



T.C.

UFUK ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM DOYUMLARINI BELİRLEMeye
YÖNELİK ÖLÇEK GELİŞTİRME ÇALIŞMASI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ESRA ATEŞ

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi ASLIHAN ERMAN ASLANOĞLU

Ankara, 2019

T.C.
UFUK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK PROGRAMI

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM DOYUMLARINI BELİRLEMeye
YÖNELİK ÖLÇEK GELİŞTİRME ÇALIŞMASI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ESRA ATEŞ

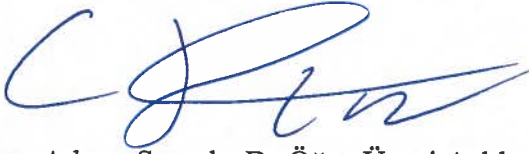
Danışman
Dr. Öğr. Üyesi ASLIHAN ERMAN ASLANOĞLU

Ankara, 2019

KABUL VE ONAY

Esra ATEŞ tarafından hazırlanan Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarını Belirlemeye Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması başlıklı bu çalışma, 12.06.2019 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Unvanı Adı ve Soyadı – Doç. Dr. C. Deha DOĞAN



Unvanı Adı ve Soyadı- Dr.Öğrt. Üyesi Aslıhan ERMAN ASLANOĞLU



Unvanı Adı ve Soyadı- Dr. Öğr. Üyesi Ayşe IRHÖRÜCÜ KÜÇÜK



Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



Prof. Dr. Mehmet TOMANBAY
Enstitü Müdürü



BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Tezim/Raporum sadece Ufuk Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.

Tezimin/Raporumun yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.


Esra ATEŞ

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleşmesinde, değerli bilgilerini benimle her daim paylaşan, kısıtlı zamanı içinde bana zaman ayırabilen, beni yüreklendiren ve destekçim olan çok değerli danışman hocam Dr. Öğretim Üyesi Aslıhan ERMAN ASLANOĞLU'na teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Değerli geribildirim ve görüşleri ile bana yol gösteren saygıdeğer hocalarım Doç. Dr. C. Deha Doğan ve Dr. Öğr. Üyesi Ayşe IRKÖRÜCÜ KÜÇÜK'e teşekkür ediyorum.

Çalışmam sırasında eğitime verdiği önemi sadece söylemde bırakmayarak iş hayatımda bana her zaman kolaylıklar sağlayıp yanımda olan ve benim için bir okul müdürü olmaktan hep daha fazlası olan Neslihan MECİT'e, İngilizce bilgisi ve manevi desteği ile bu süreçte bana yardımcı olan kardeşim Su ATEŞ'e, bu zorlu süreçte destekleri ve anlayışı için kıymetli eşim Anıl ATEŞ'e teker teker teşekkürlerimi sunuyorum.

Son olarak, hayatımın her döneminde yanımda olan ve en büyük destekçim olan çok değerli annem Nadime GÜMÜŞ'e, babam Ensar GÜMÜŞ'e ve varlığıyla beni mutlu eden kardeşim Ertuğrul Çağrı GÜMÜŞ'e canı gönülden teşekkür ediyorum.

ÖZET

ATEŞ, Esra. Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını belirlemeye yönelik ölçek geliştirme çalışması. Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2019.

Bu araştırmada, ergenlik dönemindeki bireylerin yaşam doyumunu tek bir ölçek ile ölçmek için Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği'nin (YDÖ) geliştirilmesi, amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim öğretim yılında Ankara ilinde bulunan Lise Düzeyindeki Özel Okullar oluşturmuştur. Ölçek geliştirme çalışması sürecinde ön deneme aşamasını 270 liseli öğrenci, nihai uygulamada 406 liseli öğrenci oluşturmuş, toplamda 676 öğrenciye ulaşılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından geliştirilen Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS paket programı ve Lisrel programı kullanılmıştır. Ölçeğin 270 kişiye uygulanan ön deneme uygulamasından sonra 42 maddelik ölçekten faktör yükleri düşük olan 25 madde çıkarılmış ve 17 maddelik ve 3 boyutlu nihai ölçek elde edilmiştir. Ölçeğin toplamına ait iç-tutarlık, güvenirlik ve test tekrar test güvenirlik katsayısı.78 olarak bulunmuştur. Alt faktörlere ilişkin iç-tutarlık ve test tekrar test güvenirlik katsayıları sırasıyla birinci alt faktör.83, ikinci alt faktör için.45 üçüncü alt faktör için iç-tutarlık güvenirliği.60 test tekrar test güvenirliği ise.74 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik ve güvenirliğine ait bulgular, liselerde öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerini belirlemek üzere kullanılabilir nitelikte olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Doyumu Ölçeği, Yaşam Doyumu, Ergenlik.

ABSTRACT

ATEŞ, Esra. Scale development study on determining life satisfaction of high school students. Master Thesis, Ankara, 2019.

The aim of this study is to improve LSS for a highschool students (Life satisfaction scale) in order to evaluate individuals life satisfaction. The area of the study is formed by the private highschools in Ankara. In the process of developing the scale, 270 highschool students attended the preliminary test and for final, 460 highschool student participated to the study. As a result participants reached to 676 students. In this study, life satisfaction scale for highschool students, which is created by the researcher, is used as the data collection tool. In the analysis part SPSS and Lisrel were used. After the first trial with 42 items which is carried out on 270 students, 25 items which have low factor loads were left-out and at the end 3D scale with 17 items was created. Internal consistency, reliability and test retest reliability paramater are founded 78. Regarding sub-factors internal consistency, reliability and test retest reliability paramater are founded respectively, first sub-factor 83, second one 45, the reliability of third factor 60, and test retest reliability 74. Findings on validity and reliability of the test shows that it can be used for determining the life satisfaction level of highschool students.

Key Words: Life Satisfaction Scale, Life Satisfaction, Adolescence.

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	iii
BİLDİRİM	iv
TEŞEKKÜR	v
ÖZET.....	vi
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	viii
TABLoların LİSTESİ	xi
ŞEKİLLERİN LİSTESİ	xii
BÖLÜM I.....	1
1. GİRİŞ	1
1.1. PROBLEM DURUMU.....	1
1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ	6
1.3. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ	7
1.4. SINIRLILIKLAR.....	7
1.5. SAYILTILAR	8
1.6. TANIMLAR.....	8
BÖLÜM II	9
2. KURAMSAL TEMEL ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	9
2.1. YAŞAM DOYUMU ÜZERİNE KURAMSAL YAKLAŞIMLAR.....	9
2.1.1. Ereksel (Telik) Kuramlar.....	10
2.1.2. Bağ Kuramları	12
2.1.3. Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları.....	13
2.1.4. Yargı Kuramları	14
2.2. ERGENLİK ÜZERİNE KURAMSAL YAKLAŞIMLAR	15
2.2.1. Biyolojik Yaklaşımlar	15
2.2.2. Organizmik Yaklaşımlar	15
2.2.3. Öğrenme Yaklaşımları	17
2.2.4. Sosyolojik Kuramlar.....	18
2.2.5. Tarihsel ve Antropolojik Kuramlar	19
2.3. YAŞAM DOYUMU İLE İLGİLİ YURTIÇİNDE YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....	19

2.4. YAŞAM DOYUMU İLE İLGİLİ YURTDIŞINDA YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....	21
2.5. ERGENLİK İLE İLGİLİ YURTIÇİNDE YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....	22
2.6. ERGENLİK İLE İLGİLİ YURTDIŞINDA YAPILAN ARAŞTIRMALAR.....	25
BÖLÜM III.....	26
3. YÖNTEM.....	26
3.1. ARAŞTIRMA MODELİ.....	26
3.2. ARAŞTIRMA GRUBU	26
3.3. VERİ TOPLAMA SÜRECİ	26
3.4. VERİLERİN ANALİZİ	27
3.4.1. Madde Havuzu Aşaması.....	27
3.4.2. Uzman Görüşü Aşaması.....	28
3.4.3. Ön Deneme Aşaması.....	28
3.4.4. Faktör Analizi Aşaması	28
3.4.5. Güvenirlik Hesaplama Aşaması	29
3.4.6. Nihai Uygulama.....	29
BÖLÜM IV	31
4. BULGULAR.....	31
4.1. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN ÖN DENEME UYGULAMASI.....	31
4.2. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN TEST TEKRAR TEST YÖNETİMİ UYGULAMASI.....	34
4.3. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN NİHAİ UYGULAMASI	35
BÖLÜM V.....	40
5. TARTIŞMA ve YORUM.....	40
5.1. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN ÖN DENEME UYGULAMASININ TARTIŞMA VE YORUMU.....	40
5.2. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN TEST TEKRAR TEST YÖNETİMİ UYGULAMASININ TARTIŞMA VE YORUMU	40
5.3. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN NİHAİ UYGULAMASININ TARTIŞMA VE YORUMU	41

BÖLÜM VI	42
6. SONUÇ ve ÖNERİLER	42
6.1. SONUÇLAR	42
6.2. ÖNERİLER	42
KAYNAKÇA	44
EKLER	49
EK-1. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ	49
EK-2. ÖZGEÇMİŞ	50



TABLULARIN LİSTESİ

Tablo 1. Ölçekte Yer Alan Maddelerin Faktör Yük Değerleri	33
Tablo 2. Ölçeğin Geneline ve Alt Boyutlarına Ait Cronbach'ın a Güvenirlik Katsayısı	34
Tablo 3. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeğinin Test Tekrar Test Yönteminin Güvenirlik Analizi Sonucu	34
Tablo 4. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği İçin Hesaplanan KMO Değerleri	35
Tablo 5. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeğinin DFA Sonuçlarına İlişkin Uyum İyiliği Değerleri	38
Tablo 6. Ölçeğin Geneline ve Alt Boyutlarına Ait Cronbach a Güvenirlik Katsayıları.....	39
Tablo 7. Madde Toplam Korelasyonları.....	39

ŞEKİLLERİN LİSTESİ

Şekil 1. Maslow'un (1943) İhtiyaçlar Pramidı (Hiyerarşisi).....	11
Şekil 2. Yaşam Doyumunun İnsan Gelişim Perspektifi (Maslow Teorisi Bağlamında).....	12
Şekil 3. Ölçeğe Ait İlk Çizgi Grafiği	32
Şekil 4. Ölçeğin Son Halinin Çizgi Grafiği	33
Şekil 5. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği DFA t Değerleri.....	36
Şekil 6. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği DFA Standartlaştırılmış Çözüm Sonuçları.....	37

BÖLÜM I

1. GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem durumu açıklanmış ardından araştırmanın amacı ve önemi, araştırmanın problemi, araştırmanın sınırlılıkları ve sayıltılarından bahsedilmiştir. Son olarak da araştırmadaki kavramların tanımlarına yer verilmiştir.

1.1. PROBLEM DURUMU

İnsanlar yaşamları boyunca kendilerine belirli hedefler koyup, bu hedefler çerçevesinde bir takım sınırlar çizerek hayatlarını şekillendirme çabası içine girmektedirler.

Yaşadığımız bu dünya döngüsü içinde herkesin bir rolü, yaşam amacı, inançları, tutumları, duyguları ve düşünceleri ve bunlara ilişkin de eyleme döktükleri davranışları mevcuttur.

İnsanlar kendini bazen farkında olmadan, bazen de adım adım bilinçli bir şekilde ilerleyerek bu çaba içinde bulurlar. Hayatta var olma çabası ve hayatı mutlu bir şekilde zevk alarak yaşama çabası, hayatı anlamlı kılma çabası insanlığın en eski çağlarından bu yana süregelen bir ihtiyaç haline gelmiştir. O halde, insanlar yaşamlarından doyum sağlayabilmek için nasıl bir hayat sürdürmek isterler? Çocuklar, ergenler, yetişkinler ya da yaşlılar için yaşam doyumunu etkileyecek faktörler nelerdir? İnsanlar mutlu olmanın, hayatın tadına varmanın yolunu nasıl bulacaklar?

İlk kez Neugarten (1961) tarafından ortaya atılan yaşam doyum kavramı, bir insanın beklentileri ve (ne istediği), elindekileri (neye sahip olduğu) karşılaştırılması ile ortaya çıkan sonuçtur. Yaşam doyum, kişinin kendisi için oluşturduğu kriterleri (düşündüğü yaşam tarzı), yaşadığı hayatla kıyasladığında elde ettiği sonucun pozitif olmasıdır (Diener, Emmons, Larsen ve Griffin, 1985). Yani kişinin beklentileri ile gerçek hayatının karşılaştırılması sonucunda elde ettiği durum yaşam doyumuna ilişkin bilgi vermektedir. Bu tanımlardan yola çıkarak yaşam doyumunun, kişilerin hayatında oldukça büyük bir öneme sahip olduğu görülmektedir. İnsanlar yaşadıkları hayata dönüp

baktıklarında bu hayattan ne derecede memnun oldukları, ne derecede memnun olmadıkları sorularının cevapları bir bakıma yaşam doyumunun hangi seviye de olduğunu betimsel olarak gösterebilir.

Yaşam doyumu kişinin tüm hayat sürecini ve hayatının çeşitli boyutlarını etkilemektedir (Akt. Yoltaş, 2007). Yani yaşam doyumu yüksek olan biri olduğunu varsayarsak, bu kişinin okul hayatının, arkadaşlık ilişkilerinin de olumlu olması beklendiktir. Bu durum kişinin yaşam doyumunun hayatındaki diğer alanları etkilediğini göstermektedir. Mutsuz ve hayatında istediği doyumu yakalayamayan kişi ise yine yaşamının diğer alanlarında problemler yaşayabilirler.

Yaşam doyumu kişinin algısına göre değişmekte, içinde çok çeşitli faktörler barındırarak bu faktörlerden etkilenmekte ve bu doğrultuda şekillenmektedir. Söz konusu durum ele alındığında yaşam doyumu kavramının sınırlarını net bir şekilde çizerek belirli bir kapsam içerisinde tanımlamak oldukça güçtür. Bu nedenle alan yazında yaşam doyumuna ait çok çeşitli tanımlara rastlanmaktadır (Keser, 2005). Literatürde yaşam doyumuna yönelik tanımlamaların üç şekilde yapıldığı görülmektedir. Bu tanımlamalar şu şekildedir:

Birinci grup tanımlamalar yaşam doyumunu erdem, kutsallık, öznel iyilik gibi kavramlara dayandırmaktadır. Buna göre her insanın en belirgin hedefi huzura ulaşmaktır (Gümüş, 2006). Bu tanıma göre bireylerin erdemli ve huzurlu bir hayat yaşadıklarına olan inançları ne kadar yüksekse o derecede yaşam doyumları artacaktır. Aynı şekilde bireylerin erdem ve huzur dolu bir hayat yaşadıklarına olan inançları zayıfladıkça yaşam doyumları da düşmeye başlamaktadır.

İkinci grup tanımlamalarda, yaşamın olumlu, kişiyi mutluluğa, doyuma ulaştıran yönleri incelenmiş ve öznel iyi oluş, yaşam doyumu olarak adlandırılmıştır (Köker, 1991). Yani bireylerdeki iyilik hali, iyi olma hali yaşam doyumu ile ilişkilendirilmiştir. Kişi kendini ne kadar iyi hissediyorsa yaşam doyumu da o kadar yüksek olmaktadır. Diğer yandan kişi kendini ne kadar kötü hissediyorsa yaşam doyumu da o düzeyde düşük seviyede olmaktadır.

Üçüncü grup tanımlamalar ise kişilerin rutin yaşamları içinde yaşadıkları duygu durum değişikliklerinde meydana gelen olumlu ya da olumsuz duygulanım üzerine kuruludur (Yetim, 1991). Eğer kişi olumsuz duygular ile dolu bir gün geçiriyor ve hayatına sürekli olumsuz duygular hakim oluyorsa, bu durum yaşam doyumunu negatif olarak etkilemektedir. Aynı şekilde bireylerin hayatlarına ne kadar olumlu duygu hakim ise yaşam doyumunu düzeyleri de o kadar yüksek olacaktır.

O halde yaşam doyumunu kavramı günümüzde farklı tanımlar ile açıklanmakta, net olarak belirli bir çerçeve içine sokulamamaktadır. Bu durum da yaşam doyumunu kavramını daha çekici ve ilginç hale getirmektedir.

Bu tanımlamalardan da yola çıkarak araştırmacıya göre yaşam doyumunu kavramı ise, kişinin beklentileri ve yaşadıkları hayat sonucunda ortaya çıkan mutlu zamanların bütünü ve kişilerin olaylara yükledikleri anlamların sonucudur.

İlgili alanyazında bahsedilen tanımlamaların dışında yaşam doyumunu kavramı genellikle mutluluk kavramı ile eş anlamlı kullanılmaktadır. Bu durumun asıl nedeni iki kavramın birbirini arasındaki ilişkinin oldukça yüksek düzeyde çıkmasıdır (Vitterso vd., 2005).

Tarih boyunca insan eylemlerinin en etkili güdüleyicisi olarak mutluluk görülmüştür. Mutlu olan insan işinde verimli, ailesinde huzurlu, okul hayatında başarılı, ilişkilerinde ölçülü ve uyumlu olacaktır. Fakat buna karşı psikologlar ve sosyal bilimciler genellikle sorunlar, sıkıntılar, hastalıklar, mutsuzluklar üzerine odaklanmıştır ve öznel iyi olmaya yaşam doyumuna, mutluluğa daha az önem göstermişlerdir (Diener, 1984). Günümüzde ise, on yıldan fazla süredir pozitif psikoloji aracılığıyla öznel iyi olma ve mutluluk kavramları oldukça fazla ilgi görmeye başlamış ve alanyazın araştırmalarına konu olmuştur (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Öznel iyi olmanın bilişsel bileşeni olan yaşam doyumunu, bireyin hayatının çeşitli alanlarını sorgulaması ve bu sorgulama sonucunda edindiği bilgi çıktısına yüklediği anlamdır. Yaşam doyumunu öznel iyi olmanın bir bileşeni olup, duygunun değerlendirilmesinden, duygu odaklı yaşamaktan çok bilişsel yargılar ile ilgilenir ve duygusal bileşeni tamamlayarak ilerler (Greenspoon ve Saklofske, 1988). Yani insanda ki duygusal ve bilişsel boyutu oluşturan tanımlamalar öznel iyi olma ve yaşam doyumunu kavramlarından oluşmaktadır.

Yaşam doyumu nedir, nasıl ölçülür, ne gibi faktörlere dikkat edilmelidir? sorusunun cevabı, aslında yaşam doyumunun boyutları ile ilgilidir. Kişinin yaşamını nasıl değerlendirdiği, ne zaman iyi hissettiği, ne ölçüde mutlu olduğu genellikle genel yaşam doyumu ile (Diener vd., 1985) ve yaşam alanlarındaki doyum ile ölçülmektedir. Genel yaşam doyumu tündengelimci bir bakış açısı ile daha çok kişilik gibi etmenlere ya da genetik yapıya dayalı olarak yaşamın genel bir değerlendirilmesi niteliğindedir. Yaşam alanlarındaki doyum ise tümevarımcı bir yaklaşımla kişinin aile, okul, arkadaş, sağlık gibi kendisini hayatı boyunca etkileyen çeşitli alanlardaki düşüncelerinin bütünüdür. Genel yaşam doyumu daha soyut, yaşam alanlarındaki doyum daha somut değerlendirmeler içererek birbirinden ayrılmaktadır. Yaşam doyumu ve genel yaşam doyumunu birbirinden ayırmamak bütüncül bir bakış açısı içerisinde değerlendirmek gerekmektedir. Ancak bu sayede bireylerin yaşam doyumu daha net ve doğru bir şekilde belirlenebilir.

Alanyazın incelendiğinde yaşam doyumunu etkileyen farklı etkenler bulunmaktadır. Bunlardan bazıları farkındalık, kişilik tipleri, duygusal zeka, aile tutumları, arkadaşlık ilişkileri, akademik başarı, cinsiyet gibi çeşitli kavramlardır. Bu durumda yaşam doyumunu belirlemeyi zorlaştırmakta, derinlemesine inceleme gerektirmektedir.

Yaşam doyumu kavramı bu derece karmaşık bir süreç içerisindeyken, yaşamlarının en inişli çıkışlı dönemlerinde (ergenlik dönemi) bireyler yaşam doyumunu nasıl açıklayabilir? Ergenlik dönemindeki bireylerin riskli davranışlara sıkça yöneldiği, aileden çok arkadaşlarına önem verdiği, duygusal gelişimlerinin oldukça inişli çıkışlı olduğu, toplumdaki soyutlanıp bireysellik kazanmaya çalıştıkları göz önüne alınarak, bu bireylerin yaşam doyumlarının nasıl şekillendiğinin saptanması merak konusu olmaktadır.

Latince kökenli ergenlik kelimesi “yetişkinliğe doğru büyüyen” anlamındaki *adolescere* yükleminden türetilmiştir (Lerner ve Steinberg, 2004). Psikologlar, antropologlar, filozoflar, ebeveynler ve hatta ergenlik dönemindeki bireyler ergenlik’i tanımlamayı çok uzun zamandır denemektedirler. Modern ergenlik psikolojisinin önde gelen isimlerinden G. Stanley Hall ergenliği “ fırtına ve stres zamanı” olarak betimlemiş fakat bu bakış açısı araştırmalar ile desteklenememiştir.

Ergenliği diğer araştırmacılar da farklı şekillerde tanımlanmıştır: Psikoseksüel gelişimin dört evresinin sonuncusu (Blos, 1962). “İnsanda, bireyin yetişkine özgü imtiyazların kendisine

verilmediğini farketdiği zaman başlayan ve yetişkinin tüm gücü ve toplumsal konumunun toplum tarafından bireye verildiği zaman sonlanan gelişim dönemi (Sieg, 1971),

Atak'a göre (2011), Ergenlik yaşamları boyunca sürekli olarak değişim ve gelişim sürecinde olan insanların, bu süreci çok yoğun olarak geçirdikleri bir dönemdir. Bu doğrultu da ergenlerin yaşam doyumları da inişli çıkışlı bir yaşam yolculuğu haline gelmektedir. Bu süreçte duygusal, fiziksel, bilişsel, davranışsal değişiklikleri üst seviye de yaşayan kişilerin yaşam doyumları da değişken bir yapı gösterebilir ve farklı etkenlerden etkilenerek gelişebilir. Kullanılan tanımlar ne olursa olsun bu tanımlar çerçevesinde ortak düşünce, çevremizde çok fazla ergenin olduğudur.

Ergenliği, çalışan sosyal bilimciler genellikle 10'dan 13'e kadar ki yaşları arasındaki dönemi erken ergenlik, 14'ten 17'ye kadar ki yaşları içeren dönemi orta ergenlik, 17'den 22'ye kadar ki yaşların olduğu dönemi ileri ergenlik (bazen gençlik ya da beliren yetişkinlik olarak ifade edilir) olarak adlandırmaktadırlar (Arnett, 2000; Kagan ve Coles, 1972; Keniston, 1970; Lipsitz, 1977). Yani bu dönem bireylerin ortaokul, lise ve üniversite yıllarına denk gelmektedir. Ergenliği ifade eden yaş aralıkları tüm dünyada hemen hemen aynıken ergenliğe bakış açısı toplumdan topluma nasıl şekillenmektedir?

Toplumlar arasında ergenliğe bakış açısı ve bu doğrultuda da ergenliğin gelişimi, sınırları değişebilmektedir. Bireyselliğin esas alındığı çoğu yabancı ülkede ergenliğin bu kısmı hoş karşılanırken, ülkemizde bireysel olma çabasındaki ergenler, olağan olarak hoş karşılanmamakta, bireylerin bu düşünceleri desteklenmemektedir. Yani ergenliği geçiş aşaması olarak düşündüğümüzde bu geçişin ne kadar zor, inişli çıkışlı ya da daha kolay atlatılması toplumun kültürüne göre oldukça değişiklik gösterebilmektedir.

Ergenlik dönemindeki bireyler toplum tarafından bir yandan çocuk gözüyle görülmekte, diğer yandan ise yetişkince hareketler sergilemeleri istenmektedir. Toplum bu bireylerden yüksek notlar, olumlu arkadaşlık ilişkileri, sorunsuz davranışlar, saygı beklemektedir.

Bu çalışmanın birinci bölümünde araştırmanın gerekçesi, önemi, yaşam doyumunu ve ergenlik dönemini tanımlamak, problem durumu, araştırmanın amacı ve önemi, araştırmanın problemi, alt problemler, sınırlılıklar, sayılılar ve tanımlardan bahsedilmiştir. Çalışmanın ikinci kısmını kuramsal çerçeve, yurtiçi ve yurtdışında yapılan araştırmalara

oluşturmaktadır. Çalışmanın üçüncü bölümünde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama süreci, veri analizi süreci üzerine yoğunlaşmıştır. Dördüncü bölümde araştırma sonucunda ulaşılan bulgular ile yapılan analizler açıklanmıştır. Çalışmanın beşinci bölümünde ise tartışma ve yorum kısımları yer almış, altıncı bölümünde ise sonuç ve öneriler kısmı bulunmaktadır.

Alanyazın incelenmiş yapılan çalışmalarda ki Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) dikkat çekmiştir. Bireylerin yaşam doyumunu ölçmek için kullanılan yaşam doyum ölçeğinin farklı ölçeklerle bir arada kullanılarak dolaylı yoldan yaşam doyumunu saptadığı fark edilmiştir. Bu bakımdan araştırmacı tarafından doğrudan yaşam doyumlarını belirlemek için bir Yaşam Doyumu Ölçeği geliştirme çalışması planlanmıştır. Diğer yandan Türkiye’de kullanılan yaşam doyum ölçeklerinin yurtdışından uyarlama çalışması olduğu ve ülkemizde böyle bir ölçek geliştirilmediği gözlenerek kültürümüze ve yaşam şartlarımıza uygun bir Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği çalışması geliştirmek amaçlanmıştır.

1.2. ARAŞTIRMANIN AMACI VE ÖNEMİ

Yaşam doyumunu insanların hayatında yaşları, meslekleri, yaşam tarzları, ekonomik durumları ne şekilde olursa olsun her zaman büyük bir öneme sahip olmaktadır. Bireylerin duygusal değişimleri onların iş hayatını, aile hayatını, arkadaş çevresini bütün yaşamını hayatı boyunca etkilemektedir. Bireyin içinde bulunduğu duygu durumu nasıl ise bu doğru orantılı olarak o kişinin davranışlarını ve devamında da çevresini etkilemektedir. Mutlu insanlar, hayata daha sıkı sıkı bağlıyken, hayatından doyum almayan kişiler ise daha umutsuz, mutsuz bir yaşam sürdürmektedir. Fakat her insanın mutluluktan anladığı ve mutlu olmak için olması gereken şartlar farklı olabilir. Ya da kişiler hayatlarının belli dönemlerinde farklı şeylerden zevk alabilir. Bebeklik döneminde temel ihtiyaçların karşılanması sonucu mutlu olunurken, çocukluk döneminde okul hayatının etkisinin, ergenlik döneminde arkadaş çevresinin, yetişkinlikte ikili ilişkiler ve iş hayatının, yaşlılık döneminde ise geçmiş yaşantıların verdiği doyum kişilerin yaşama dair mutluluğunu ifade edebilir. Bunun yanı sıra dönemsel özelliklerin dışında bireysel farklılıkların da sonucu olarak insanlar için farklı mutluluk kaynakları da olabilir. Bu doğrultu da ergenlik dönemi araştırmacı tarafından merak konusu olmaktadır.

Yaşam doyumu ve ergenlik kavramlarının tanımlaması bu kadar zor iken, bir arada incelendiğinde ortaya çıkaracağı sonuç merak edilmektedir. Bu amaçla Yaşam Doyumu Ölçeği, ergenlik kavramlarına dair alanyazın incelenmiş ve farklı bir yaşam doyumu ölçeği geliştirme çalışması planlanmıştır.

Araştırmacı Yaşam Doyumu Ölçeğini incelemiş, yaşam doyumunu düzeyini doğrudan belirlemek için bir ölçme aracı olmadığının görülmesi, yaşam doyumunun dolaylı olarak diğer ölçekler ile beraber ölçülmesi üzerine bu alanda bir eksiklik olduğu fark edilmiştir. Diğer yandan yaşam doyumuna yönelik uyarılma çalışması yapılan ölçeklerin kullanıldığının görülmesi ülkemizde geliştirilmiş olan bir yaşam doyumu ölçeğinin alanyazına kazandırılmak istenmesi üzerine, araştırmacı tarafından özellikle ergenlerde yaşam doyumunu doğrudan ölçmek amacıyla Yaşam Doyumu Ölçeği geliştirilmeye karar verilmiştir.

Bu genel amaç çerçevesinde araştırmada belirtilen problem cümlesinin daha detaylı incelenmesi için aşağıda yazılı sorulara cevap aranacaktır.

1.3. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Bu araştırmanın amacı liseli öğrencilerin yaşam doyumlarını doğrudan belirlemeye yönelik ölçek geliştirmektir. Bu genel amaç çerçevesinde araştırmada belirtilen problem cümlesinin daha detaylı incelenmesi için aşağıda yazılı sorulara cevap aranacaktır.

1. Lise öğrencilerine yönelik, yaşam doyumu düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olan ölçek geçerli midir?
2. Lise öğrencilerine yönelik, yaşam doyumu düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olan ölçek güvenilir midir?

1.4. SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın sınırlılıkları şunlardır;

1. Araştırmanın evreni 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Ankara ilindeki lise öğrencileri ile sınırlıdır.

2. Araştırmanın örneklemini 2018-2019 eğitim öğretim yılında Ankara ilindeki 676 lise öğrencisi ile sınırlıdır.

1.5. SAYILTILAR

Bu araştırmada aşağıdaki varsayımdan yola çıkılmıştır;

1. Veri toplamak için uygulanan ölçme araçlarını uygulamaya katılan öğrenciler içtenlikle ve objektif olarak yanıtladıkları düşünülmektedir.
2. Kullanılacak olan ölçek formunun bu araştırma da kullanılacak verileri toplamada uygun bir ölçme aracı olduğu düşünülmektedir.

1.6. TANIMLAR

Doyum: TDK'ya göre doyum bazı istekleri giderme ve tatmin olma durumudur.

Yaşam Doyumu: Kişinin iş, boş zaman ve diğer iş dışı zaman olarak tanımlanan yaşama gösterdiği duygusal tepkidir ya da tutumudur (Dikmen, 1995).

Ergenlik: Çocukluk ve genç yetişkinlik arasında kalan 12-24 yaş Milli Eğitim Bakanlığı'na göre buluş çağına erme nedeniyle biyolojik bakımdan çocukluğun sonu ile toplum hayatında sorumluluk alma dönemidir. Bu döneme ergenlik adı verilir. (Kulaksızoğlu, 2008). Bireyin biyolojik, psikolojik, zihinsel, sosyal ve ahlaki açıdan bir gelişmenin gerçekleştiği, çocukluktan erişkinliğe geçiş ve hazırlık sürecine ergenlik dönemidir. Unesco, ergenlik dönemini 15-25 yaşları arasında kabul etmektedir. Bu dönem ülkemizde kızlarda ortalama olarak 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlamaktadır (Yavuzer, 1993). Ergenlik, erinlik ile başlamaktadır. Çocukluktan ergenliğe geçişi sağlayan ergenliğin başındaki süreç erinlik olarak adlandırılır (Ünlüoğlu, 1987). Bu çalışmada ergenlik dönemini oluşturan bireyler Ortaöğretim 9., 10., 11. ve 12.sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

BÖLÜM II

2. KURAMSAL TEMEL ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırmacı tarafından yaşam doyumu ve ergenlik dönemine ait kuramsal temelden ve bu iki konuya ait yurtiçi ve yurtdışında yapılan ilgili araştırmalardan bahsedilmiştir.

2.1. YAŞAM DOYUMU ÜZERİNE KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

En eski çağlardan beri mutluluk, mutlu bir yaşam sürmek, hayatı doyum olarak yaşamak insanların temel ihtiyaçlarından biri olmuştur. Yaşam doyumu bireyden bireye, toplumdaki topluma ya da yaşa, cinsiyete göre değişim göstermekte ve kişilerin hayatlarında önemli bir yere sahiptir. İnsanlara mutluluk ya da yaşam doyumu nedir? Diye bir soru yöneltsek her bireyin kendine özgü cevapları olacaktır. Bireyler uzun yıllardır mutlu olmaktan veya olamamaktan bahsetmekte, her birey mutluluk için farklı yollar denemektedir. Bu yollar kişiden kişiye göre değişmekte ve her kişide yarattığı sonuçlar çeşitlilik göstermektedir. Kimi insan maddi amaçlar uğruna çalışırken mutluluğa ulaşma yolunda, kimisi ise manevi huzuru aramaktadır. Örneğin; hayat standartlarının her zaman daha iyi olması için çabalayan kişi bunun karşılığında mutlu olurken, bir başkası akademik kariyer yapmayı kendine hedef belirleyip bu yolda ilerleyerek mutluluğa ulaşacaktır. Yani insanlar beklentileri ile yaşadıkları hayat arasındaki denge de yol almaktadır. Hiç kimse istemediği bir hayat içinde mutluluğu yakalayamamıştır. Başka bir deyişle kendi seçimlerinden oluşmayan bir hayat yaşayan kimseler kendi mutluluklarını yaşayamamaktadırlar.

Diğer bir yandan insanların her zaman mutlu yüzlerle dolaşması hiçbir zaman üzgün olmaması gerektiğini düşünmekte çokta gerçekçi ve sağlıklı bir yaklaşım değildir. İnsanlar çok çeşitli duygulara sahiptir ve insanlığın doğasını bu çeşitli duyguların bütünü oluşturmaktadır. İnsanla çalışırken duyguları bir kenara bırakıp tek bir duyguya odaklanmak oldukça yanlış bir düşüncedir. Önemli olan kişinin bu duygularının ne kadarını tanıdığı ve hayatına kabul ettiğidir. Her insan onu mutlu edecek bir durum

yaşadığında hayatı yolunda gitmektedir fakat üzülduğünde, kırıldığında, öfkelenildiğinde hayatın çok kötü olduğunu düşünüp depresif bir hale bürünmek ne kadar doğrudur? Burada asıl önem arz eden kendine göre olumsuz yaşam şartları /durumlar veya duygular yaşarken ne kadarını çözümleyip üstesinden gelerek yola sağlam adımlarla devam edildiğidir. Yani hayata ve durumlara karşı geliştirilen bakış açısı ile bilişsel olarak iyileşme çabası önemli bir etkidir.

Yaşam doyumu ve mutluluk uzun yıllardır olduğu gibi günümüzde de insanların en çok ihtiyaç duyduğu konulardan biri olmuştur ve insan hayatı devam ettiği sürece her zaman güncelliğini koruyacaktır. Kişiler her zaman hayatı anlamlandırma çabası içinde ilerlerken er ya da geç yaşam doyumu kavramına uğramadan, doyumunu sorgulamadan yol alamayacaklardır. Bu sorgulama içerisindeki kişiler ise yaşam doyumunu hiçbir zaman tek bir bakış açısıyla açıklayamayacaktır.

2.1.1. Ereksel (Telik) Kuramlar

Yaşam doyumunun ereksel açıklamaları, amaç veya ihtiyaç gibi bazı durumlar elde edildiğinde mutluluğa ulaşabileceğini öne sürer. Wilson (1960) tarafından ortaya koyulmuş olan bir kuramsal temel ‘‘ihtiyaçlar doyuruldukça mutluluğa, doyurulmadığı sürece ise mutsuzluğa neden olur’’ şeklindedir (Yetim, 1991). O halde bireyin ihtiyaçların onun yaşam doyumunda birincil etkidir. İhtiyaçların giderilmesi halinde bireyler mutluluğa ulaşmak için adım atmakta, doyumunu sağlamaktadır. Alternatif ereksel kuramlar ise öğrenilmiş yaşantılar sonucunda ortaya çıkan ihtiyaçların doyurulması üzerine odaklanmaktadır. Kişi bunu bilinçli ya da bilinçli olmadan yapabilir. Burada yine bireylerin ihtiyaçlarının doyurulması sonucunda mutluluğa erişebileceğinden söz etmektedir (Yetim, 1991). Amaç kuramlarında ise kişinin belirli istekleri üzerinde dururlar. Kişi farkında olarak belli bir amaca ulaşmak istemektedir ve bu amaca ulaştığında mutluluk ortaya çıkar. Yani kişinin kendine belirlediği hedefler onun nelerle mutlu olabileceğini gösterebilir. Bunun yanı sıra kişinin sahip olduğu değerler de onun yaşam doyumu etkilemektedir (Yetim, 1991). Ereksel kuramların genel görüşü ihtiyaçlar ve amaçlar üzerinedir. İnsanlar ihtiyaçlarını karşıladığı süre içerisinde mutluluğa, doyuma ulaşabilmektedir. Aynı doğrultuda ihtiyaçlarına ne kadar uzak bir yaşantısı varsa o kadar doyumdan uzak yaşayacaktır.

Ereksel kuramlardan bahsederken Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisine değinmek gerekir. Maslow (1943) İhtiyaçlar Piramidi (Hiyerarşisi) teorisini bir psikolog olarak klinik ortamda yaptığı çalışmalar ile alan yazına kazandırmıştır (Walsh, 2011). Maslow'a göre bireyler yaşamlarında kendileri birtakım hedefler belirler ve bu doğrultuda yaşamlarını biçimlendirirler (Kula, S.ve akar, B., 2015). İnsanın kendini gerçekleştirmesi şeklinde belirtilen son basamağa ulaşabilmek için kişinin kendi hayatına yönelik belirlediği hedefler olması ve bu hedeflere gerek duyulan ihtiyaçların karşılanarak ulaşılması gerekmektedir. Bu bağlamda ihtiyaçlar kişinin yaşamının her safhasında karşısına çıkacak bir olgudur. İhtiyaçlar hiyerarşisi beş ayrı basamaktan oluşmaktadır ve her basamak karşılanarak bir st adıma geçmek birey için sağlıklı olandır. Yani kişiler bir st basamağa geçebilmek için öncelikle bir alt basamaktaki ihtiyaç, hedef ve beklentilerinin yeterli düzeyde karşılanması gerekmektedir.

Bu sayede kişi ihtiyaçlar piramidinin en st basamağına ulaşarak kendini gerçekleştirmiş, yaşam doyumuna ulaşmış olacaktır.



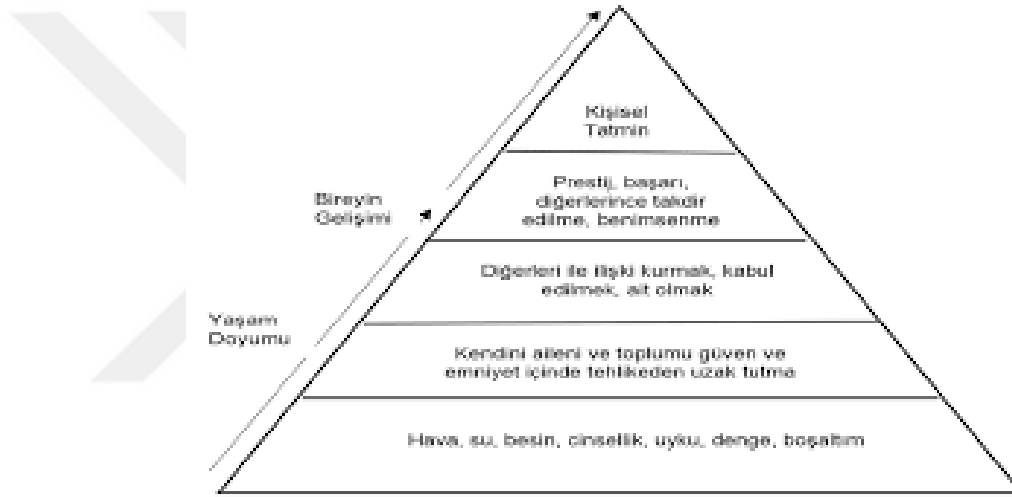
şekil 1. Maslow'un (1943) İhtiyaçlar Pramidi (Hiyerarşisi)

Kaynak: Sirgy, (1986)

Maslow'un teorisinde çok açık bir şekilde görülmektedir ki ikinci basamak olan güvenlik ihtiyaından sonra bireyler sosyal ihtiyaçlara yönelmektedir. Sosyal bir varlık olan insan kendini gerçekleştirme yolunda da duygularından (ait olma, değer) vazgeememektedir. Bu durum da şuna işaret etmektedir; kişi sosyal ihtiyaçlara yönelmeden önce fiziksel ve

güvenlik ihtiyaçlarını karşılamak zorundadır. Böylelikle her bir ihtiyaç karşılandıkça doyum sağlanır. Sosyalleşmenin oluşabilmesi ardından da kendini gerçekleştirme ve yaşam doyumunu düzeyine ulaşabilmek için ön koşul olan ilk iki basamak kişilerin hayatında oldukça büyük bir önem arz etmektedir.

Bu durum Şekil 2’de Maslow ihtiyaçlar teorisi bağlamında yaşam doyumunun insan gelişimi perspektifi başlığıyla Sirgy (1986) tarafından gösterilmektedir. Piramidin alt seviyelerinde daha çok fiziksel ihtiyaçlar yer alırken üst basamaklara doğru çıkıldıkça ihtiyaçların daha sosyal bir yapıya dönüştüğü ve bireyin kendini gerçekleştirmesinin bu şekilde tamamlandığı belirtilmektedir (Kula, S.& Çakar, B., 2015).



Şekil 2. Yaşam Doyumunun İnsan Gelişim Perspektifi (Maslow Teorisi Bağlamında)

2.1.2. Bağ Kuramları

Bağ modelleri belleğe, koşullanmaya ve bilişsel ilkelere dayanır. Bilişsel yaklaşımlardan birisi, kişinin kendisi ile ilgili olan olaylara karşı yüklemeleridir. Eğer olumlu durumlar iç bilişsel öğelerle ilişkilendirilmişse daha fazla mutluluk getirecektir. Başka bir olasılıkla bilişsel olarak tanımlama olsun olmasın iyi olarak algılanan yaşanan durumların mutluluk getireceğidir. Yani burada bahsedilen konu aslında mutluluğun bellekte bir ağının bulunduğuudur (Yetim, 2001).

Yaşam doyumunun da öznel iyi oluşun bir bileşeni ve bilişsel boyutu olduğunu düşündüğümüzde aslında kişilerin hayatında bilişsel öğelerin ne kadar etkili olduğu

gözlenmektedir. İç bilişsel öğelere bakacak olursak, örneğin; kendi çabalarıyla derslerine çalışarak sınavlarında başarılı olan bir öğrencinin mutluluğu, kopya çekerek sınavında başarılı olan öğrencinin mutluluğundan daha fazla olacaktır. Çünkü kişi kendi uğraşlarının sonucunu almış olacak ve içsel yolculuğunda kendi takdir duygusunu hissedecektir. Araştırmacı literatürdeki bu çeşitli tanımlamalar doğrultusunda kişilerin yaşam doyumlarının bilişsel şemalardan etkileneceği hipotezini savunmaktadır. İnsanların bellekte mutluluk ile ilgili bir bağlantısı olduğu düşünülmekte ve bu bağlantı her yeni durumda gittikçe güçlenmekte veya zayıflamaktadır.

Bower (1981), bireylerin duygu hallerine göre geçmiş hatıralarını anımsadıklarını ve bu hatıraları kendi içlerinde değerlendirdiklerini bulmuştur. Yapılan araştırmalar mutlu kişilerin pozitif yönlü ilişkilerle dolu bir ağının olduğunu, mutsuz kişilerin ise negatif ilişkilere bağlı izole edilmiş ağlara sahip olduğunu göstermiştir. Yani geçmişinde kişilerin yaşadığı olumlu ya da olumsuz ilişkiler bugün hayata bakış açılarını etkilemektedir. Bugün yaşayacağımız mutluluklar geçmişimizde yaşadığımız olaylara bağlıdır.

Bağ Kuramlarından bahsederken Aaron T. Beck'in (1960) bilişsel terapisine değinmek gerekmektedir. Beck şemalardan bahsetmiştir. Şemaları, "kişilerin sürekli karşı karşıya kaldığı bilgi bombardımanını organize eden bilişsel yapılar" olarak adlandırmıştır (Beck ve Emery, 2005). Şemalar sayesinde bilgi seçilir, kodlanır ve geriye çağrılır. Bilişin şemalar üzerindeki görevi budur. Yani belli bir olaya karşı edinilen bilgi hafızaya kaydedilir ve aynı olay ya da benzer bir olayla karşılaşan kişi hatırasını geri çağırarak geçmişte verdiği tepkiyi verir. Bu da kişilerin mutluluk ve mutsuzluk örüntülerinde büyük rol oynamaktadır. Kişinin şemaları ne kadar olumlu ise bilişsel tepkisi de o kadar olumlu olup, mutluluğa doğru ilerleyecektir. Fakat kişi çocukluğundan bu yana olumsuz şemalar ile yüklendiyse tepkileri de olumsuz olacak ve mutsuz örüntülere sahip olacaktır.

2.1.3. Tavandan-Tabana ve Tabandan-Tavana Kuramları

Tavandan-tabana ve tabandan-tavana kuramları, modern psikolojide oldukça popüler kuramlardır ve aynı şekilde açıklamalardan mutluluk literatüründe de bahsedilmektedir. Tabandan tavana görüşüne sahip bir kişi anlık mutluluk ya da acılarını düşünerek

kendisini mutlu veya mutsuz olarak tanımlayabilir. Yani kişi mutlu olmak için, mutlu bir yaşama sahip olmak için mutlu anlarla dolu bir hayat geçirmelidir (Yetim, 2001).

Tavandan-tabana yaklaşımında ise mutluluk kişinin global bir özelliğidir ve bu özellik onun olaylara göstereceği tepkileri belirler. Kişinin tutumları, hayata bakış açısı hoşgörüsüyle ilişkili ise yaşadığı olaylara da tek tek hoşgörü ile bakabilmektedir. Yani önemli olan kişinin yaşadıkları değil yaşadığı olaylara nasıl tepki gösterdiğidir (Yetim, 2001). Burada yine anlatılmak istenen insanların mutluluk düzeylerinin bilişsel seviyede ilerlediğidir. Yaşanılan durum ne olursa olsun bireylerin bu olaylara bakış açıları, çözüm yolu stratejileri onların mutlu veya mutsuz insanlar olma yolunda en önemli etkenlerdendir.

2.1.4. Yargı Kuramları

Yargı kuramları olayların olumlu ya da olumsuz olduğunu saptamanın yanı sıra; olayların yaratacağı duygunun seviyesini de öngörebilmektedir. Yargı kuramlarını sınıflamada bir yol, onların ele aldığı standartlara bakmaktır. Sosyal karşılaştırma yaklaşımında kişi etrafındakileri bir standart olarak alır. Seçilen kişi, seçen kişiden daha alt düzeyde ise aşağı düzeyde bir karşılaştırma söz konusudur. Eğer kişi kendini diğerlerinden daha iyi görüyorsa bu kişi daha mutlu ve ya doyumlu bir insandır (Yetim, 2001).

En popüler kuram ise kişinin gerçek yaşantısı ile hedefleri arasındaki uyumsuzluğu ele alan emel düzeyi kuramıdır. Emel düzeyi bireyin yaşantı ve hedeflerinden ortaya çıkar ve yüksek hedefler kötü koşullar kadar mutluluğu tehlikeye atar (Yetim, 2001). Kişi yaşantıları doğrultusunda eş değer ya da ulaşabileceği emeller belirler ise bunlara ulaşabilir ve doyum sağlayabilir. Kişinin ulaşmak istediği çok kolay hedefler, ona mutluluk sağlamayacak aynı şekilde ulaşmak istediği imkansız hedefler de aksine onu mutsuzluğa götürecek bir yol olacaktır. Kişi kendi yetenek, ilgi ve başarılarını tanımalı bu doğrultuda hedefler belirlemelidir. Aksi takdirde beklentileri ve yaşadığı hayat arasındaki uyumsuzluklar onu oldukça mutsuzluğa sürükleyebilir. Örneğin; sanata karşı yeteneği olmayan bir kişinin sanatçı olmak için çabalaması onun için imkansız bir hedef olup, zamanla bu hedefi başaramıyor olmak kişiyi olumsuz duygular içine sokabilir.

2.2. ERGENLİK ÜZERİNE KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

Ergenliğin bu karmaşık sürecini açıklamak için kuramcılar farklı noktalara değinmiştir. Bireyin biyolojik değişimleri ve çevrenin etkisi ergenliği ne ölçüde etkilemektedir ve ne kadar açıklamaktadır? Bazı kuramlar ergenliğe biyolojik yönden bakarken bazıları onun bağlamsal olarak belirlendiğine inanırlar (Steinberg, 2007). Aslında bu fikir ayrılıkları ergenliği daha karmaşık bir hale getirmek için değil ergenliği daha iyi şekilde açıklayabilmek ve bu süreci yaşayan bireylere daha etkili yardım sunabilmeyi amaçlamaktadır. Ergenliği açıklayan kuramsal yaklaşımlar şu şekildedir;

2.2.1. Biyolojik Yaklaşımlar

Ergenlikte biyolojik değişimin gözden kaçmayacak bir süreç olduğu tartışılmaz bir gerçektir. En önemli biyososyal kuramcı olan G. StanleyHall (1904), ergenliğin ‘‘kaçınılmaz bir fırtına ve stres dönemi’’ olduğunu ifade etmiştir. Ergenlikte ki biyolojik değişimler hem birey için hem de çevresinde ki kişiler için büyük bir karışıklığa yol açmaktadır. Toplumun bu süreçte yapacağı en iyi şey ergenin hormonal öfkelerini yönetebilecek yollar bulmasında ona yardımcı olmaktır (Steinberg, 2007).

Bilim insanları ergenliğin kalıtsal olarak doğuştan gelen stresli bir dönem olduğunu düşünmese de, pek çok çağdaş çalışma ergenliğin biyolojik etkenler ile biçimlendiğini göstermektedir. Bunun yanı sıra yeni biyososyal çalışmalar ergenliğin genetik temeli kadar ergen davranışının sosyolojik etkenlerden de etkileneceğinin düşünerek sosyolojik temele de önem vermeye başlamıştır (Steinberg, 2007). Yani biyolojik etkenlerden etkilenen ergen çevrenin koşullarından, bakış açısından, olanaklarından da en az genetik yapı kadar etkilenebileceği düşünülmektedir. Bu noktada da genetik ve çevrenin ayrılmaz bir bütün olduğu ortaya çıkmaktadır.

2.2.2. Organizmik Yaklaşımlar

Organizmik kuramcılar da biyolojik kuramcılar gibi biyolojik değişimlerin etkisini kabul etmektedir. Organizmik kuramcılardan olan Sigmaund Freud (1938), Erik Erikson (1968) ve Jean Piaget (1958), aynı kuram içinde bulunsalar da bireyin büyüme ve

gelişimini farklı şekilde açıklar ve bu sürecin farklı yönlerini vurgulamaktadırlar (Steinberg, 2007).

Freud gelişimi psikoseksüel çatışmalar ile açıklamaktadır. Freud'a göre bu çatışmalardan kurtulabilmenin tek yanı aileden uzaklaşıp özeerkleşmeye başlamaktır. Bu sebeple ergen yeni ilişkilere yeni arkadaşlıklara ve dış dünyaya yönelir. Bu kararsızlık sürecinde de sık sık tartışmalar ve kararsızlıklar yaşayarak, iç dünyasındaki çelişkileri ddiş vurararak çözümlmeye çalışır (Gençtan,1998).

Diğer yandan psikoanalitik kuram da Hall'un savunduğu şekilde ergenliği çalkantılı bir dönem olarak açıklamaktadır. Freud'a göre ergenliğin hormonal değişimleri cinsel dürtüde görülen bir artıştan kaynaklandığı için, ergen bu süreçte geçici olarak bir psişik kriz dönemine itilir ve uzun süredir bilinçaltında var olan bastırılmış cinsel dürtüleri canlanır. Bu nokta da en etkili yol psişik bir denge içinde olmak ve bu çatışmaları çözümlmek olacaktır (Steinerg, 2007). Aslında Freud ergenlik için çok fazla şey söylememiştir. Fakat kızı Anna Freud (1958), bu gelişim sürecini yaşamın ikinci on yılı olarak genişletmiştir. Bugün ise bu bağlamda ergenlik yeni Freudçular tarafından genişletilip devam ettirilmektedir (Steinberg, 2007).

Erikson ise kuramında büyümenin her dönemde gerçekleşen psikososyal gelişimler üzerine olduğunu savunmuştur. Erikson Freud'un bazı görüşlerine katılmıştır, ancak bireyin karşılaştığı çatışmaların psikoseksüel olmak yerine psikososyal temelli olduğunu savunarak ondan ayrılmıştır. Erikson psikososyal gelişim evrelerini her dönemi özel bir 'bunalım'' ile ifade ederek 8 döneme ayırmıştır. Bu evreler hem içsel güçler ile hem de sosyal etkileşim ile birleşerek şekillenip ortaya çıkmıştır (Steinberg, 2007).

Erikson'un psikososyal erteleme olarak adlandırdığı dönemde, ergen kendini geri çeker ve herhangi bir rolü üstlenmeden farklı rolleri denemeye incelemeye başlar. Bu dönemde kimlik geliştirmede yaşanan olumsuzluklar kişinin kendisiyle ilgili kuşkular geliştirmesine ve rol karmaşasına sebep olabilir (İnanç, Bilgin ve Atıcı 2010).

Piaget'nin bilişsel kuramı da yine diğer organizmik kuramlar gibi biyolojik ve bağlamsal güçler arasındaki etkileşimi vurgulamaktadır. Bunun yanı sıra Piaget düşünce ya da bilişin doğasında meydana gelen değişikliklerin incelenmesi ile gelişimin net bir

şekilde anlaşabileceğini savunmaktadır. Çocukların büyüdükçe doğumdan ergenliğe her evre de bilişsel gelişimlerinin niteliksel olarak farklılaştığını söylemektedir (Steinberg, 2007). Yani bireylerin yaşam süreci içerisinde yaşadıkları her evre içerisinde onların akıl yürütme biçimlerini, düşünme stratejilerini anlamak onların gelişimleri ile ilgili bize bilgi verecektir.

2.2.3. Öğrenme Yaklaşımları

Öğrenme kuramları davranışın içinde gerçekleştiği ortamı vurgularlar ve onları asıl ilgilendiren şey öğrenilenin içeriğidir. Bunun yanı sıra öğrenme kuramcıları gelişimsel sürece dikkat çekmedikleri için ergenlik ile ilgili çok fazla açıklamaları bulunmamaktadır. Onlar ergenliğinde yaşam döngüsü içerisinde diğer dönemlerle aynı olduğunu savunurlar. Bu düşünceye sahip olmanın yanı sıra ergenliği göz ardı etmeksizin, aksine ergenlik ile ilgili yapılan çalışmalardan oldukça etkilenmişlerdir (Steinberg, 2007).

Öğrenme kuramcıları ikiye ayrılmaktadır; bir tarafta davranışçılar diğer tarafta ise toplumsal öğrenme kuramcıları yer almaktadır. Davranışçılar olarak adlandırılan ilk grup pekiştireç ve cezanın ergen davranışı üzerindeki etkisinden bahsetmektedir. Bu görüşün kuramcısı olan B.F.Skinner'in edimsel koşullanma kuramı psikoloji alanında büyük etki yaratmıştır. Edimsel koşullanma bir davranışın ardından pekiştireç (ödül), verildiğinde o davranışın sürekliliğinin artacağını yada bir davranışın ardından ceza verildiğinde de o davranışın ortadan kalkacağını savunmaktadır. Yani ergen bir öğrenciye bugün kendisinde var olan belirgin bir davranışını geçmişte yaşadığı bir olaydan aldığı pekiştireç veya cezadan etkilenerek kazanmış olabilir (Steinberg, 2007).

Toplumsal öğrenme kuramcılarında olan Albert Bandura ergenliğin bunalımlı bir dönem olduğu fikrini reddetmektedir. Bandura' ya göre sevecen ve istikrarlı bir ailede yetişen ergenlerin kolayca sosyalleşebilmekte ve aileleri ile daha olumlu ilişkiler kurabilmektedir. Ona göre sosyalleşmemiş ergenler bunalım yaşayabilmektedir (Morris, 2002). Albert Bandura davranışın yalnızca pekiştireç ve ceza yolu ile değil, sosyal öğrenme ve gözlem yolu ile de kazanılacağına dikkat çekmiştir.

Öğrenme kuramcıları bu süreci gözlemsel öğrenme, taklit etme ya da model alma süreci olarak adlandırmaktadır. Yani çocuklar ergenler ya da yetişkinler çevresindeki olayları,

insanları izleyerek belirli davranış kalıpları öğrenebilirler. Örneğin: Günümüzde özellikle ergenlik çağındaki bireylerin televizyon programlarından takip ederek kendilerine örnek aldığı kişilerin yaşam tarzlarını benimsemeye çalışmaları, onlar gibi giyinip, onlar gibi hareket etmeye çalışmaları ya da içinde bulunduğumuz popüler kültürün genç bireyleri tek tip insanlar halinde yaşamaya doğru itmesi ve gençlerin bunu örnek olarak bu yaşam tarzına uymaya çalışması sosyal öğrenmeye, taklit etme sürecine ve model alma sürecine örnek gösterilebilir. Diğer yandan ergenin gelişiminde aslında anne babanın aile tutumunun ve davranış kalıplarının da ne kadar önem kazandığı bu noktada ortaya çıkan bir sonuçtur. Ergen bireyler en yakın çevresi olan anne ve babasının davranışlarını gözlemlemesi bu süreçte kişiliklerinde büyük ölçüde etki yaratacaktır (Steinberg, 2007).

2.2.4. Sosyolojik Kuramlar

Sosyolojik kuramlar grup olarak ergenlerin toplum içinde nasıl yaşadığı ile ilgilendirler. Ergenlik döneminde bir yandan bireyselleşme çabası içindeki bireyler, diğer yandan da bir gruba ait olma isteği ile bir gelişim süreci içine girerler. Diğer kuramlar bireyler arasındaki farklılıklara dikkat çekerken, sosyolojik kuramlar tüm ergenleri grup olarak düşünerek yaş, etnik köken, toplumsal cinsiyet, sosyal sınıf, ya da diğer demografik etkenler nedeniyle ortak olan etkenleri vurgularlar (Steinberg, 2007).

Sosyolojik kuramlar nesillerarası ilişkilere dikkat çekmiş özellikle sanayileşmiş toplumlardaki genç bireylerin ergenlikten yetişkinliğe geçerken yaşadığı zorlukları vurgulamaktadır. Bu konula ilgili iki tema dikkat çekmektedir. İlk tema genç bireylerin marjinal olmasından kaynaklanan kuşaklararası güç farklılıklarıdır. Bu alanda iki önemli düşünür Kurt Lewin (1951) ve Edgar Friedenberg'dir (1959). Yani marjinalliğe yönelen genç bireyler daha geleneksel olan yetişkinler ile fikir birliği kurmakta oldukça zorlanmaktadır. Bu da ergenleri olumsuz etkilemekte toplum ile arasına duvar örmektedir. (Steinberg, 2007, sf31). Diğer tema ise kuşaklararası çatışma daha yaygınlıkla kuşaklararası farklılıkla alakalıdır. Karl Mannheim (1952) ve James Coleman (1961) gibi kuramcılar ergenler ve yetişkinlerin büyüdüğü koşulların birbirinden farklı olduğunu ve bu nedenle de farklı tutum, değer ve inançlara sahip olduklarını söylerler. Bu sebeple de genç bireylerin ve yetişkinlerin arasında yaşanan kuşak çatışması oldukça olağandır (Steinberg, 2007).

2.2.5. Tarihsel ve Antropolojik Kuramlar

GlauElder (1980), Joseph Kett (1977) ya da Thomas Hine (1999), tarafından öne sürülen tarihsel bakış açıları ergenliğin tarihsel süreç içerisinde değişim gösterdiği gerçeğini savunurlar. Geçmişten bu yana ergenlik döngüsüne baktığımızda hangisinin stresli olduğu ya da kuşaklararası ilişkiler ile ilgili genelleme yapmak oldukça zordur. Tarihçiler bu konuların tamamen belli bir döneme ait ekonomik, siyasal güçlere dayalı olduğunu söylemektedirler. Bu noktada günümüzdeki 'kimlik bunalımı' olgusundan bahsederler. Günümüzde ergen bireyler üzerinde çalışırken bu konuya oldukça sık rastlarken, geçmişte (sanayileşmeden önce) bu olguya daha az rastlanmaktadır. Çünkü ergen bireyler anne ve babalarının mesleklerini devam ettirmektedirler. Bunun yanı sıra Benedict, sürekli toplumlarda (çok az değişen sanayileşmiş toplumlar), ergenlikten yetişkinliğe doğru ilerleyen dönemin yavaş ve sorunsuz olduğunu; süreksiz toplumlarda (hızlı bir toplumsal değişimle sanayileşmiş toplumlar), bu sürecin sarsıcı ve zor olduğunu savunmaktadır (Steinberg, 2007).

Diğer bir kuramcı olan Margaret Mead ise ergenlik döneminde yaşanan fırtınalı ve stresli dönem evrensel bir sorun olmadığını savunmaktadır. Gençlerin istekleri toplumun kültürel normları ile çatışmadığı sürece hiçbir problem yaşanmamaktadır (Kulaksızoğlu, 2005).

2.3. YAŞAM DOYUMU İLE İLGİLİ YURTIÇİNDE YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Çeçen (2008), araştırmasında Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunun yordanmasında bireysel bütünlük duygusu (anlaşılabilirlik, anlamlılık, yönetme), aile bütünlük duygusu ve benlik saygısı değişkenlerinin ne düzeyde katkıda bulunduğunu amaçlamıştır. Çalışma grubunu Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesinde devam eden 250 kız 143 erkek oluşturmuştur. Araştırma da Bireysel Bütünlük Duygusu Ölçeği, Aile Bütünlük Duygusu Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Bulgu olarak, yaşam doyumu ile bireysel, ailesel bütünlük duygusu ve benlik saygısı arasında olumlu orta ve görece güçlü düzeyde ilişkiler olduğunu göstermiştir.

Dilmaç ve Ekşi (2008), meslek yüksek okullarında okuyan öğrencilerin benlik saygısı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 562 öğrenciden (385'i erkek, 177'si kız) oluşturmuştur. Araştırma verileri için Benlik Saygısı Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda yaşam doyumu ve benlik saygısı arasında bir ilişkiye rastlanmış ayrıca öğrencilerin benlik saygıları da sınıf düzeylerine göre de anlamlı bir farklılık göstermiştir.

Ikız ve Kırtıl (2009), ortaokul düzeyindeki öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri ile duygusal zeka düzeylerini incelemiştir. Araştırmanın örneklemini 293 öğrenci (151'i kız, 142'si erkek) oluşturmaktadır. Ölçme aracı olarak Yaşam Doyumu Ölçeği, EQ-NED Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, duygusal zeka alanları ve yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkilerin pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Turan (2013), ergenlerde yetenek gelişimi öz yeterliliğinin ve kariyerin, üst bilişsel farkındalık, yaşam doyumu ve algılanan arkadaş sosyal desteği ile ilişkisini incelemiştir. Araştırmanın çalışma grubunu, 1047 ergenlik çağındaki birey oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri Kariyer ve Yetenek Gelişimi Öz yeterlik Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği, Çocuklar için Üst bilişsel Farkındalık Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda kızların erkeklerden daha yüksek kariyer ve yetenek gelişimi öz yeterlik düzeyinde olduğu saptanmıştır. Yine kariyer ve yetenek gelişimi öz yeterlik düzeyinin sınıf düzeyine göre farklılaştığı bulunmuştur. Kariyer ve yetenek gelişimi öz yeterlik düzeyinin, maddi durum düzeyini ve okul başarısı düzeyini yüksek algılayan bireyler lehine farklılaştığı sonucuna da ulaşılmıştır.

Aktaş ve Şimşek (2014), araştırmasında iletişim becerileri bağlamında yalnızlık ve yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Bu çalışmada yalnızlık ve yaşam doyumu ilişkisinde iletişim becerilerinin rolünü belirlemek amaçlanmıştır. Araştırmaya 113 kişi katılmıştır. Ölçme aracı olarak; Yaşam Doyumu Ölçeği, Ucla Yalnızlık Ölçeği ve Bireylerarası İletişim ölçeği kullanılmıştır. Yalnızlığın ve kişilerarası iletişim becerilerinin yaşam doyumu ile arasında yüksek düzeyde ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Köksal (2015), üniversite öğrencilerine yönelik yaşam doyumu ve beş faktör kişilik özellikleri konusunu incelemiştir. Çalışmasında beş faktör kişilik özelliklerinin üniversite

öğrencilerinin yaşam doyumları üzerine etkisi incelemek amaçlanmıştır. Ölçme aracı olarak Yaşam Doyumu Ölçeği ve Beş Faktör Kişilik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya 459 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma sonucunda; beş faktör kişilik özelliklerinden dışadönüklülüğün, deneyime açıklığın ve öz disiplinin yaşam doyumunu üzerinde pozitif yönde, nevrotikliğin ise negatif yönde etkisi saptanmıştır.

Köksal (2015), üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesi ile yaşam düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Öğrencilerin algıladıkları yaşam kalitesinin yaşam doyumlarını etkileyen önemli bir faktör olduğunu belirtmiştir. Araştırmaya toplamda 459 üniversite öğrencisi (294'ü kadın, 165'i erkek) katılmıştır. Araştırmada ölçme aracı olarak; anket, Yaşam Kalitesi Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; üniversite yaşam kalitesinin yaşam doyumunu üzerinde pozitif yönde etkisi olduğu gözlenmiştir.

2.4. YAŞAM DOYUMU İLE İLGİLİ YURTDIŞINDA YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Lazzari (2000), erken ve geç ergenlikte psikolojik iyi olma halini, kişisel yaşam doyumunu ve duygusal zeka düzeyini incelemiştir. Kimlik arayışı ve ahlaki gelişim sürecinde, kişisel doyuma önem verildiği, kişisel doyumun yaşam doyumunu ve psikolojik iyi olma hali duygusal zekadan daha iyi belirleyebileceği tahmin edilmiştir. Araştırmaya katılan 155 öğrenci bulunmaktadır. Veri toplama aracı olarak, Yaşam Doyumu Ölçeği, Kişisel Anlam Profili, İyi olma Halini Belirleme Ölçeği ve Duygusal Zeka Anketi, kullanılmıştır. Bu araştırma özellikle kişisel memnuniyetin rolünün ve duygusal zekanın rolünü psikolojik olarak iyilik haline etkisinin doğruluğunu saptamıştır.

Goldbeck, Schmitz, Beiser, Herschbach ve Henrich (2007)'nin çalışmasında ergenlik çağında, psikolojik ve hormonal değişikliklere bağlı olarak yaşam doyumunu düzeyinin bir düşüş gösterdiği bulunmuştur. Bu dönemde sadece partner ile ilişki ve cinsellik gibi konuların doyum düzeyinde artış sağladığı saptanmıştır.

Bronk, Hill, Lapsley, Talib ve Finch (2009), tarafından üç farklı yaş grubunda hedef/umut ve yaşam doyumunu konusu araştırılmıştır. Çalışmanın amacı üç ayrı yaş grubunda hedef/umut ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi tespit etmektir. 153 ergenin, 237 beliren

yetişkinin ve 416 yetişkinin yaşam doyumu, umut ve amaç ilişkileri, Düzenlenmiş Gençlik Amaç anketi (Bundick, 2006), Özellik Umut Ölçeği (Synder, 1991) ve Yaşam Doyumu Ölçeği ile (Diener vd., 1985) ilgili makaleler kullanılarak yürütülmekte olan çalışmada gösterilmiştir. Açığa çıkarılmış bu kesitel çalışmaların sonucunda hayatta bir amaç edinme konusu bu üç yaş grubu içinde oldukça önemlidir. Bu amaç arayışı da yükselen yaşam doyumu ile ilişkilendirilmiştir. Yani yaşam doyumu yüksek olan bireyler bir amaç arayışı içindedir. Ayrıca umudun yönleri yaşamın üç ayrı aşamasında amaç ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiye aracılık ettiği rapor edilmiştir.

Danielsen ve arkadaşlarının (2009) yürüttüğü çalışmada eğitim ve okul hayatı ilgili olarak öğrencilerin sınıf arkadaşları, öğretmen ve ailelerinden aldıkları sosyal desteğin öğrencilerin yaşam doyumuna ve okuldan memnuniyeti üzerine etkisini incelemiştir. Araştırma toplam 3358 öğrenci üzerinde (13-15 yaşları arasındaki) yapılmıştır. Araştırma verilerine göre öğretmenlerin okul memnuniyetini yüksek düzeyde desteklediği belirlenmiştir. Ayrıca okul memnuniyetinin kız öğrencilerin, erkek öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerine göre daha güçlü bir şekilde etkilediği saptanmıştır.

Chaua, Gallegos ve Rodriguez (2018), tarafından pozitif eğitim psikolojisi kapsamında yapılmış bir araştırmadır. Araştırmanın amacı; Arequipa'nın bir şehrinden bir grup öğrenci ile yaşam doyumunun psikometrik bir analizini yapmak ve sonuçları yaş, cinsiyet, eğitim kurumu kapsamında karşılaştırmaktır. Araştırmaya lise 4. Ve 5. Sınıf öğrencilerinin oluşturduğu hem karma hem karma olmayan okullarda okuyan 872 kişi katılmıştır. Bunlardan %46.9'u erkek, %53.1'ini kız öğrenciler oluşturmaktadır. Ölçme aracı olarak Diener'in yaşam doyumu ölçeğinden yararlanılmıştır. Araştırma sonucunda erkek ve yaşları daha fazla olan öğrencilerin daha fazla yaşam doyumuna sahip olduğu saptanmıştır.

2.5. ERGENLİK İLE İLGİLİ YURTİÇİNDE YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Ertem ve Yazıcı (2006), bu çalışmada Zeytinburnu Sağlık Grup Başkanlığı bölgesindeki karma lise eğitimi alan 4 lisede (n=1342) ergenlik döneminde deneyimlenen psiko-sosyal sorunların ve lise öğrencileri arasında depresyon yaygınlığını belirlemek amaçlanmıştır. Ölçme aracı olarak, psikososyal sorunları sorgulayan 31 sorudan oluşan anket formu ve

Beck Depresyon Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre aileleri ile yaşadıkları sorunlar incelendiğinde, %16.8'i ailede birden fazla kişi ile sorun yaşadığını ifade ederken %58.0'ı ailesi ile ilgili herhangi bir sorunu olmadığını belirtmiştir. Yaşanılan sorunların neler olduğu incelendiğinde ise, %15.7'si kardeşler arası kıskançlık konusunda %19.7'si ders çalışma konusunda sorun yaşanmaktadır. Beck Depresyon Ölçeğine erkek öğrenciler arasında depresyon görülme olasılığı %5.4 iken kız öğrenciler arasında ağır depresyon görülme oranı %9.6 olarak belirlenmiştir. Özgür-demokratik tutum sergileyen ailelerde bu oran %0.1 iken, Baskıcı tutum sergileyen aileleri olan çocuklarda ağır depresyon oranı %16.1'dir. Geniş ailede aynı oran %12.0 iken, Çekirdek aile yapısında ağır depresyon oranı %6.7 olarak saptanmıştır. Ergenlik döneminde gençlerin %7.2'si ağır depresyon, %72.1'i hafif düzeyde depresyon geçirmektedir.

Önder ve Yılmaz (2012), yaşam doyumlarının kuraldışı davranışları düşük ya da yüksek düzeyde olmasını ne derece ergenlerin anne baba stillerinden etkilendiğini belirlemek amaçlamıştır. Araştırmada 881 ortaöğretim öğrencisine (471'i kız, 410'u erkek) ulaşılmış, yüksek düzeyde kuraldışı davranış gösteren 240, öğrenciler arasından düşük düzeyde kuraldışı davranış gösteren 262 olmak üzere toplam 502 öğrenci (260'ı erkek, 242'si kız) üzerinde çalışılmıştır. Ölçme aracı olarak "Anne Baba Tutum Ölçeği" ve "Çokboyutlu Öğrenci Yaşam Doyumu Ölçeği", "Kuraldışı Davranış Ölçeği", kullanılmıştır. Analiz sonucunda aileden ile "okul", "aile" ve "benlik" ile algılanan "kontrol/denetim"den algılanan yaşam doyumu değişkenlerinin kuraldışı davranışlarda yüksek düzeyde, açıklamada anlamlı katkılar yapan değişkenler olduğu belirtilmiştir.

Totan ve Kabakçı (2012), araştırmasında sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin çok boyutlu yaşam doyumuna ve umuda etkisini incelemek ve sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin, çok boyutlu yaşam doyumunun ve umudun cinsiyete ve sınıf düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemeyi amaçlamıştır. Bu amaçla, Sosyal ve Duygusal Öğrenme Ölçeği, Çok Boyutlu Yaşam Doyumu Ölçeği, Çocuklarda Umut Ölçeği ile kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmaya 2009-2010 eğitim-öğretim yılında İstanbul Güngören ilçesindeki bir ilköğretim okulunun ikinci kademesinde eğitim gören toplam 368 öğrenci katılmıştır. Veriler, bağımsız örneklem için t-testi, tek yönlü varyans analizi, MannWhitney U, Kruskall Wallis H testleri ve çoklu doğrusal regresyon ile çözümlenmiştir. Elde edilen bulgulara göre sosyal ve duygusal öğrenme becerileri ile çok

boyutlu yaşam doyumunun alt alanlarının bazılarının cinsiyete ve sınıf düzeyine göre farklılaştığı, umudun yalnızca sınıf düzeyine göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Çoklu regresyon analizi sonucunda, sosyal ve duygusal öğrenme becerileri ile özgüvenin yaşam doyumunu, sosyal ve duygusal öğrenme becerilerinin ise umudu pozitif yönde yordadığı belirlenmiştir.

Özdemir ve Koruklu (2013), araştırmasında ana-babaya bağlanma, okula bağlanma ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiler ve okula bağlanmanın ana-babaya bağlanma ile yaşam doyumu arasındaki aracı rolü incelenmiştir. Araştırmaya ilk ergenlik dönemindeki 153 ergen katılmıştır ve katılımcıların yaş ortalaması 12.71'dir. Sonuçlar hem anne hem de babaya bağlanmanın yaşam doyumu ile olumlu ilişkili olduğunu; okula bağlanma boyutlarından ise sadece öğretmene bağlanmanın ergenlerin yaşam doyumu ile olumlu ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur. Çoklu regresyon analizi hem anne hem de babaya bağlanma için kurulan modellerde okula bağlanmanın ana-babaya bağlanma ile yaşam doyumu arasında kısmi aracılık rolü olduğu yönünde kanıt sağlamıştır.

Ulviye (2013), araştırmasında boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerde yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek düzeyleri ve bazı değişkenlerin anlamlı şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. Araştırma grubu 2011-2012 eğitim öğretim yılında Isparta il merkezindeki 12 resmi liseye devam eden 400 lise öğrencinden oluşmaktadır. Araştırma kapsamında "UCLA Yalnızlık Ölçeği", "Yaşam Doyumu Ölçeği", "Algılanan Sosyal Destek Ölçeği" ve "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; boşanmış aileye sahip ergenlerin boşanmamış aileye sahip ergenlere göre yalnızlık düzeyleri daha yüksek, yaşam doyumu ve sosyal destek düzeyleri ise daha düşüktür. Anne baba evlilik durumuna göre aile desteği anlamlı şekilde farklılaşırken, arkadaş ve öğretmen desteği anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır. Ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu ve sosyal destek düzeyleri üzerinde anne baba evlilik durumu ve demografi değişkenlerin ortak etkisi anlamlı düzeyde bir fark yaratmamıştır. Boşanmış aileye sahip ergenlerde boşanmanın üzerinden geçen süreye göre yalnızlık, yaşam doyumu ve sosyal destek düzeyleri anlamlı şekilde farklılaşmamaktadır.

2.6. ERGENLİK İLE İLGİLİ YURTDIŞINDA YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Coyle ve Kinney (1992), tarafından bu araştırmada fiziksel engelli yetişkin bireylerin hayat doyumu algısı incelenmiştir. Bireysel görüşmeler 790 fiziksel engelli yetişkin ile yapılmıştır. Veriler CES-D, RSES ve SADL-3 kullanılarak elde edilmiştir. Aşamalı çoklu regresyon analizi (n=344) sonuçlarına göre yaşam doyumu puanlarındaki varyansın %42'sini açıklayan gündelik eğlence ve boş zamanın, yaşam doyumunu etkileyen en önemli belirleyici olarak görülmüştür. Buna ek olarak yaşam doyumu varyansının %11'i finansal durum, öz saygı, sağlık memnuniyeti, din memnuniyeti ve evlilik durumudur. Bulgulara göre eğlence ve boş zaman fiziksel engelli bireylerin hayat doyumunun arttırılmasında önemli bir rol oynamaktadır. Ayrıca, bulgulara göre eğlence ve hayat doyumu düzeylerini, çalışma durumu ve engellerin edinilmiş olup olmadığı da etkilemektedir.

Leung, J.P. ve Leung, K. (1992). Tarafından benlik kavramı, aile ile ilişkiler ve okulun yaşam doyumundaki etkisini 1156 Çinli ortaokul öğrencisi üzerinde Hong Kong'da araştırılmıştır. Çok boyutlu yaklaşımı benimseyerek, benlik kavramı, hem küresel olarak hem de akademik, sosyal, fiziksel beceri ve fiziksel görünüm olmak üzere 4 açıdan ölçülmüştür. Bulgular göstermektedir ki, bütün benlik kavramı ölçüleri yaşam doyumunu ile ilintilidir ancak en güçlü ilişki, genel benlik kavramı ile yaşam doyumunu arasındadır. Bu bulgular yüksek benlik kavramının yüksek yaşam doyumunu ile ilişkili olduğunu gösteren Amerika sonuçlarıyla da tutarlıdır ancak elde edilen ilişkinin bu araştırmada çok daha zayıf olduğu görülmektedir. Yapılan birçok regresyon analizinde, aile ile ilişki hayat doyumunu tahminlerini kontrol edilmiş ve benlik kavramının sadece sosyal beceri ölçütünün, küçük bir varyansı açıklanabilmiştir. Okulla olan ilişki yaşam doyumunu önemli şekilde etkilememektedir.

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeline, çalışma gruplarına, veri toplama araçlarına, verilerin toplanmasına ve analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1. ARAŞTIRMA MODELİ

Bu araştırmada tarama modeli kullanılmıştır ve niceliksel bir araştırmadır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde tanımlayan, araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesnenin kendi koşullarında tanımlanmasıdır (Karasar, 2008). Tarama araştırması; bir konuya veya olaya yönelik katılımcıların ilgi, beceri, tutum, yetenek ve görüşleri gibi özellikleri belirlemek amacıyla daha büyük örneklemeler ile gerçekleştirilen araştırmalardır (Büyüköztürk ve ark., 2014).

3.2. ARAŞTIRMA GRUBU

Araştırma olanaklarının daha rahat olması, zaman kaybı yaşanmaması, mali açıdan daha ekonomik olması ve ulaşım kolaylıklarının olması nedeniyle araştırmanın grubunu 2018–2019 eğitim-öğretim yılında Ankara ili merkezinde lise kademesinde okuyan 9, 10, 11 ve 12. sınıflara devam etmekte olan öğrenciler oluşturmaktadır. Geliştirilmiş olan Yaşam Doyumu Ölçeği'nin deneme uygulaması için 270 lise öğrencisine ulaşılmış, ardından 45 öğrenciye test tekrar test yöntemi uygulanmış sonrasında asıl ölçeğin nihai uygulamasında 406 lise öğrencisine daha ulaşılmıştır.

3.3. VERİ TOPLAMA SÜRECİ

Araştırmanın verilerini elde etmek için, araştırma kapsamında geliştirilen “Liseli Ergenlerde Yaşam Doyumu Ölçeği” Ankara ili merkezinde bulunan Ortaöğretim kurumlarında eğitim gören öğrencilere uygulanmıştır.

Liseli Ergenlerde Yaşam Doyumu Ölçeği; ölçek geliştirme yöntemlerinden biri olan Likert tipi ölçek kullanılarak uygulanmıştır. Bu ölçek beşli Likert tipi ölçek olarak geliştirilmiştir. 1; ‘Hiç katılmıyorum’, 2; ‘Katılmıyorum’, 3; ‘Kararsızım’, 4; ‘Katılıyorum’, 5; ‘Tamamen Katılıyorum’ şeklinde ifade edilmiştir. Maddelerin faktör yükleri hesaplanmış açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek ve güvenilirlik kanıtını öne sürmek için, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır.

3.4. VERİLERİN ANALİZİ

Ölçme aracının geliştirilmesinde genel olarak aşağıdaki adımlar izlenmiştir. (Karasar, 1995; Akkoyunlu, Orhan ve Umay, 2005; Köse ve Çıkrıkçı, 2007);

1. Madde Havuzu Aşaması
2. Uzman Görüşü Aşaması
3. Ön Deneme Aşaması
4. Faktör Analizi Aşaması
5. Güvenirlik Hesaplama Aşaması
6. Nihai Uygulama

Bu adımlar aşağıda teker teker daha detaylı bir şekilde ele alınmıştır.

3.4.1. Madde Havuzu Aşaması

Bu aşamada öncelikle ölçek için alanyazın taraması yapılmıştır. Bu kapsamda öncelikle ISTE standartları, ülkelerin veya eyaletlerin kendileri için oluşturdukları NETS-T standartları, ülkemizde standartlaşma çalışmalarına katkı sağlamak için yapılan çalışmalar incelenmiştir. Alanyazın bulgularından yararlanılarak ölçeğin madde havuzu oluşturulmuştur. Oluşturulan maddelerin tamamı çalışma kapsamında geliştirilen maddelerden oluşmaktadır.

3.4.2. Uzman Görüşü Aşaması

Bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği başka özelliklerle karıştırmadan doğru bir şekilde ölçebilmesi geçerliliği ile ilgilidir (Karasar, 1999; Balcı, 2001; Çepni ve diğ., 2009). Bu çalışmada öncelikle uzman görüşüne başvurularak hazırlanacak olan ölçme aracının kapsam geçerliliğine sahip olup olmadığı saptanmıştır. Kapsam geçerliliğinin sağlanması amacıyla 2 konu alanının uzmanının, 2 ölçme değerlendirme uzmanının görüşlerine başvurularak, madde havuzu uzman görüşüne sunulmuş, ilgili düzenlemeler yapıldıktan sonra tekrar uzman görüşüne başvurulmuştur. Uzman görüşüne sunulan ölçme aracı madde havuzu aşaması sonucu elde edilen maddeler ile likert tipi ölçek kullanılması planlanmıştır.

3.4.3. Ön Deneme Aşaması

Uzmanların görüşü doğrultusunda madde havuzundaki maddelerden aynı anlama gelenler çıkartılmış, önemli görülen maddeler eklenmiş ve belirlenen faktörler gözden geçirilerek hangi maddenin hangi faktörle ilgili olduğu alan uzmanlarının görüşleri doğrultusunda belirlenmiştir. Çok sayıda madde üzerinde anlaşılabilirliği sağlamak amacı ile alan uzmanlarının isteği doğrultusunda düzeltmeler yapılmıştır. Aşamalı olarak yapılan uzman görüşleri sonucu gerekli düzeltmeler yapıldıktan sonra pilot uygulamada kullanılacak olan ölçek formu oluşturulmuştur. Ölçeğin ön deneme uygulaması MEB'e bağlı Özel okullarda okumakta olan 270 liseli öğrenciye uygulanmıştır. Ardından pilot uygulama sonucunda elde edilen veriler gözden geçirilerek uzman görüşü rehberliğinde oluşan son haline ulaştırılmıştır.

3.4.4. Faktör Analizi Aşaması

Faktör analizinde aralarında yüksek korelasyon olan değişkenlerin bir araya getirilmesi ile faktör adı verilen genel değişkenlerin ortaya çıkarılması söz konusudur. Bu analizdeki en önemli amaçlar değişken sayısını azaltmak ve değişkenler arası ilişkilerdeki yapıyı ortaya koymaktır (Kalaycı, 2010). Ölçeğinin faktöryel yapı geçerliği hakkında kanıtlar elde etmek amacıyla üç aşamalı bir yöntem izlenmiştir. Öncelikle uygulama grubundan elde edilen veriler için toplam-test puanları hesaplanmış, test puanları ile negatif veya çok düşük

korelasyona sahip ($r < 0,20$) maddeler ölçekten çıkarılmıştır (Bagby, Parker ve Taylor, 1994). İkinci aşamada, ölçeğin kaç boyutlu bir yapıya sahip olduğunu belirlemek amacıyla temel bileşenler analizi yapılmıştır. Ölçeğin 3 boyutlu olduğu görülmüştür. Analizlere başlamadan önce veri setindeki maddelerin her birinde tek değişkenli (univariate) ve birleşimlerinde çok değişkenli (multi- variate) aykırı gözlem (outlier) ve maddeler arası çoklu bağlantılılık olup olmadığı incelenmiş, test puanları üzerinde normallik varsayımını ortaya koyma amaçlı olarak Kolmogorov-Smirnov, ve Bartlett testleri kullanılmıştır. Ölçeğin ön deneme uygulamasındaki 270 öğrenciye açımlayıcı faktör analizi, nihai uygulamada 406 farklı öğrenciye doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Faktör analizi için SPSS ve LISREL paket programlarından yararlanılmıştır.

3.4.5. Güvenirlik Hesaplama Aşaması

Güvenirlik ölçme aracıda yer alan maddelerin birbirleriyle olan tutarlılığını ve ölçeğin sorunu ne derece yansıttığıdır (Kalaycı, 2010; Yiğit, Bütünler ve Dertlioğlu, 2008). Bu nedenle güvenilirlik elde edilen ölçümler ve sonrasında yapılan analizler için son derece önemlidir. Bir ölçeğin güvenilirliğinin incelemesinde test tekrar yöntemi, paralel formlar yöntemi, iç tutarlılık yöntemi gibi yöntemler kullanılmaktadır. Sönmez (2005)'e göre likert tipi ölçme araçlarında Cronbach alpha ile güvenilirlik hesaplanmalıdır. Faktör analizi işleminin ardından son şeklini alan veri toplama aracının iç tutarlılığını incelemek ve güvenilirlik kanıtını ortaya koyabilmek için Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Alanyazında Cronbach Alpha katsayısı için 0.70'nin sınır değeri olduğu Pedersen ve Lui (2003) tarafından belirtilmektedir.

3.4.6. Nihai Uygulama

Madde havuzu, uzman görüşü, ön deneme, faktör analizi, güvenilirlik hesaplama aşamaları bitirildikten sonra nihai uygulama yapılmıştır. Ön deneme aşaması 270 kişiye uygulandıktan sonra, nihai uygulama da 406 kişiye daha uygulanmıştır. Geliştirilmiş olan yaşam doyumu ölçeği, ile liseli öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerini doğrudan ölçmek amaçlanmıştır.

Araştırma verilerinin analizi için ‘‘IBM SPSS 16.0 for Windows’’ paket programı ve Lisrel 8.0 Paket programı kullanılmıştır.

özmlenen bu veriler mevcut alanyazın taranarak elde edilen bilgiler doğrultusunda yorumlanmış, geliştirilen ölçeğin ışık tutabileceği alanlar ile ilgili önerilerde bulunulmuştur.



BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Bu bölümde lise öğrencilerinin yaşam doyumu ölçeğini geliştirmeye yönelik elde edilen bulgulardan bahsedilmiştir.

4.1. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN ÖN DENEME UYGULAMASI

Araştırma kapsamında 42 maddelik Ergenlerde Yaşam Doymu Ölçeğinin deneme uygulaması yapılmıştır. Ölçme aracının deneme uygulamasında 270 kişiye ulaşılmıştır. Analize başlamadan önce anlam ve yapı bakımından olumsuz olan sekiz madde (3, 16, 19, 28, 33, 36, 39 ve 40. madde) ters kodlanmıştır. Daha sonra kayıp olan incelemesi yapılmış ve kayıp değer olmadığı görülmüştür.

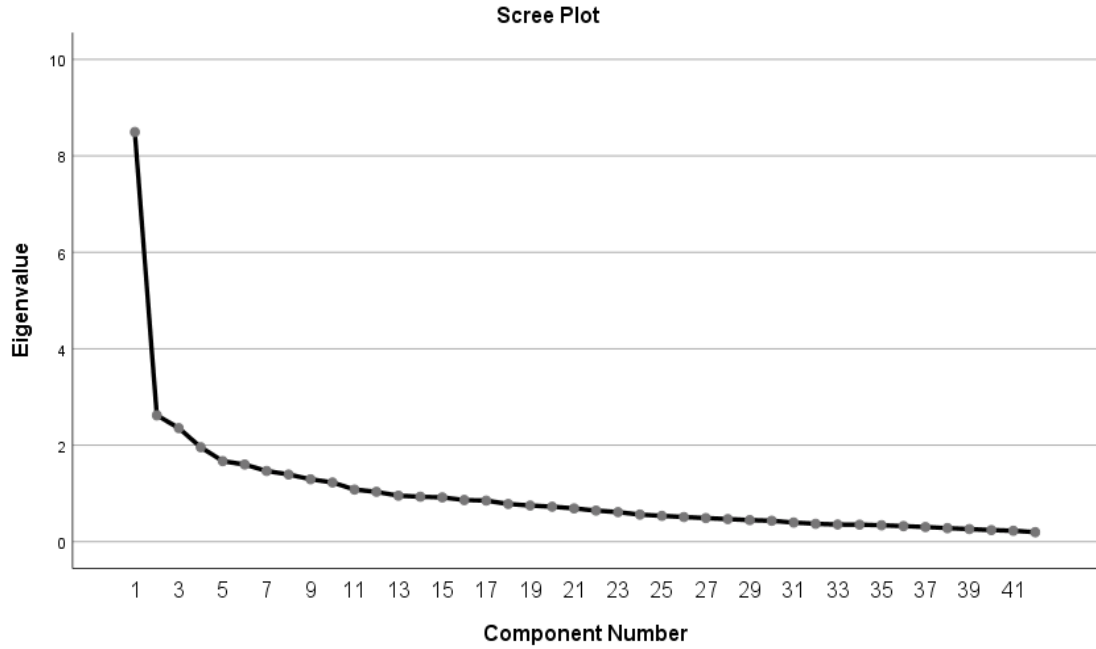
Ölçeğin ön deneme uygulamasının kapsam geçerliğini belirlemek için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) yapılmıştır. AFA yapılmadan önce; normallik, örneklem büyüklüğü, doğrusallık, kayıp değerler, çoklu bağlantı ve teklik ile uç değerler incelenmiştir.

Tek değişkenli uç değerleri belirlemek için minimum ve maksimum değerler incelenmiştir. Çok değişkenli uç değerleri incelemek amacıyla ise toplam puan alınmıştır. Sonrasında elde edilen toplam puan Z standart puanına çevrilmiş ve +3 ile -3 dışında kalan beş veri analiz dışında bırakılmıştır. Analize 265 kişiye ait veri ile devam edilmiştir.

Yapılan AFA sonucuna göre KMO testi.83 olarak bulunmuştur ve bunun sonucunda örneklem büyüklüğünün yeterli olduğu görülmüştür. Barlett'in küresellik testi sonucu verilerin çoklu normallik varsayımını karşıladığını göstermektedir ($p < .01$). Bu durumda ölçeğin deneme uygulamasından elde edilen verilerin faktör analizi yapmak için uygun olduğu bulunmuştur.

Faktör analizi sonucunda öz değeri 1'den daha büyük 12 faktör tespit edilmiştir. Bununla birlikte Scree Plot sonuçları değerlendirildiğinde üçüncü faktörden sonra grafiğin yatay

bir seyir izlediği gözlenmiştir. Yapılan faktör analizi sonucuna göre elde edilen Scree Plot Şekil 3’de verilmiştir.



Şekil 3. Ölçeğe Ait İlk Çizgi Grafiği

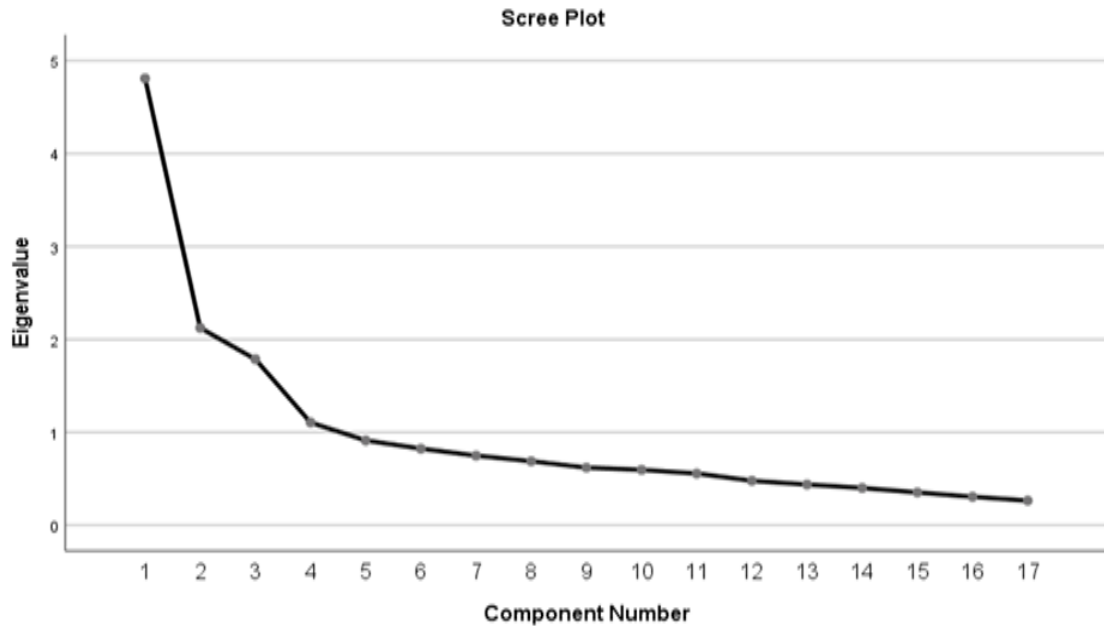
Buna göre ölçek üç faktörlü bir yapıya sahip olduğu anlaşılmıştır. Analiz üç faktörlü olarak tekrarlandıktan sonra binişik olan ve faktör yük değeri.50'nin altında olan maddeler belirlenerek, binişik olan ve faktör yük değeri düşük olan toplam 25 madde (14, 29, 16, 13, 33, 4, 2, 6, 42, 17, 32, 38, 28, 37, 26, 11, 8, 15, 40, 36, 34, 12, 7, 10, 39) veri setinden çıkarılarak analiz tekrarlanmıştır. Bu maddelerin değerlerine tek tek bakılarak çıkartılmıştır.

Yapılan analiz sonucunda KMO değeri .82 olarak bulunmuştur. Barlett'in küresellik testi ise çok değişkenli normalliğini karşıladığı görülmektedir ($p < .01$). Ortaya çıkan üç faktör varyansın %51.28'ini açıklamaktadır. Birinci faktör %28.29'unu, ikinci faktör %12.49'unu ve üçüncü faktör %10.51'ini açıklamaktadır. Maddelerin faktör yük değerleri Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Ölçekte Yer Alan Maddelerin Faktör Yük Değerleri

Yeni numara	Madde	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3
1	kendinitanıma23	.821		
2	kendinitanıma22	.779		
3	fizikselgörüntü9	.726		
4	kendinitanıma25	.708		
5	kendinitanıma27	.632		
6	kendinitanıma24	.627		
7	aileiliskisi21		.778	
8	aileiliskisi20		.710	
9	aileiliskisi18		.696	
10	aileiliskisi19		.613	
11	aracsalrahatlık5		.521	
12	okulhayatı1			.686
13	düşünceler31			.627
14	okulhayatı3			.604
15	düşünceler30			.600
16	imrenme41			.578
17	gecmişgelecek35			.567

Tabloya göre birinci faktörde 6, ikinci faktörde 5 ve üçüncü faktörde 6 olmak üzere ölçekte toplam 17 madde yer almaktadır. Maddelerin faktör yük değerleri, .521 ile .821 arasında yer almaktadır. Ölçeğin son haline ait çizgi grafiği Şekil 4’de sunulmuştur.

**Şekil 4.** Ölçeğin Son Halinin Çizgi Grafiği

Ölçeğin ve faktörlerin güvenilirlik düzeyini belirlemek amacıyla Cronbach'ın α katsayısı hesaplanmıştır. Cronbach'ın α değerleri Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Ölçeğin Geneline ve Alt Boyutlarına Ait Cronbach'ın α Güvenirlik Katsayısı

	Ölçek Toplam	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3
α	.82	.84	.71	.72

Tablo 2'ye göre ölçeğin genelinden elde edilen α güvenilirlik katsayısı (.82) güvenilirliğin yüksek olduğunu gösterir. Ölçekler için .70 kabul edilebilir bir değerdir. Bu anlamda yüksek güvenilirlik elde edildiği gözlenmektedir. Ölçeğin alt boyutlarından elde edilen güvenilirlik katsayıları ise .71 ile .84 arasında yer almaktadır. Ayrıca her bir alt boyutun kabul edilebilir düzeyin üzerinde güvenilirliğe sahip olduğu görülmektedir.

4.2. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN TEST TEKRAR TEST YÖNETİMİ UYGULAMASI

Geliştirilen Ergenlerde Yaşam Doymu Ölçeği, araştırma kapsamında 45 kişiye test tekrar test uygulamasının hesaplaması yapılmıştır. Verilerin normal dağıldığı görüldükten sonra Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Analiz sonucu Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doymu Ölçeğinin Test Tekrar Test Yönteminin Güvenirlik Analizi Sonucu

		Ön Test	Son Test
	Pearson Korelasyon	1	.745**
Ön Test	P		.000
	N	45	45

Son Test

** . Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlı

Test tekrar test yönteminin güvenilirlik katsayısını belirlemek amacıyla hesaplanan Pearson korelasyon katsayısı anlamlı bulunmuştur ($r = .745$, $p < .05$). Buna göre ön test ve son test puanları arasında pozitif, yüksek düzeyde ve anlamlı ilişki bulunmaktadır. Hesaplanan güvenilirlik katsayısının .70'in üzerinde olduğu görülmüş bu da ölçeğin test tekrar test yönteminin güvenilirlik düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

4.3. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN NİHAİ UYGULAMASI

Araştırma kapsamında kullanılan Yaşam Doymu Ölçeğinin yapı geçerliğini ortaya koymak amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA)'ne bakılmıştır. DFA'nın varsayımları; doğrusallık, örneklem büyüklüğü, normallik, kayıp değerler, çoklu bağlantı ve tekillik ve uç değerler şeklinde sıralanabilir. Öncelikle uç değer olan 1 veri, veri setinden çıkarılmış ve çalışmaya 406 kişiye ait veriyle devam edilmiştir.

Comrey ve Lee (1992) 406 örneklem büyüklüğünü iyi olduğunu tanımlamaktadırlar. Diğer bir ölçüt de KMO testi sonuçlarıdır. Araştırmada hesaplanan KMO ait sonuçlar Tablo 4'de verilmiştir.

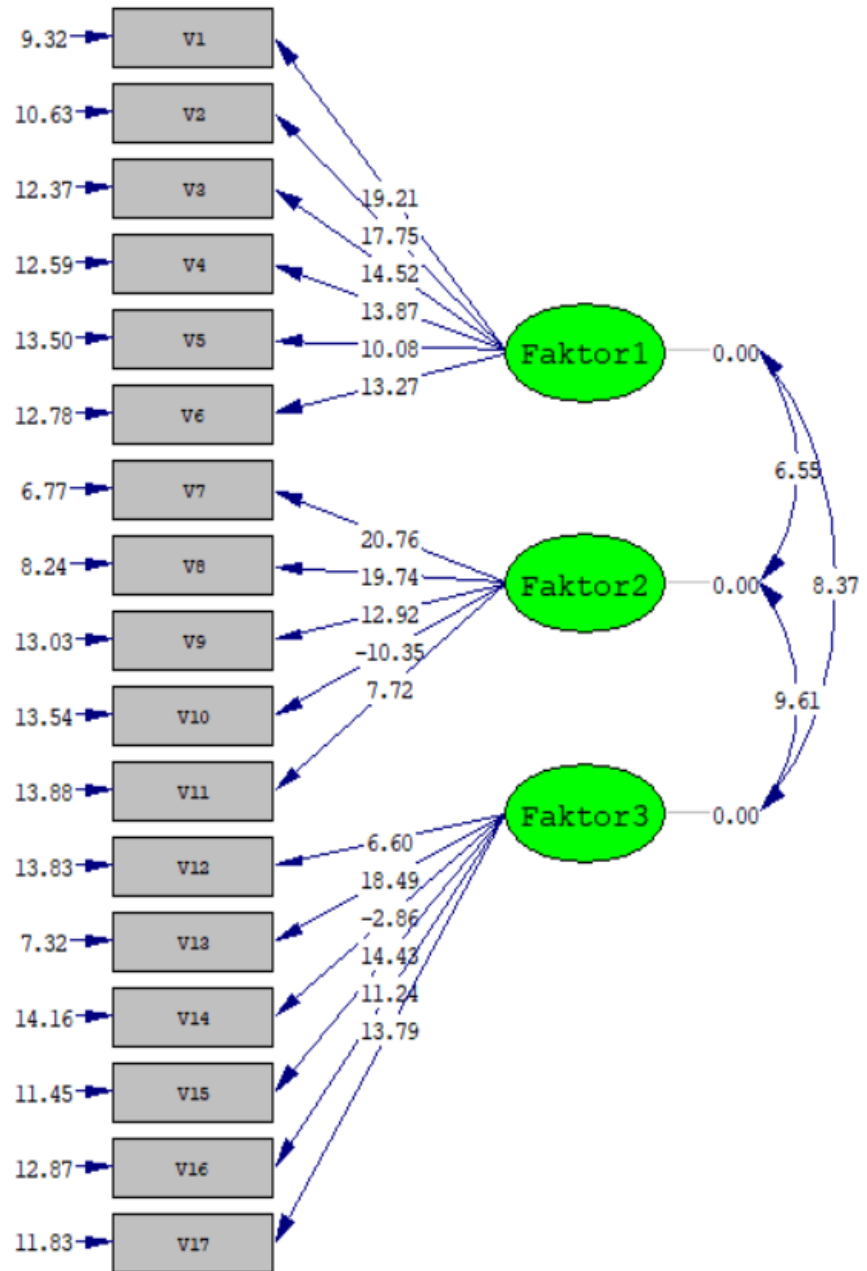
Tablo 4. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doymu Ölçeği İçin Hesaplanan KMO Değerleri

KMO	P
.83	.000

Leech, Barrett ve Morgan'a (2005) göre KMO değerinin .80 ve üzerinde olması örneklem büyüklüğünün iyi olduğunu gösterir. Normallik incelenmiştir. Normallik için ölçek maddelerinden toplam puan alınarak, Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış, çarpıklık değerleri değerlendirilmiştir. Kolmogorov-Smirnov testi sonuçlarına göre ölçek normal dağılım göstermemektedir ($p < .05$). Ancak çarpıklık (0.21) ve basıklık (-0.00) değerleri -1 ile +1 değerleri arasındadır. Bu durumda ölçekten elde edilen puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği anlaşılmıştır.

Tabachnick ve Fidell (2001) faktör sayısını belirlemek ya da var olan faktör sayısını doğrulamak istendiğinde çok değişkenliğin olduğu sayıtlısının kullanılmasını

önermektedir. Bu araştırmada da bu sayılıdan yararlanılmıştır. Varsayımların test edilmesinden sonra DFA analizi gerçekleştirilmiştir. Kayıp değerler için ortalama değer atama yönteminden faydalanılmıştır. Yapılan DFA sonucu t değerleri Şekil 5’de verilmiştir.

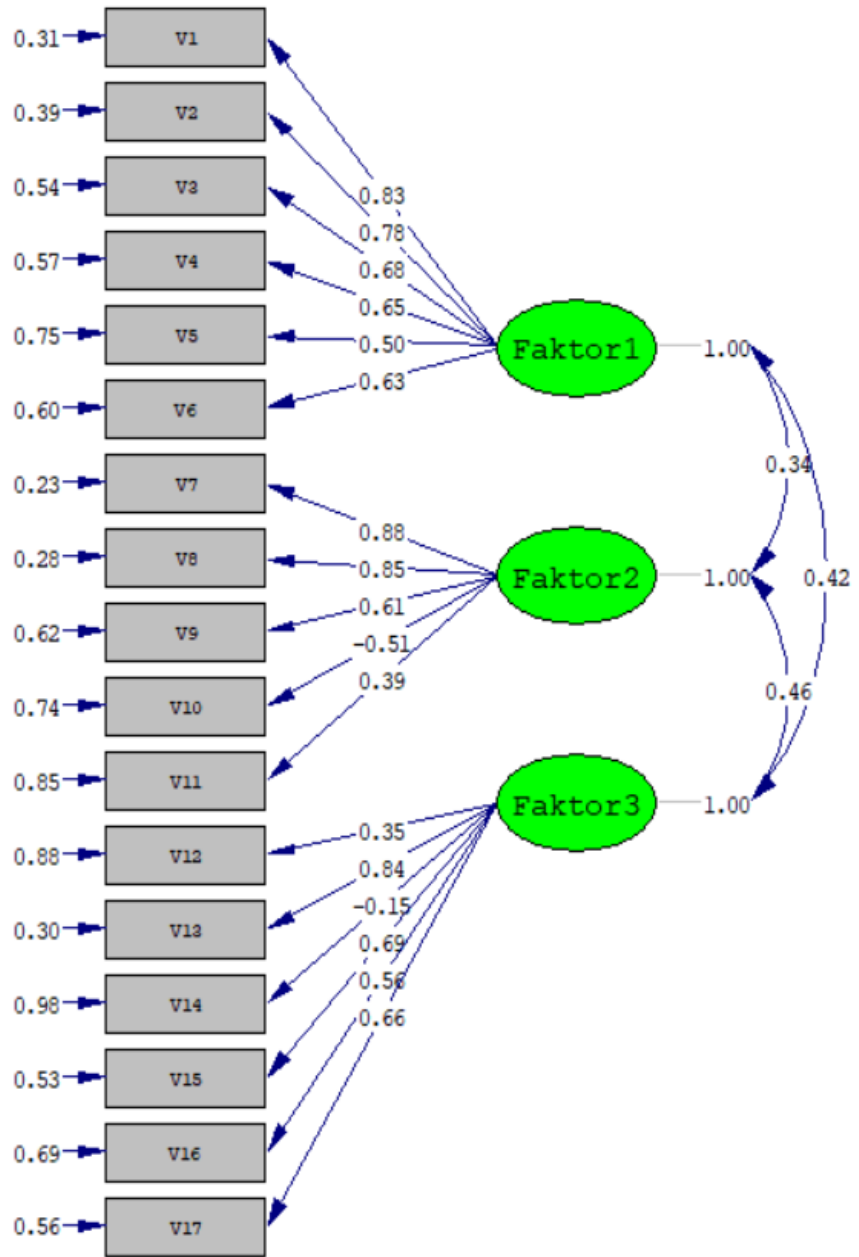


Chi-Square=332.70, df=116, P-value=0.00000, RMSEA=0.068

Şekil 5. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği DFA t Değerleri

DFA’da öncelikle t değerleri incelenmiştir. T değerinin 1.96’dan yüksek olması .05 düzeyinde, 2.56’dan yüksek olması ise .01 düzeyinde anlamlı olduğunu göstermektedir. T

değerlerine göre tüm maddeler .01 düzeyinde anlamlıdır. Bu değişkenlerin gözlenen değişkenleri doğru bir şekilde açıkladığını göstermektedir. Bunun ardında standartlaştırılmış çözüm değerleri incelenmiştir. Bu değerler Şekil 6'da verilmiştir.



Chi-Square=332.70, df=116, P-value=0.00000, RMSEA=0.068

Şekil 6. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeği DFA Standartlaştırılmış Çözüm Sonuçları

Şekil 6'da maddelerin solunda bulunan değerler hata varyanslarını göstermektedir. Burada tüm maddelerin hata varyansları küçük olarak değerlendirilebilir. Değerler.23

ile.98 arasındadır. İki sonuca göre de 14. madde hariç maddelerin hatalarının düşük olduğu gözlenmiştir. DFA’da uyum iyiliği indekslerini de incelemelidir. Uyum iyiliği değerleri ile ilgili değerler Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. Liseli Öğrencilerde Yaşam Doyumu Ölçeğinin DFA Sonuçlarına İlişkin Uyum İyiliği Değerleri

İndeksler	Maddelere İlişkin Değerler	Mükemmel Uyum	İyi uyum
χ^2	332.70		
Sd	116		
P	0.0		
χ^2/sd	2.87	$\chi^2/sd \leq 3.00$	$3.00 < \chi^2/sd \leq 8.00$
RMSEA	0.07	$0 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .08$
RMSEA (.90 GA)	0.06-0.08		
SRMR	0.06	$0 \leq SRMR \leq .05$	$.05 < SRMR \leq .10$
GFI	0.91	$.95 \leq GFI \leq 1.00$	$.90 \leq GFI < .95$
AGFI	0.88	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI < .90$
CFI	0.95	$.97 \leq CFI \leq 1.00$	$.95 \leq CFI < .97$
NFI	0.93	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI < .95$
NNFI	0.94	$.97 \leq NNFI \leq 1.00$	$.95 \leq NNFI < .97$

Tablo 5 incelendiğinde, Ergenlerde Yaşam Doyumu Ölçeğinde yer alan maddelerin uyum iyiliği değerlerinin tablonun solunda, alınan ölçüt değerlerin ise tablonun sağdaki iki sütununda bulunduğu görülmektedir. χ^2 .01 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Bu uyumun olmadığı anlamına gelmektedir ancak örneklem büyüdükçe χ^2 anlamlı çıkabilmektedir. Bu yüzden χ^2 'nin serbestlik derecesine bölümünden ulaşılan 2.87 değeri mükemmel uyumu göstermektedir. RMSEA, SRMR, GFI, AGFI, CFI iyi uyumu göstermektedir. NFI ve NNFI ise iyi uyumun hemen altında değer almıştır. Ergenlerde Yaşam Doyumu Ölçeğinin maddelerinin genel olarak iyi uyumu gösterdikleri söylenebilir.

Ölçeğin ve faktörlerin güvenilirlik düzeyini saptamak için Cronbach α katsayısı hesaplanmıştır. Cronbach α değerleri Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 6. Ölçeğin Geneline ve Alt Boyutlarına Ait Cronbach a Güvenirlik Katsayıları

	Ölçek Toplam	Faktör 1	Faktör 2	Faktör 3
A	.78	.83	.45	.60

Tablo 6'ya göre ölçeğin genelinden elde edilen α güvenirlilik katsayısı (.78) güvenirliliğin yeterli olduğunu göstermektedir. Ölçekler için .70 kabul edilebilir bir değerdir. Bu anlamda yeterli güvenirlilik elde edildiği düşünülmektedir. Ölçeğin alt boyutlarından elde edilen güvenirlilik katsayıları ise .45 ile .83 arasında yer almaktadır. Alt boyutlardan bazılarının düşük güvenirlilik düzeyine sahip olmaları madde sayısının azalmasının güvenirliliği azaltacağı şeklinde de ifade edilebilir.

Tablo 7. Madde Toplam Korelasyonları

No	Madde	Madde Toplam Korelasyonu
V1	kendinitanırma23	.717
V2	kendinitanırma22	.641
V3	fizikselgörüntü9	.579
V4	kendinitanırma25	.549
V5	kendinitanırma27	.344
V6	kendinitanırma24	.500
V7	aileiliskisi21	.726
V8	aileiliskisi20	.745
V9	aileiliskisi18	.522
V10	aileiliskisi19	.367
V11	aracsalrahatlık5	.229
V12	okulhayatı1	.415
V13	düşünceler31	.616
V14	okulhayatı3	.263
V15	düşünceler30	.427
V16	imrenme41	.468
V17	gecmisgelecek35	.561

Tablo 7 incelendiğinde madde toplam korelasyonlarının .229 ile .745 arasında yer aldığı görülmektedir. Bu değerlerin uygun değerlerde olduğu ifade edilebilir.

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA ve YORUM

Bu araştırma, lise öğrencilerinin (9., 10., 11. ve 12. sınıf) yaşam doyumlarını belirlemeye yönelik ölçek geliştirme çalışması amaçlamaktadır. Bu bölümde, araştırma problemlerine cevap bulmak amacıyla elde edilen bulguların tartışma ve yorumu sunulmuştur.

5.1. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN ÖN DENEME UYGULAMASININ TARTIŞMA VE YORUMU

Araştırmada liselerde okuyan öğrencilerin yaşam doyumu düzeylerini saptamak amacıyla bir ölçek geliştirilmiştir. Ölçeğin 270 kişiye uygulanan ön deneme uygulamasından sonra 42 maddelik ölçekten faktör yük değeri .50'nin altında olan maddeler belirlenerek, binişik olan ve faktör yük değeri düşük olan toplam 25 madde (14, 29, 16, 13, 33, 4, 2, 6, 42, 17, 32, 38, 28, 37, 26, 11, 8, 15, 40, 36, 34, 12, 7, 10, 39) veri setinden çıkarılarak analiz tekrarlanmıştır. Bu maddelerin değerlerine tek tek bakılarak çıkartılmıştır. Bu şekilde 25 madde çıkarılmış ve 17 maddelik nihai ölçek elde edilmiştir.

5.2. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN TEST TEKRAR TEST YÖNETİMİ UYGULAMASININ TARTIŞMA VE YORUMU

Geliştirilen Lise Öğrencilerinde Yaşam Doyumu Ölçeği, araştırma kapsamında 45 kişiye test tekrar test uygulamasının hesaplaması yapılmıştır. Verilerin normal dağıldığı görüldükten sonra Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Test tekrar test yönteminin güvenilirlik katsayısını belirlemek amacıyla hesaplanan Pearson korelasyon katsayısı anlamlı bulunmuştur ($r = .745$, $p < .05$).

5.3. LİSE ÖĞRENCİLERİNDE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ'NİN NİHAİ UYGULAMASININ TARTIŞMA VE YORUMU

Ölçeğin genelinden elde edilen α güvenilirlik katsayısı (.78) güvenilirliğin yeterli olduğunu göstermektedir. Ölçekler için .70 kabul edilebilir bir değerdir. Bu anlamda yeterli güvenilirlik elde edildiği düşünülmektedir. Ölçeğin alt boyutlarından elde edilen güvenilirlik katsayıları ise 1. Boyutta .83, 2. boyutta .45, 3. boyutta ise .60 olarak hesaplanmıştır boyutlar arasında güvenilirlik katsayılarının .45 ile .83 arasında yer aldığı görülmektedir.

Nihai ölçek 17 maddeden oluşmaktadır. Döndürülmüş temel bileşenler analizi sonucunda 3 alt boyuttan oluşan bir yapı elde edilmiştir. Bu faktörler, araştırmacı tarafından yaşam doyumuna yönelik kendini tanıma, ailevi faktörler ve genel düşünceler olarak isimlendirilmiştir.

Sonuç olarak, yaşam doyumunda bilişsel özelliklerin etkisine dikkat edildiğinde bu özelliklerin ölçülmesine ilişkin ölçeklerin geliştirilmesi ve bu özelliklerin doğru olarak ölçülmesi oldukça büyük bir öneme sahiptir. Bu çalışmada alanyazında yaşam doyumuna ilgili olduğu düşünülen özellikler üzerinde çalışılmış ve yaşam doyumuna yönelik ölçek geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğine ait bulgular, liselerde öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumunu düzeylerini belirlemek için kullanılabilir niteliktedir.

BÖLÜM VI

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın sonuçlarına değinilmiş ve bazı önerilerde bulunulmuştur.

6.1. SONUÇLAR

- Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını belirlemeye yönelik geliştirilmiş olan ölçeğin geneline ait güvenirlik katsayısı .78 olarak saptanmıştır.
- Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını belirlemeye yönelik geliştirilmiş olan ölçeğin test tekrar test yöntemi katsayısı .74 olarak saptanmış
- Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarını belirlemeye yönelik geliştirilmiş olan ölçeğin 17 maddeden ve 3 alt boyuttan (kendini tanıma, ailevi faktörler ve genel düşünceler) oluştuğu belirlenmiştir.

6.2. ÖNERİLER

- Ölçek liselerde öğrenim gören (9., 10., 11. ve 12. sınıf) öğrenciler üzerinde geliştirildiği için ölçek bunun dışındaki gruplarda kullanılmak istendiğinde, o gruplar üzerinden elde edilecek veriler üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılması gerekmektedir.
- Bu çalışmada araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan yaşam doyumu ölçeği kullanılarak öğrencilerin yaşam doyumlarına dair etkenler saptanabilir ve bu doğrultuda bireysel yada grup çalışmalarına yer verilerek önleyici ve iyileştirici müdahale programları planlanabilir.
- Bu çalışmada çalışılan yaşam doyumu konusu ülkemizde yeni çalışılan bir kavramdır. Öznel iyi oluş, psikolojik sağlamlık gibi konularla yakından ilişkili olan

yaşam doyumu konusu ile ilgili farklı müdahale programlarının uygulandığı çalışmalar planlanabilir.

- Yaşam doyumu konusu yetişkinler ile de çalışılabilecek bir konu alanıdır. Belli bir meslek grubunun veya belli kurumlarda çalışan bireylerin yaşam doyumlarının incelendiği araştırmalar planlanabilir.



KAYNAKÇA

- Andrews, F.M and Withey, S.B. (1974). ‘‘Developing Measures of Percieved Life Quality: Results From Several National Surveys. *Social Indicators Research*,1-26.
- Atak, H. (2011). Kimlik Gelişmesi ve Kimlik Biçimlenmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme. *Psikiyatride Güncel yaklaşımlar dergisi*, 3(1),: 163-213.
- Atalay, B.(2017). ‘‘Ortaokul Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Akademik Başarıları arasındaki İlişkinin İncelenmesi’’, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi. Konya
- Atıcı, M.K., Bilgin, M. Ve İnanç, B.Y. (2010). ‘‘Gelişim Psikolojisi Çocuk ve Ergen Psikolojisi’’. Ankara: Pegem Akademi
- Ay, A. (2009). ‘‘Lise 10. Sınıf Öğrencilerinin Kişilik Tiplerinin Akademik Başarı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi’’, Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep.
- Bagby, R.M, Parker, James, D.A. and Taylor, G.J. (1994). ‘‘The Twenty-Item Toronto Alexithymia Scale-I. Item Selection and Cross-Validation of the Factor Structure’’, *Journal of Psychomatic Research*, 23-32.
- Bronk, K.C., Hill, P.L., Lapsley, D.K., Talib, T.L. and Finch, H. (2009), *Purpose, hope and life satisfction in threage groups*. Notre Dame: Ball State University
- Brown, T. A. (2006). *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. (First Edition). NY: Guilford Publications, Inc.
- Büyüköztürk, Ş.(2002). *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Çakar, B. ve Kula, S. (2015). ‘‘Maslow İhtiyaçlar Hiyerarşisi Bağlamında Toplumda Bireylerin Güvenlik Algısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki’’. *Bartın Üniversitesi İ.i.b.f Dergisi*. 6(12), 191-200.

- Çeçen, A.R. (2009). “Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordama da Bireysel Bütünlük (tutarlılık) Duygusu, Aile Bütünlük Duygusu ve Benlik Saygısı”, *Eğitimde Kuram ve Uygulama Dergisi*, 4(1), 19-30.
- Comrey, A. L., ve Lee, H. B. (1992). *A first course in factor analysis* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*, Çev.: Tuncay Ergene. Ankara: Mentis Yayıncılık.
- Chaua, Gallegos ve Rodriguez (2018), Satisfaction with Life in High School Students from Arequipa. *Propósitos y Representaciones*, 351-407
- Dağlı, M.E. (2006). ‘*Ergenlikte Zeka Bölümü, Duygusal Zeka ve Akademik Başarı Arasındaki İlişki*’, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Diener, E., (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Sulh E.M., Lucas, R. E. ve Smith, H.L. (1999). Subjective well-being.: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. ve Griffin, S. (1985). “ The Satisfaction With Life Scale”, *Journal of Personality Assesment*, 49(1), 71-25.
- Dikmen, A.A. (2005). ‘İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi.’, *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*. 115-140.
- Doğan, S. (Ed.). (2015). *Yaşam Doyumu Seçme Konular*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Elmacıoğlu, T.: ‘Başarıda Aile Faktörü’, İstanbul: Hayat Yayıncılık, 1998.
- Flanagan, J.C. (1978). “A Research Approach To Improving Our Life Quality”, *American Psychologist*, 138-147.
- Greenspon, P.J. ve Saklofskc, G.H. (1998). Confirmatory factor analyssis of the multidimensional Students Life Satisfaction Scale. *Personality and Individual Differences*, 25, 965-971.

- Güdül, M.D. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Akademik Motivasyon Profillerinin Psikolojik İhtiyaç Doyumu, Akademik Erteleme ve Yaşam Doyumu ile İlişkisi*, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Gümüş, O. (2006). *İşbirliğine Dayalı Öğrenme Yaklaşımının İlköğretim Dördüncü Sınıf Türkçe Dersi Hedeflerinin Kazandırılması ve Öğrenci Başarısına Etkisi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sınıf Öğretmenliği Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Hooper, D., Coughlan, J. and Mullen, M. (2008). Structural equation modeling: Guidelines for determining model fit. *The Electronic Journal of Business Research Methods*. 6 (1), 53–60.
- Hu, L. and Bentler, P. M. (1995). *Evaluating Model Fit*. In R.. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: concepts, issues and applications*. London: Sage Publications.
- Jöreskog, K. G. and Sörbom, D. (1993). LISREL 8: Structural Equation Modeling with the Simplis Command Language. USA: Scientific Software international, Inc.
- Kabakçı, Ö.F. ve Totan, T. (2012). Sosyal ve Duygusal Öğrenme Becerilerinin Çok Boyutlu Yaşam Doyumuna ve Umuda Etkisi. *Kuramsal Eğitimbilim Dergisi*, 6(1), 40-61.
- Kalaycı, Ş. (2010). *'Spss Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri'*, Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2013). *"Bilimsel Araştırma Yöntemleri."*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kelloway, K. E. (1989). *Using Lisrel for Structural Equation Modeling: A Researcher's Guide*. London: Sage.
- Kırtıl, S. (2009). *İlköğretim İkinci Kadem Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri ile Yaşam Doyumu Düzeylerinin İncelenmesi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Köker, S. (1991). *'Normal ve Sorunlu Ergenlerin Yaşam Doyumu Düzeyinin Karşılaştırılması'*, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Kulaksızoğlu, A.(2008). *'Ergenlik Psikolojisi'*, İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Leech, N. L., Barrett, K. C. and Morgan G. A. (2005). ‘‘SPSS for intermediate statistics: use and interpretation’’. London, Erlbaum.
- Leahy, L.G. (2007). ‘‘Bilişsel Terapi ve Uygulamaları’’, Çev.:Hasan Hacak, Muhittin Macit& Ferruh Özpilavcı. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Leung, J.P. and Leung, K. (1992). Life satisfaction, self-concept and relationship with parents in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*. 653-665.
- Morris, G.C. (2002). ‘‘Psikolojiyi Anlamak’’, çev: Ayvaşık, H. ve Sayıl, M. Türk Psikologlar Derneği, Ankara.
- Murdock, N.L. (2012). ‘‘Psikolojik Danışma ve Psikoterapi Kuramları Olgu Sunumu Yaklaşımıyla’’, Çev.: Füsün Akkoyun. Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Otrar, M. (2006). *Öğrenme Stilleri ile Yetenekler, Akademik Başarı ve Öss Başarısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (İstanbul İli Örneği)*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2013). İlk Ergenlikte Ana-Babaya Bağlanma, Okula Bağlanma ve Yaşam Doyumu. *İlköğretim Online*, 12(3), 836-848.
- Sargın, Y.A. (2008). *Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin Saldırgan Davranışları ile Öfke ve Sosyal Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Seligman, M.E.P. and Csikszentmşhalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14
- Slavec, A., and Drnovsek M. (2012). A perspective on scale development in entrepreneurship research. *Economic and Business Review for Central and South-Eastern Europe*, 14(1), 39.
- Sırgy, M. ve Joseph, A. (1986), A quality-of-life theory derived from Maslow's developmental perspective: 'quality' is related to progressive satisfaction of a hierarchy of needs, lower order and higher. *American Journal of Economics and Sociology*, 329-342.
- Steinberg, L. (2007). ‘‘Ergenlik’’, Çev.: Figen Çok.

- Sümer, N. (2000). Yapısal Eşitlik Modelleri. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3 (6), 49-74.
- Tabachnick B. G. and Fidell, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics*. (Fourth Edition). MA: Allyn & Bacon, Inc.
- Thompson, B. (2004). *Exploratory and Confirmatory Factor Analysis: Understanding Concepts and Applications*. (First Edition). Washington: American Psychological Association.
- Turan, M.E. (2013). *Ergenlerde Kariyer ve Yetenek Gelişimi Özyeterliliğinin, Üstbilişsel Farkındalık, Yaşam Doyumu ve Algılanan Arkadaş Sosyal Desteği ile İlişkisi*, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Ulviye, S. (2013). Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Açık Erişim Arşivi*.
- Ünlüoğlu, G. (1987). *“Ergenliğin Psikopatolojisi”*, Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık.
- Vitterso, J., Biswas-Diener, R.& Diener, E. (2005). The divergent meanings of life satisfaction: Item response modeling of the satisfaction with life scale in Greenland and Norway. *Social Indicators Research*, 74, 327-348.
- Walsh, B. and Philip, R. (2011), Creating a “values” chain for sustainable development in developing nations: where Maslow meets Porter. *Environment, Development and Sustainability*, 13(4): 789-805
- Yavuzer, H. (1993). *“Ana-baba ve çocuk”*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yetim, Ü. (1991). *Kişisel Projelerin Organizasyonu ve Örüntüsü Açısından Yaşam Doyumu*, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Yoltaş, A.R. (2007). *Öğretmen Adaylarının Yaşam Doyumu ve Depresyon Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlerle İlişkisi*, Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.

EKLER

EK-1. LİSE ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ ÖRNEK MADDELERİ

Aşağıda bireylerin yaşam doyumunu ölçmek amacıyla hazırlanan ölçeği, hayatınızı genel bir bakış açısıyla değerlendirerek yanıtalamanız gerekmektedir. Hiçbir maddenin doğru ya da yanlış cevabı bulunmamaktadır. Her bir maddeye “Hiç Katılmıyorum, Katılmıyorum, Kararsızım, Katılıyorum, Tamamen Katılıyorum” seçeneklerinden birine çarpı (x) işareti koyarak cevaplamanız gerekmektedir. Maddelere vereceğiniz cevapların içten ve doğru bir şekilde verilmesi uygulayıcı için oldukça önemlidir.

MADDELER	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1)Okulumu severim.					
2)Başka bir okulda eğitim görmek isterim.					
3)Ailemin ekonomik şartları yeterli.					
4)Özgüveni yüksek bir insanım.					
5)Babam ile yakın ilişkiler kurabilirim.					
6)Ailemi değiştirebilmek isterim.					
7)Aile ortamım huzurludur.					
8)Ailem ile olan ilişkilerimden memnunum.					
9)Duygularımı kolayca ifade edebilirim.					
10)Düşüncelerimi rahatça söyleyebilirim.					

Teşekkürler...

EK-2. ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Esra ATEŞ
Doğum Yeri ve Tarihi : Lüdwardsburg/Almanya – 18.06.1991

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Yüksek Lisans Öğrenimi : Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce
Bilimsel Faaliyetler : Lise Öğrencilerinin Yaşam Doyumlarını Belirlemeye
Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması

İş Deneyimi

Stajlar : Konutkent İlköğretim Okulu
Bilkent Atatürk Hastanesi Psikiyatri Kliniği
Onkoloji Hastanesi Psikiyatri Kliniği
Gazi Anadolu Lisesi
Çalıştığı Kurumlar : Birey Koleji
Özel Batıkent Seviye Anadolu Lisesi
Özel Z Kuşağı Koleji Ortaokulu

İletişim

E-posta Adresi : esra5927@hotmail.com

Tarih

Temmuz 2019