

## Öznel İyi Oluşun Cinsiyet, Yaş Grupları ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi

### Investigating of the Subjective Well-Being Based On Gender, Age and Personality Traits

Ali ERYILMAZ<sup>1</sup> ve Leyla ERCAN<sup>2</sup>

**Öz:** Bu çalışmada, öznel iyi oluşun, cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma, 14-17 yaş gurunda (ergenlik), 19-25 yaş gurubunda (genç yetişkinlik) ve 26-45 yaş gurubunda (yetişkinlik) yer alan toplam 699 (372 kadın ve 327 erkek) kişiyle yürütülmüştür. Çalışmada Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği kullanılmıştır. Öznel iyi oluş ve cinsiyet arasındaki ilişkiler, bağımsız gruplar için t-testi tekniğiyle; öznel iyi oluş ve yaş grupları arasındaki ilişkiler tek yönlü varyans analizi tekniği ile öznel iyi oluş ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler çoklu regresyon analizi tekniğiyle incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, 26-45 yaş gurubunda yer alan erkeklerin kadınlara oranla yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip oldukları; 19-25 yaş gurubundaki bireylerin hem 14-17 hem de 26-45 yaş gurubundaki bireylere oranla düşük düzeyde öznel iyi oluşa sahip oldukları bulunmuştur. Çalışmada 14-17 yaş gurubundaki bireylerin öznel iyi oluşlarını, dışa dönüklük, sorumluluk ve duygusal dengesizlik kişilik özelliklerinin anlamlı bir şekilde açıkladığı sonucuna varılmıştır. 19-25 yaş gurubundaki bireylerin öznel iyi oluşlarını dışa dönüklük, sorumluluk, yumuşak başlılık ve duygusal dengesizlik; 26-45 yaş gurubundaki bireylerin öznel iyi oluşlarını ise, sorumluluk ve duygusal dengesizlik kişilik özelliklerinin anlamlı bir şekilde açıkladığı sonucuna varılmıştır. Bulgular literatür ışığında tartışılmıştır.

**Anahtar Sözcükler:** öznel iyi oluş, yaş grupları, cinsiyet, kişilik özellikleri

**Abstract:** This study aims to analyse the subjective well-being in terms of gender, age and personality traits. The participants of the study are a total of 699 individuals (372 females and 327 males). These subjects are from three age groups: 14-17 age group (adolescents); 19-25 age group (young adults) and 26-45 age group (adults). The data of the study were collected through the use of three data collection tools, namely Personality Test based on Adjectives, The scale of life satisfaction and the scale of positive-negative emotions. The correlations between subjective well-being and gender were analysed through the use of t-tests for independent groups. The correlations between subjective well-being and age groups were analysed through the use of one-way variance analysis. The correlations between subjective well-being and personality traits were analysed through the use of multi-regression analyses. The findings obtained indicate that males from the 26-45 age group have higher levels of the subjective well-being in contrast to females in the same age group and that subjects in the 19-25 age group have lower levels of the subjective well-being in contrast to those in the remaining two age groups. It is also found that the subjective well-being of the individuals in the 14-17 age group is well explained by their personality traits such as extrovertness, being responsible and emotional instability. The subjective well-being of the subjects in the 19-25 age group is accounted by the personality traits of extrovertness, being responsible, emotional instability and docility. Being responsible and emotional instability are found to be significant factors in explaining the subjective well-being of the subjects in the 26-45 age group. The findings obtained are discussed in reference to previous studies.

**Keywords:** subjective well-being, age groups, gender, personality traits

Yaşamı mutlu bir şekilde geçirmek, genel olarak insanların önemli bir isteğidir. Psikoloji literatüründe, bireylerin mutlulukları, öznel iyi oluş kavramıyla ele alınmaktadır. Öznel iyi oluş, bireyin yaşamını değerlendirmesi ve yaşamı hakkında yargı bildirmesi

anlamına gelmektedir (Hybron, 2000). Öznel iyi oluş, tek boyutlu bir yapı değildir. Öznel iyi oluşun olumlu duygulanım, olumsuz duygulanım ve yaşam doyumu olmak üzere üç önemli ögesi vardır (Diener, 1984). Bireyler olumlu duyguları daha çok

<sup>1</sup> Yrd. Doç. Dr., Osman Gazi Üniversitesi, Eskişehir, e-posta: erali76@hotmail.com

<sup>2</sup> Yrd. Doç. Dr., Gazi Üniversitesi, Ankara, e-posta: leyla@gazi.edu.tr

yaşıyorlarsa, olumsuz duyguları çok az yaşıyorlarsa ve yaşamlarından yüksek düzeyde doyum alıyorlarsa bu durumda yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahiptirler (Diener, 2001). Yetişkin öznel iyi oluşunda ele alındığı gibi ergen ve genç yetişkin öznel iyi oluşunda da üç faktör önemlidir. Bu faktörler; yaşam doyumunu, olumlu duyguların yoğunluğu ve olumsuz duyguların azlığıdır (Myers ve Deiner, 1995).

Literatürde, öznel iyi oluşun daha çok yetişkinler üzerinde ele alındığı görülmektedir. Bu doğrultuda gerçekleştirilen çalışmalar incelendiğinde öznel iyi oluşu etkileyen genetik yatkınlık, amaçlı etkinlikler ve demografik faktörler olmak üzere üç önemli değişken grubu bulunmaktadır (Lyubomirsky, Sheldon ve Schade, 2005; Myers ve Deiner 1995). Yaş, cinsiyet, eğitim ve gelir gibi değişkenler, demografik faktörlerin içeriğini oluşturmaktadır. Demografik değişkenlerin yetişkin öznel iyi oluşunun % 10'unu açıkladığı belirtilmektedir (Lyubomirsky 2001). Amaçlı etkinliklerin içerisine, bedensel istekleri doyumak, insanlarla etkileşime geçmek, partiye gitmek, dinî inancın gereğini yerine getirmek gibi etkinlikler girmektedir. Amaçlı etkinliklerin öznel iyi oluşun %40'unu açıkladığı bulunmuştur (Lyubomirsky, Sheldon ve Schade, 2005). Yapılan çalışmalarda, genetik yatkınlığın öznel iyi oluş üzerindeki belirleyici etkisinin, % 50 olduğu sonucuna varılmıştır (Lyken ve Tellegen, 1996). Duygusal dengesizlik, sorumluluk, deneyime açıklık, dışa dönüklük ve yumuşak başlılık gibi kişilik özellikleri, genetik faktörün içeriğini oluşturmaktadır (Kagan, 2003; Robinson, Emde ve Corley, 2001).

“Kadın ya da erkek olmak bireylerin öznel açıdan iyi oluşlarını daha az mı yoksa çok mu etkiler?” sorusu pek çok çalışmada ele alınmıştır. Batı toplumlarında yer alan bireyler üzerinde gerçekleştirilen çalışmaların büyük çoğunluğunda, bireylerin öznel iyi oluşları üzerinde cinsiyetin etkisinin anlamlı olmadığı bulunmuştur (Fujita, 1991). Bunların yanında, cinsiyetin öznel iyi oluşla ilişkilerinin incelendiği çalışmalarda birbiriyle tutarlı olmayan sonuçların da elde edildiği görülmektedir (Acock ve Hurlbert, 1993; Andrews ve Withey, 1976). Tüm bunların yanında Türkiye’de cinsiyet ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmalar çok azdır.

Öznel iyi oluş ile yaş arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bütün bireylerin giderek öznel açıdan daha kötü olacağı kalıp yargısı, bugün geçerliliğini yitirmiştir (Costa, McCrae ve Zonderman, 1987). Bazı çalışmalarda, öznel iyi oluşun yaşla birlikte arttığı görülmüş ve belli bir yaştan sonra düşmediği sonucuna varılmıştır (Ryff, 1989). Bazı çalışmalarda ise, ergenlik ve ileri yetişkinlik yaş gruplarında yer alan bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin orta yetişkinlik yaş gruplarında yer alan bireylere oranla

daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır (Blanchflower ve Oswald 2007; Clark ve Oswald 1994). Bunların yanında, Türkiye’de yaş ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmaların çok az olduğu görülmektedir.

Kişilik, doğuştan getirilen ve çevreyle etkileşim yoluyla şekillenen ve kolay değişmeyen özellikler bütünüdür. Kişilik özellikleri, bireyi diğer bireylerden ayırır ve bireyin gelecekteki davranışlarına yönelik tahminlerimizin dayanağını oluşturur (Atkinson, Atkinson, Smith, Bem ve Nolen, 1999). Öte yandan, bireyleri birbirinden ayırt edici özellikler açısından bakıldığında, sayısız özellikleri görmek olasıdır (McCrae ve Costa, 2003). Kişiliği, özellikler açısından ele alan ve literatürde yaygın olarak kabul gören model, beş faktör kişilik modelidir. Beş faktör modeli, dışa dönüklük-içe dönüklük, yumuşak başlılık-hırçınlık, sorumluluk-dağımlık, duygusal denge-dengesizlik ve deneyime açıklık/zekâ ya da gelişmemişlik olmak üzere beş alt boyuttan oluşmaktadır (McCrae ve Costa, 1987; Somer, 1998; Somer, Korkmaz ve Tatar, 2002).

Öznel iyi oluş ile ilgili literatüre bakıldığında, bireylerin öznel iyi oluşları üzerinde beş faktörlü kişilik modelindeki, duygusal denge-dengesizlik, sorumluluk-sorumsuzluk ve dışa-içe dönüklük boyutlarının etkilerinin olduğu görülmektedir (Costa ve McCrae, 1980; Diener ve Lucas, 1999; Francis ve Katz, 2000; Furnham ve Cheng, 1999; Huebner, 1991; Wilson ve Gullone, 1999). Deneyime açıklık ve yumuşak başlılık kişilik özelliklerinin ise, bireylerin öznel iyi oluşları üzerindeki etkileri sınırlıdır. Özellikle, yumuşak başlılığın, öznel iyi oluşla anlamlı bir ilişkisi bulunmamaktadır (DeNeve ve Cooper, 1998; Francis ve Katz, 2000; Furnham ve Cheng, 1999).

Vaillant’a göre (2003) ruh sağlığı; olgunluk, duygusal ve toplumsal zekâ, başarılı bir şekilde uyum sağlama ve öznel açıdan iyi olma olarak ele alınmalıdır. Günümüzde öznel iyi oluşun, ruh sağlığının olumlu yönünü temsil ettiği belirtilmektedir (Diener ve Seligman, 2002; Diener ve Seligman, 2004). Bu noktada öznel iyi oluşun bireylerin yaşamlarına olumlu katkıları bulunmaktadır. Örneğin yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip olan bireylerin daha sosyal ve yaratıcı oldukları, daha iyi bir bağımsızlık sistemine sahip oldukları ve uzun süreli yaşadıkları, daha çok para kazandıkları, daha iyi birer vatandaş oldukları, iş yaşamında daha üretken oldukları, evlilik doyumlarının yüksek olduğu, stresle daha iyi başa çıktıkları sonucuna varılmıştır (Diener 1984; Diener ve ark. 2002; Diener ve Seligman 2002; Diener ve Seligman 2004; Lucas, Clark, Georgellis ve Diener, 2004; Lyubomirsky, Sheldon ve Schkade, 2005).

. Bireylerin öznel iyi oluşlarını daha olumlu bir noktaya getirmek ve ruh sağlıklarına olumlu katkılar sunmak adına kişilik özelliklerinin, cinsiyetin ve yaş gruplarının öznel iyi oluşla ilişkilerini görmek literatüre katkı sağlayabilir. Sonuç olarak, bu çalışmanın birinci amacı, öznel iyi oluşun cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesidir. Çalışmanın ikinci amacı, farklı yaş gruplarına atanan bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri açısından karşılaştırılmasıdır. Bu çalışmanın üçüncü amacı, farklı yaş gruplarına atanan bireylerin kişilik özelliklerinin, öznel iyi oluşu açıklama düzeylerinin incelenmesidir.

### Yöntem

#### Model

Bu araştırma, mevcut durumu sorgulayan betimsel bir araştırmadır. Öznel iyi oluş ile cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla, ilişkisel tarama modeline dayanarak araştırma gerçekleştirilmiştir. Veriler, farklı yaşlardaki bireylerden elde edilmiş ve kesitsel araştırma düzeni kullanılmıştır.

#### Araştırma Grubu

Bu çalışmanın 14-17 (ergen), 19-25 (genç yetişkin) ve 26-45 (yetişkin) yaş grupları olmak üzere üç alt grubu bulunmaktadır. Ölçme araçlarının uygulanacağı bireyler, amaçlı örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Amaçlı örnekleme araştırmacı, evrenle ilgili daha önceki kuramsal bilgilere ve kendi bilgilerine ve araştırmanın özel amacına dayanarak bir örneklem belirlemektedir (Fraenkel ve Wallen, 1993). Bu çalışmada, araştırma grubunun belirlenmesinde amaçlı örnekleme çeşitlerinden, Maksimum Çeşitlilik Yöntemi benimsenmiş ve bu bağlamda evrenin temsili göz önünde bulundurularak, bireylerin seçilmesinde 14-17 yaş grubundaki bireyler için, 14-17 yaş aralığında olmak, lise öğrenimi görmek, kronik bir rahatsızlığı bulunmamak, psikiyatrik bir tanı almamak ölçütleri belirlenmiştir. 19-25 yaş grubundaki bireyler için, 19-25 yaş aralığında olmak, üniversite öğrenimi görmek, kronik bir rahatsızlığı bulunmamak, psikiyatrik bir tanı almamak ölçütleri belirlenmiştir. 26-45 yaş grubundaki bireyler için, 26-45 yaş aralığında olmak, kronik bir rahatsızlığı bulunmamak, psikiyatrik bir tanı almamak gibi ölçütler dikkate alınarak katılımcılar seçilmiş ve ölçme araçları bu bireylere uygulanmıştır.

Araştırma kapsamında kullanılan veri toplama araçları başlangıçta, 760 katılımcıya uygulanmıştır. Veri analizleri öncesi, katılımcıların veri toplama araçlarına verdikleri yanıtlar gözden geçirilmiştir.

Bu inceleme sonucunda, ölçek maddelerinin çoğunu boş bırakan (en az % 5'ini) ya da merkeze kayma hatalarının gözlemlendiği toplam 23 kişi, kronik rahatsızlığı olan 22 kişi ve psikiyatrik tanısı olan 16 kişi veri setinden çıkarılmıştır. Sonuçta analizler, 14-17 (ortalama yaşı 15.32) yaş aralığında 111 kadın ve 110 erkek; 19-25 yaş aralığında (ortalama yaşı 22.37) 152 kadın ve 114 erkek; 26-45 yaş aralığında (ortalama yaşı 34.21) 109 kadın ve 103 erkek olmak üzere toplam 699 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunda 372 kadın ve 327 erkek yer almıştır. Çalışma grubunda yer alan ergenler, Ankara'nın Çankaya ilçesinde yer alan iki genel lisede öğrenim gören ergenlerden; genç yetişkin grubu Ankara (139 kişi) ve Gazi Üniversitesinde (127 kişi) öğrenim gören genç yetişkinlerden ve yetişkin grubu ise Ankara'da bir genel lisede öğrenim gören ergenlerin ailelerinde yaşayan yetişkinlerden oluşmaktadır.

#### Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veriler, *Kişisel Bilgi Formu*, *Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi*, *Yaşam Doyumu Ölçeği* ve *Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği* ile toplanmıştır. Çalışmada kullanılan ölçme araçlarının psikometrik özellikleri aşağıda verilmiştir.

***Kişisel Bilgi Formu:*** Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim, kronik rahatsızlık ve psikiyatrik tanı durumları gibi demografik özelliklerine ilişkin bilgiler kişisel bilgi formu aracılığıyla elde edilmiştir.

***Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi:*** Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi, Bacanlı, İlhan ve Aslan (2009) tarafından geliştirilmiştir. Geliştirilen ölçeğin geçerliğini sınamak için faktör analizi ve benzer ölçek geçerliği yöntemlerinden yararlanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin yapılan faktör analizinde beş farklı kişilik boyutunu ölçebilecek özellikte 40 sıfat çifti belirlenmiştir. Elde edilen boyutlar, beş faktör kişiliğe ait varyansın %52,6'ını açıklamıştır. Geliştirilen ölçeğin dış geçerliğini sınamak için Sosyotropi Ölçeği, Çatışmalara Tepki Ölçeği, Negatif-Pozitif Duygu Ölçeği, Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Bu karşılaştırmalardan beklenen yönde sonuçlar elde edilmiştir. Elde edilen sonuçlar, ölçeğin geçerli olduğunu göstermiştir (Bacanlı, İlhan ve Aslan, 2009). Ölçeğin güvenilirliği için hesaplanan iç tutarlık katsayılarının 0.73 ile 0.89 aralığında değiştiği ve en yüksek iç tutarlık katsayısının Dışadönüklük (0.89), en düşük iç tutarlık katsayısının ise Duygusal Dengesizlik (0.73) boyutuna ait olduğu bulunmuştur. Ölçeğin iki hafta ara ile yapılan uygulamalardan hesaplanan test-tekrar test güvenilirliğine ilişkin bulgulara bakıldığında, en yüksek ilişkiyi Yumuşak Başlılık ( $r=0.86$ ), en düşük ilişkiyi ise Deneyime Açıklık Boyutunun ( $r=0.68$ ) ortaya koyduğu

bulunmuştur. Bu çalışmada da ölçeğin faktör yapısı açımlayıcı faktör analizi tekniği ile incelenmiştir. 14-17 yaş grubunda açıklanan varyansı %53.23; 19-25 yaş grubunda açıklanan varyansı %60.08 ve 26-46 yaş grubunda açıklanan varyansı %57.89 olan orijinal yapıdaki beş boyutlu ölçeğe ulaşılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının güvenilirliği için hesaplanan iç tutarlık katsayılarının bütün yaş grupları için 0.75 ile 0.91 aralığında olduğu sonucuna varılmıştır.

**Yaşam Doyumu Ölçeği (Satisfaction With Life):** Yaşam Doyumu Ölçeği, Diener ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş ve Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Toplam beş maddeden oluşan ölçek, Likert tipindedir ve 1-7 arasında puanlanmaktadır. Yaşam Doyumu Ölçeği'nde işaretlenen seçeneklerin değerleri toplanarak toplam puan elde edilmektedir. Köker (1991) tarafından ölçekteki maddelerin her birine verilen yanıtların kararlılığı için "test-tekrar test" yöntemi ve ölçeğin ne denli iyi işlediğini anlamak amacıyla da madde analizi çalışması yapılmıştır. Üç hafta ara ile iki kez uygulanan ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı, 0.85 olarak bulunmuştur. Madde analizi çalışmasında ise, ölçeğin madde puanları ile test puanları arasındaki korelasyon katsayısı, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ile hesaplanmıştır. Buna göre, ölçeğin toplam puanı ile 1.Madde 0.73, 2.Madde 0.73, 3.Madde 0.76, 4.Madde 0.75 ve 5.Madde 0.90 düzeyinde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, ölçeğin yapılan güvenilirlik çalışmasında Cronbach-Alfa güvenilirlik katsayısı, 0.76 olarak elde edilmiştir. Bu çalışmada da ölçeğin faktör yapısı açımlayıcı faktör analizi tekniği ile incelenmiştir. 14-17 yaş grubunda açıklanan varyansı %64.99; 19-25 yaş grubunda açıklanan varyansı % 64.48 ve 26-46 yaş grubunda açıklanan varyansı %59.43 olan orijinal yapıdaki tek boyutlu ölçeğe ulaşılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için hesaplanan iç tutarlık katsayılarının bütün yaş grupları için 0.81 ile 0.86 aralığında olduğu sonucuna varılmıştır.

**Pozitif - Negatif Duygu Ölçeği (Positive - Negative Affect Scale):** Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği, Watson ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş ve Gençöz(2000) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, 10 tane olumlu, 10 tane de olumsuz duygu maddeleri içermekte ve 5'li Likert tipine göre değerlendirilmektedir. Ölçeğin uyarlanma çalışmasında, Cronbach-Alfa iç tutarlık katsayısı, Negatif Duygu için 0.83, Pozitif Duygu için 0.86 bulunmuştur (Gençöz, 2000). Bu çalışmada da ölçeğin faktör yapısı açımlayıcı faktör analizi tekniği ile incelenmiştir. 14-17 yaş grubunda açıklanan varyansı %54.66; 19-25 yaş grubunda açıklanan varyansı % 50.48 ve 26-46 yaş grubunda açıklanan varyansı %44.52 olan orijinal yapıdaki iki

boyutlu ölçeğe ulaşılmıştır. Ölçeğin alt boyutlarının güvenilirliği için hesaplanan iç tutarlık katsayılarının bütün yaş grupları için 0.71 ile 0.79 aralığında olduğu sonucuna varılmıştır.

Literatürde, öznel iyi oluşun ölçülmesinde sıklıkla kullanılan ölçekler, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Olumlu ve Olumsuz Duygu Ölçeği'dir. Yapılan çalışmalarda iki yöntem izlenmektedir. Birinci yöntem, bu ölçekleri ayrı ayrı kullanma şeklindedir. İkinci yöntem ise, öznel iyi oluşun kuramsal tanımlamasına dayanmaktadır. Bu tanımlamaya bağlı olarak öznel iyi oluş, aşağıdaki eşitlik uygulanarak ölçülmektedir (Sheldon ve Bettencourt, 2002; Sheldon ve Elliot, 1999).

$$\text{Öznel İyi Oluş} = (\text{Yaşam Doyumu} + \text{Olumlu Duygu}) - \text{Olumsuz Duygu}$$

Bu çalışmada, yukarıdaki eşitlik uygulanarak toplam öznel iyi oluş puanı elde edilmiştir. Veri analizleri elde edilen toplam puan üzerinde gerçekleştirilmiştir.

### Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmeleri SPSS 14.00 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Öznel iyi oluşun cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi tekniğiyle analiz edilmiştir. Yaş gruplarına bağlı olarak öznel iyi oluşun farklılaşıp farklılaşmadığı tek yönlü varyans analizi tekniğiyle incelenmiştir. Yaş gruplarına bağlı olarak kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşu anlamlı bir şekilde açıklayıp açıklamadığı, çoklu regresyon analizi tekniğiyle analiz edilmiştir. Verilerin analiz edilmesinde en az 0.05 anlamlılık düzeyi benimsenmiştir.

### İşlem

Araştırma verileri Ankara ilinde Eylül 2010-Ocak 2010 tarihleri arasında toplanmıştır. Ölçeklerin uygulanması 40-45 dakika arasında değişmiştir. Araştırmada veriler, bireysel uygulama ve grup uygulaması şeklinde toplanmıştır. Veriler toplanırken gönüllülük ilkesi esas alınmış, katılımcılara öncelikle araştırmanın amacına yönelik kısa bir bilgi verilmiş ve ardından araştırmaya katılmak isteyen katılımcılara ölçekler verilmiştir. Ayrıca, gerekli durumlarda katılımcılara ek açıklamalar yapılmıştır. Katılımcılardan kimlik bilgileri istenmemiştir.

### Bulgular

Araştırma bulguları, üç ana başlık altında ele alınmıştır. Öncelikle öznel iyi oluşun, cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığına, daha sonra yaş gruplarına göre öznel iyi oluşun farklılaşıp farklılaşmadığına ve

en son olarak da kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşu anlamlı bir şekilde açıklayıp açıklamadığına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

### Cinsiyete Göre Öznel İyi Oluşun İncelenmesi

Öznel iyi oluşun cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi tekniğiyle analiz edilmiştir.

teknikiyle analiz edilmiştir. Tablo 2’de farklı yaş gruplarında yer alan bireylerin öznel iyi oluş toplam puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ve Tablo3’te ise tek yönlü varyans analizi sonuçları yer almaktadır.

Tablo 2’de de görüldüğü gibi, 14-17 yaş gruplarında ve 26-45 yaş gruplarında yer alan bireylerin öznel iyi oluş ortalama puanlarının, 19-25 yaş gruplarında yer

**Tablo 1. Cinsiyete Göre Öznel İyi Oluş Üzerinde Uygulanan t-testi Sonuçları**

Yaş Grupları	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	T	p	
Öznel İyi Oluş	14-17 (Ergen)	Kadın	111	35,54	-0.33	0.74
		Erkek	110	36,21		
	19-25 (Genç Yetişkin)	Kadın	152	31,10	0.09	0.99
		Erkek	114	31,12		
	26-45 (Yetişkin)	Kadın	109	33,12	-2,38	0,02*
		Erkek	103	37,41		

\*  $p < .05$

Tablo 1 incelendiğinde, öznel iyi oluşun cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. 26-45 yaş grubunda yer alan erkek yetişkinlerin öznel iyi oluş ortalama puanlarının ( $\bar{X} = 37.41$ ), kadın yetişkinlere göre ( $\bar{X} = 33.12$ ) daha yüksek olduğu ( $t = -2.38$ ;  $p < .05$ ) sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte, diğer yaş gruplarında yer alan bireyler için öznel iyi oluş açısından cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

### Yaş Gruplarına Göre Öznel İyi Oluşun İncelenmesi

Yaş gruplarına bağlı olarak öznel iyi oluşun farklılaşıp farklılaşmadığı tek yönlü varyans analizi

alan bireylerin ortalama puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu ortalamalar arası farkın anlamlı olup olmadığı tek yönlü varyans analizi tekniğiyle incelenmiştir.

Tablo 3 ve Şekil 1 incelendiğinde, öznel iyi oluş ortalama puanlarının yaş gruplarına göre farklılaştığı görülmektedir [ $F(2-697) = 11.19$ ,  $p < .01$ ]. Ortalama puan farklarının hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre, 14-17 yaş grubunda yer alan bireylerin ( $\bar{X} = 36.90$ ;  $p < .01$ ) 19-25 yaş grubunda yer alan bireylere göre ( $\bar{X} = 31,11$ ) anlamlı biçimde daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmektedir. Ayrıca, Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonuçlarına göre, 26-45 yaş grubunda yer alan bireylerin ( $\bar{X} =$

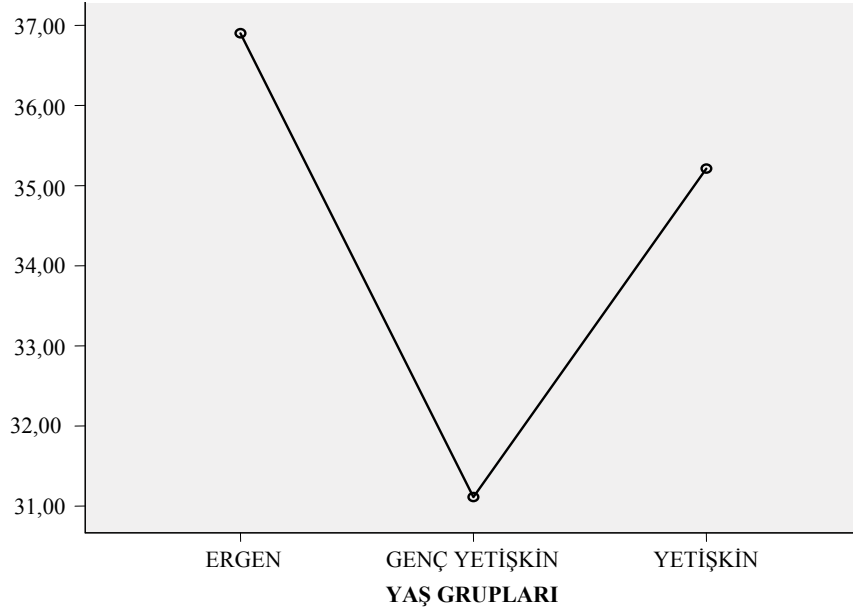
**Tablo. 2 Betimsel İstatistik Sonuçları**

Değişkenler	Yaş Grupları	N	$\bar{X}$	S.S.
Öznel İyi Oluş	14-17 (Ergen)	221	36,90	13,42
	19-25 (Genç Yetişkin)	266	31,11	14,93
	26-45 (Yetişkin)	212	35,21	13,23
	Toplam	699	34,18	14,16

**Tablo.3 Öznel İyi Oluş Puanları Üzerinde Uygulanan Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları**

Değişkenler	KT	sd	KO	F	P	
Öznel İyi Oluş	Gruplar Arası	4363,94	2	2181,97	11,19	,00**
	Grup İçi	135703,87	697	194,97		
	Toplam	140067,82	699			

\*\* $p < 0.01$



Şekil-1 Yaş Grupları Açısından Öznel İyi Oluş Ortalama Puanlarının Karşılaştırılması

35.21;  $p < .01$ ) 19-25 yaş grubunda yer alan bireylere ( $\bar{X} = 31,11$ ) göre anlamlı biçimde daha yüksek ortalamaya sahip oldukları görülmektedir.

#### Farklı Yaş Gruplarında Yer Alan Bireylerin Kişilik Özelliklerinin, Öznel İyi Oluşu Anlamlı Bir Şekilde Açıklayıp Açıklamadığına İlişkin Bulgular

Çalışmada kişilik özelliklerinin, öznel iyi oluşu anlamlı bir şekilde açıklayıp açıklamadığı çoklu

regresyon analizi tekniğiyle incelenmiştir. Analiz sonuçları, Tablo 4'te yer almaktadır.

Tablo 4 incelendiğinde 14-17 yaş gruplarında yer alan bireyler için, dışa dönüklük ( $\beta = .12$ ;  $p < .05$ ), duygusal dengesizlik ( $\beta = -.37$ ;  $p < .01$ ) ve sorumluluk ( $\beta = .39$ ;  $p < .01$ ) kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir ( $R = .66$ ,  $R^2 = .44$ ,  $F = 34,18$ ,  $p < .01$ ). Çalışmada 19-25 yaş gruplarında yer alan bireyler için, dışa dönüklük ( $\beta = .28$ ;  $p < .05$ ), duygusal dengesizlik ( $\beta = -.37$ ;  $p < .01$ ),

Tablo. 4 Kişilik Özelliklerinin Öznel İyi Oluşu Açıklama Düzeyleri

Yaş Grupları	Kişilik Özellikleri	B	SEB	Beta	t	p
14-17 (Ergen)	Dışa Dönüklük	,26	,12	,12	2,02	,04*
	Yumuşak Başlılık	,11	,16	,04	,69	,48
	Sorumluluk	,86	,12	,39	7,18	,00**
	Duygusal Dengesizlik	-1,19	,17	-.37	-6,67	,00**
	Deneyime Açıklık	,33	,25	,07	1,31	,19
( $R = .66$ , $R^2 = .44$ , $F = 34,18$ , $p < .01$ )						
19-25 (Genç Yetişkin)	Dışa Dönüklük	,41	,09	,28	4,38	,00**
	Yumuşak Başlılık	,36	,09	,23	3,70	,00**
	Sorumluluk	,36	,10	,20	3,56	,00**
	Duygusal Dengesizlik	-.74	,09	-.37	-7,54	,00**
	Deneyime Açıklık	-,19	,14	-,09	-1,33	,18
( $R = .63$ , $R^2 = .40$ , $F = 34,50$ , $p < .01$ )						
26-45 (Yetişkin)	Dışa Dönüklük	,14	,14	,09	1,00	,31
	Yumuşak Başlılık	,14	,16	,08	,92	,35
	Sorumluluk	,28	,16	,16	1,67	,04*
	Duygusal Dengesizlik	-.67	,10	-.38	-6,20	,00**
	Deneyime Açıklık	,16	,176	,08	,92	,35
( $R = .54$ , $R^2 = .29$ , $F = 34,50$ , $p < .01$ )						

\*  $p < .05$ ; \*\*  $p < .01$

yumuşak başlılık ( $\beta = .23$ ;  $p < .01$ ) sorumluluk ( $\beta = .20$ ;  $p < .01$ ) kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir ( $R = .63$ ,  $R^2 = .40$ ,  $F = 34,50$ ,  $p < .01$ ). Ayrıca Çalışmada 26-45 yaş gruplarında yer alan bireyler için sorumluluk ( $\beta = .16$ ;  $p < .05$ ) ve duygusal dengesizlik ( $\beta = -.38$ ;  $p < .01$ ) kişilik özelliklerinin, öznel iyi oluşlarını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir ( $R = .54$ ,  $R^2 = .29$ ,  $F = 34,50$ ,  $p < .01$ ). Bu sonuçlara göre, 14-17 yaş gruplarında yer alan bireyler için ilgili değişkenler öznel iyi oluştaki varyansın % 44'ünü açıklamaktadır. Öte yandan 19-25 yaş gruplarında yer alan bireyler için ilgili değişkenler, öznel iyi oluştaki varyansın % 40'nı ve 26-45 yaş gruplarında yer alan bireyler için ilgili değişkenler, öznel iyi oluştaki varyansın % 29'unu açıklamaktadır.

### Tartışma ve Sonuç

Bu bölümde çalışma bulguları, cinsiyet ve yaş grupları ile kişilik özellikleri olmak üzere iki başlık altında ele alınıp tartışılmıştır.

### Öznel İyi Oluş İle Cinsiyet ve Yaş Grupları Arasındaki İlişkilerin Değerlendirilmesi

Bu çalışmada, sadece 26-45 yaş grubunda yer alan erkek yetişkinlerin öznel iyi oluş düzeylerinin kadınlara oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsiyet ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler incelendiğinde, çalışma bulgularının 14-17 ve 19-25 yaş grubundaki bireyler için literatürle örtüştüğü; 26-45 yaş grubundaki bireyler için örtüşmediği görülmektedir. Çünkü literatürde gerçekleştirilen çalışmalarda, bireylerin öznel iyi oluşlarının cinsiyete bağlı olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur (Acock ve Hurlbert, 1993; Andrews ve Withey, 1976; Fujita, 1991). Bu çalışmada elde edilen sonucun nedeni, yetişkin yaş grubundaki kadınların cinsiyet açısından bazı eşitsizlikler yaşamaları olabilir. Çünkü literatürde, kadın ve erkek arasında gerçekleşen cinsiyet eşitsizliklerin bireylerin öznel iyi oluşlarını olumsuz olarak etkiledikleri de ifade edilmektedir (Cowan ve diğ., 1998). Literatürde ayrıca, evli olan kadının ve erkeğin olmayanlara oranla öznel açıdan daha iyi bir konumda oldukları belirtilmesine karşın; evli yetişkin kadınların, ev işleriyle ve çocuk bakımıyla ilgili kendilerini zorlayan sorumluluklar üstlendikleri belirtilmektedir. Bu ağır sorumluluklardan dolayı, evli kadınların öznel iyi oluş düzeylerinin düştüğü sonucuna varılmıştır (Nolen-Hoeksema ve Rusting, 1999). Bu çalışma grubunda yer alan yetişkin kadınların, öznel iyi oluş düzeyleri anılan nedenlerden dolayı erkeklere oranla daha düşük düzeyde çıkmış olabilir. İlerleyen süreçte Fujita'nın da (1991) önerdiği gibi kadının ya da

erkeğin toplumsallaşma tarzları, kadının toplumdaki yeri ve sorumlulukları gibi değişkenlerle birlikte çalışmaların yapılması, bu konudaki bilgilerin daha anlamlı bir şekilde ortaya çıkmasına olanak tanıyacaktır.

Yaş grupları açısından bakıldığında bu çalışma sonuçlarına göre, hem 14-17 yaş grubundaki bireylerin hem de 26-45 yaş grubundaki bireylerin, 19-25 yaş grubundaki bireylere oranla öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu çalışma sonuçları da "*bütün bireylerin giderek öznel açıdan daha kötü olacağı*" kalıp yargısının geçerli olmadığı görüşünü desteklemiştir (Costa, McCrae ve Zonderman, 1987). Ayrıca literatürde bazı çalışmalarda, öznel iyi oluş düzeyinin yaşla birlikte arttığı görülmüş ve belli bir yaştan sonra düşmediği sonucuna varılmıştır (Ryff, 1989). Bu çalışma, anılan çalışmalarla paralellik göstermektedir.

Yaş grupları açısından öznel iyi oluş düzeylerinde ortaya çıkan farklılık, genç yetişkinlik döneminin özellikleri açısından ele alınabilir. Bu dönemdeki bireyler yoğun bir şekilde, toplumsal, cinsel ve meslekî alanlarda denemeler yapmaktadırlar (Erikson, 1968). Böylece kimliklerini netleştirmektedirler. Bir başka açıdan ele alındığında bu yaş grubunda yer alan bireyler, bir iş ve eş bulma durumu ile karşı karşıyadırlar. Aynı zamanda dünya görüşlerini oluşturmaktadırlar (Arnet, 2000). Bu dönemdeki genç yetişkinler, her bir alandaki gelişim görevlerini başarıyla atlatılma çabası içindedirler. Bu görevleri başarıyla atlatılabilmek, aynı zamanda zorlayıcı ve ağır olabilir. Tüm bunların yanında, Kamu Personeli Sınavı gibi geleceklerini belirleyecek önemli bir sınavdan başarılı olmak durumundadırlar. Sonuçta bu durum, genç yetişkinlerin öznel iyi oluş düzeylerini düşürmüş olabilir. Anılan değişkenlerle birlikte bu yaş grubunda bulunan genç yetişkinlerin öznel iyi oluş düzeylerinin incelenmesi literatüre katkı sağlayabilir.

### Kişilik Özellikleri İle Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Bu çalışmada 14-17 yaş grubunda yer alan bireylerin öznel iyi oluşlarını dışa dönüklük, duygusal açıdan dengesizlik ve sorumluluk kişilik özellikleri anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. 19-25 yaş grubunda yer alan bireylerin öznel iyi oluşlarını dışa dönüklük, duygusal açıdan dengesizlik, yumuşak başlılık ve sorumluluk; 26-45 yaş grubunda yer alan bireylerin öznel iyi oluşlarını duygusal açıdan dengesizlik ve sorumluluk kişilik özellikleri anlamlı bir şekilde açıklamaktadır. Bu noktada bu çalışmanın sonuçları, literatürle örtüşmektedir. Çünkü öznel iyi oluş ve kişilik özelliklerine ilişkin literatürde, beş faktör yaklaşımındaki dışa dönüklüğün, duygusal

denge­sizliğin ve sorumlu­luğun öznel iyi oluşla ilişki­li oldu­ğu çalış­malarca ortaya konmuştur. Örneğin Penley ve Tomaka'nın (2002), 17-42 yaş arasındaki bireyler üzerinde yaptıkları çalışmaya göre, öznel iyi oluş ile duygusal denge­sizlik arasında düşük düzeyde olumsuz yönde; dışa dönüklük arasında orta düzeyde olumlu yönde ve sorumlu­luk arasında düşük düzeyde olumlu yönde ilişki­ler bulunmuştur. Bir diğ­er çalışmaya göre, öznel iyi oluş ile duygusal denge­sizlik arasında orta düzeyde olumsuz yönde; dışa dönüklük arasında orta düzeyde olumlu yönde ve sorumlu­luk arasında orta düzeyde olumlu yönde ilişki­ler bulunmuştur (Furnham ve Cheng,1997). Başka bir çalışmaya göre de, öznel iyi oluş ile duygusal denge­sizlik arasında yüksek düzeyde olumsuz yönde; dışa dönüklük arasında yüksek düzeyde olumlu yönde ve sorumlu­luk arasında orta düzeyde olumlu yönde ilişki­ler bulunmuştur (Brebner, 1998). Ulusal literatürde de 14-17 yaş grubunda yer alan bireylerin öznel iyi oluşlarını dışa dönüklük, sorumlu­luk ve duygusal denge­sizlik kişilik özelliklerinin anlamlı bir şekilde açıkladığı bulunmuştur (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010). Benzer şekilde 19-25 yaş grubundaki bireylerin öznel iyi oluşlarını dışa dönüklük ve duygusal denge­sizlik kişilik özelliklerinin anlamlı bir şekilde açıkladığı da bulunmuştur (İlhan ve Bacanlı, 2007). Tüm bunların yanında, 19-25 yaşları arasındaki bireylerin, 14-17 yaşları ve 26-45 yaşları arasındaki bireylerden farklı olarak yumuşak başlılık kişilik özellikleri ile öznel iyi oluşları arasında anlamlı ilişki­ler bulunmuştur. Bu farklılığın, genç yetişkinlik döneminden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. İlerleyen çalışmalarda bu duruma açıklık getirilebilir.

Bu çalışmada 26-45 yaşları arasındaki bireylerin öznel iyi oluşlarını, dışa dönüklük kişilik özelliğinin anlamlı düzeyde açıklamaması ve sorumlu­luk kişilik özelliğinin anlamlı düzeyde açıklaması yine dönemsel özelliklerden kaynaklanabilir. Çünkü literatüre göre, ergenlikten yetişkinliğe doğru dışa dönüklük kişilik özelliği ortalama puanlarının düştüğü; sorumlu­luk kişilik özelliği ortalama puanlarının yükseldiği ifade edilmektedir (Diener, 1984; McCrae ve Costa, 2003). Ayrıca, sorumlu­luk yetişkinliğe geçiş için önemli bir ölçüt olarak ele alınmaktadır (Arnet, 2000). İşlevsel olarak önemi azalan dışa dönüklük kişilik özelliği bu yaş grubunda yer alan bireylerin öznel iyi oluşunu anlamlı düzeyde açıklamamış olabilir. Öte yandan işlevsel olarak önemi artan sorumlu­luk kişilik özelliği, bu yaş grubunda yer alan bireylerin öznel iyi oluşunu anlamlı düzeyde açıklamış olabilir. İlerleyen süreçte bu durumu açıklayan yeni çalış­malar yapılabilir.

Literatürde, bireylerin öznel iyi oluşları ve kişilik özellikleri arasındaki ilişki­lerin nedensel olarak açıklanması daha çok duygusal açıdan denge­sizlik

ve dışa dönüklük kişilik özelliklerine yöneliktir. Bu noktada, ilgili kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşla ilişki­leri duygusal aktiflik ve duygusal bilgiyi işleme olmak üzere iki noktada ele alınmaktadır. Duygusal aktiflik, belli kişilik özelliklerine sahip bireyler, o kişilik özelliklerine uygun olarak olumlu ve olumsuz duyguları yaşama isteklerinde bulunacakları görüşüne dayanır. Bireylerin bu istekleri belirtmelerine “duygusal aktiflik” denilmektedir (Rusting ve Larsen, 1997). Duygusal aktiflik noktasında, dışa dönük bireyler, içe dönük bireylere oranla daha fazla olumlu duyguları yaşamayı istemektedirler. Duygusal açıdan denge­siz olan bireyler ise, dengeli bireylere oranla daha fazla olumsuz duyguları yaşamayı istemektedirler (Rusting, 1998). Sonuç olarak; bu araştırma grubunda yer alan 14-17 ve 19-25 yaşları arasındaki dışa dönük bireyler olumlu duyguları; duygusal açıdan denge­siz olan bireyler ise, olumsuz duyguları yaşamayı istemiş olabilirler. Bu nedenle, duygusal denge­sizlik ve dışa dönüklük, öznel iyi oluşla farklı düzeyde ve farklı yönde ilişki­ler göstermiştir denilebilir.

Bu araştırma bulguları, duygusal bilgiyi işleme süreci bağlamında da değerlendirilebilir. Kişilik özelliklerine bağlı olarak, olumlu ya da olumsuz duygulara ilişkin duyguları algılama, hatırlama ve duygulara dikkat etme süreçlerinin farklılaştığı belirtilmektedir (Tamir, Robinson ve Clore, 2002). Örneğin; dışa dönükler, içe dönüklere oranla ödüllendirici uyarana karşı dikkatlerini daha uzun süreli yoğunlaştırmaktadırlar.

Yine dışa dönükler, olumlu duygu durumunda iken içe dönükler ise, olumsuz duygu durumunda iken, ilgi duydukları konulara daha çabuk güdülenmektedirler (Tamir ve ark. 2002). Araştırma kapsamında yer alan dışa dönük bireyler, olumlu duyguları; duygusal açıdan denge­siz olan bireyler ise, olumsuz duyguları daha çok işleme eğiliminde olabilirler. Bu eğilimlerden dolayı, dışa dönüklüğün öznel iyi oluşla olan ilişki­si olumlu ve duygusal denge­sizliğin öznel iyi oluşla olan ilişki­si olumsuz yönde çıkmış olabilir.

Bu çalış­ma grubunda, duygusal denge­sizliğin öznel iyi oluşla olumsuz ilişki vermesi ve dışa dönüklüğün olumlu ilişki vermesi ödüle duyarlılıkla açıklanabilir (Lucas ve ark., 2004). Dışa dönük bireyler, içe dönüklere oranla ödüle karşı duyarlıdırlar. Bu duyarlılığın sonucunda dışa dönük bireyler, ödülle ilişki­li uyarana ulaştıklarında daha fazla olumlu duygular yaşamaktadırlar. Bununla beraber, ödüle duyarlı olma özelliği, dışa dönüklerin daha fazla sosyal beceri kazanmalarını sağlar. Bu becerileri kullanan dışa dönük bireyler, insanlara daha çekici geldikleri için daha fazla arkadaş­a sahip olacaklardır.



Daha fazla arkadaşına sahip olmada onların olumlu duygular yaşamalarına neden olacaktır. Çünkü Lyubomirsky ve arkadaşlarına (2005) ve Eryılmaz'a (2010) göre, çevreyle olumlu ilişkiler içerisinde olmak öznel iyi oluşu artıran en önemli stratejilerdendir. Dışa dönüklerin aksine duygusal açıdan dengesiz bireyler, ödüle duyarlı olmadıkları için ve sosyal beceri eksikliğinden dolayı yakın ilişkilere daha az yönecekler ve olumlu duyguları daha az yaşayacaklardır. Dolayısıyla bu bireylerin, öznel iyi oluşları daha düşük düzeyde olacaktır. Ayrıca, duygusal açıdan dengesiz olan bireyler daha fazla olumsuz olayları yaşadıkları için olumsuz duyguları ve düşünceleri daha fazla yaşamaktadırlar. Bu duygular ve düşünceler onların kendilerini yıkıcı davranışlar sergilemelerine ve dolayısıyla duygusal açıdan dengesizlikler yaşamalarına neden olmaktadır (Heady ve Wearing, 1992). Bu durum da onların öznel iyi oluşlarının düzeylerini düşürmektedir. İlerleyen süreçte ödüle duyarlılık, kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmaların yapılması literatüre katkı sağlayabilir.

Bu çalışmanın bulguları incelendiğinde, kişilik özelliklerinin öznel iyi oluşu yordayıcılık düzeylerinin yaşla birlikte düştüğü görülmektedir. Bu bulguları, sabit nokta düzeyi bağlamında ele almak olasıdır. Bilindiği gibi, öznel iyi oluşu kişilik özelliği olarak ele alan araştırmacılar öznel iyi oluştaki bireysel farklılıkları, sabit nokta düzeyi ile açıklamaktadırlar (Emmons ve McCullough, 2003). Sabit nokta kuramına göre, bireylerin öznel iyi oluşlarının sabit bir düzeyi vardır. Bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri, çeşitli değişkenlerden etkilenerek değişse de zamanla sabit noktalarına tekrar dönecektir (Lykken ve Tellegen, 1996). Bu noktada araştırmada öznel iyi oluş ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiler,

farklı yaş gruplarında yer alan bireylerin farklı bir düzeyde sabit nokta düzeylerini gösteriyor olabilir. Bu araştırmadaki yaş grupları için, kişilik özellikleri ile öznel iyi oluşa ilişkin elde edilen farklı değerlerin çok üstü ve altı, dengeden uzaklaşmış bir değer olarak kabul edilebilir. İlerleyen çalışmalarda, hem boylamsal hem de kesitsel araştırmalarla bu konuya açıklık getirilmesi literatüre katkı sağlayabilir.

Günümüzde yaşam boyu gelişim yaklaşımı, bireylerin gelişimlerini açıklayan önemli yaklaşımlardandır (Baltes, 1987). Yaşam boyu gelişim yaklaşımı bağlamında benzer çalışmaların farklı gelişim dönemlerindeki bireylerin üzerinde gerçekleştirilmesi literatüre katkı sağlayabilir. Bu noktada bu değişkenler arasındaki ilişkilerin gücü ve yönü daha iyi anlaşılabilir.

Bu çalışmanın en önemli sınırlılığı, kesitsel araştırma deseninde yürütülmesidir. Gelecekte aynı konuda hem boylamsal hem de kesitsel çalışmalar yapılabilir. Çalışmanın ikinci sınırlılığı, 14-17 yaş grubunda yer alan bireylerin lise öğrenimi ve 19-25 yaş grubunda yer alan bireylerin ise üniversite öğrenimi görmeleridir. Her iki grupta da öğrenim görmeyen bireyler üzerinde de benzer çalışmaların yürütülmesi literatüre katkı sağlayabilir. Bu çalışmanın üçüncü bir sınırlılığı bütün yaş gruplarında yer alan bireylerin kronik bir rahatsızlığının ve psikiyatrik bir tanısının olmamasıdır. Benzer çalışmaların kronik rahatsızlığı olan ve psikiyatrik tanısı olan bireyler üzerinde de gerçekleştirilmesi karşılaştırmalı bilgilerin ve bulguların ortaya konmasına olanak tanıyacaktır.

Sonuç olarak bireylerin öznel iyi oluşları, onların kişilik özelliklerinden etkilenmektedir. Bireylerin öznel iyi oluş düzeyleri için, 19-25 yaş grubunda yer almak ve 26-45 yaş grubunda kadın olmak önemli görünmektedir.

### Kaynaklar

- Acock, A. C., & Hurlbert, J. S. (1993). Social networks, marital status, and well-being. *Social Networks*, 15, 309-334.
- Andrews, F. M., & Withey, S. B. (1976). *Social indicators of well-being: Americans perceptions of life quality*. New York: Plenum Press.
- Arnett JJ. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55: 469-480.
- Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Hoeksema, S. (1999). *Psikolojiye Giriş*. (Çev. A. Yavuz). İstanbul: Arkadaş Yayınları.
- Bacanlı, H., İlhan, T. & Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: Sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7 (2), 261-279.
- Baltes, P.B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23, 611-626.
- Blanchflower, D.G. & Oswald, A.J. (2007). Is Well-being u-shaped over the Life Cycle? *The Warwick economics research paper series (TWERPS)* 826, University of Warwick, Department of Economics.
- Clark, A. E., & Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and unemployment. *Economic Journal*, 104, 648-659.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38, 668-678.

- Costa, P. T., McCrae, R. R., & Zonderman, A. B. (1987). Environmental and dispositional influences on well-being: longitudinal follow-up of an American national sample. *The British Journal of Psychology*, 78, 299-306.
- DeNeve, K., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta analysis of personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124,197-229.
- Diener, E. (1984). Subjective well being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-75.
- Diener, E. (2001) Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective well-being. In D. Kahneman, E.
- Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage.
- Diener, E., Nickerson, C., Lucas, R.E., & Sandvik, E. (2002). Dispositional affect and job outcomes. *Social Indicators Research*, 59, 229-259.
- Diener, E., & Seligman, M.E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 80-83.
- Diener, E., & Seligman, M. E. P. (2004). Beyond money: Toward an economy of wellbeing. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 1-31.
- Emmons, R.A., & McCullough, M.E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 377-389.
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: Norton.
- Eryılmaz, A. (2010). Ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. IV, 33,81-88.
- Eryılmaz, A., & Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte öznel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik Modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11,189-203.
- Francis, L. J., & Katz, Y. J. (2000). Internal consistency reliability and validity of the hebrew translation of the oxford happiness inventory. *Psychological Reports*, 87, 193-196.
- Fraenkel, J.R., & Wallen, N.E. (1993). *How to design and evaluate research in education*. New York: Mcgraw Hill.
- Fujita, F. (1991). *An investigation of the relation between extroversion, neuroticism, positive affect, and negative affect*. Master's Thesis, University of Illinois.
- Furnham, A., & Cheng, H. (1997). Personality and happiness. *Psychological Reports*, 80, 761-762.
- Furnham, A., & Cheng, H. (1999). Personality as predictor of mental health and happiness in the east and west. *Personality and Individual Differences*, 27, 395-403.
- Gençöz, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15,46, 19-26.
- Heady, B., & Wearing, A. (1992). *Understanding Happiness: A Theory of Subjective Well Being*. Melbourne, Australia: Longman Cheshire
- Huebner, E.S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly* 6, 103-111.
- Hybron, D.(2000). Two philosophical problems in the study of happiness. *Journal of Happiness Studies*,1:207-225.
- İlhan, T., & Bacanlı, H. (2007). Mizah tarzları, kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş: Bir model denemesi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 11, 35-52.
- Kagan, J. (2003). Biology, context and developmental inquiry. *Annual Review of Psychology*, 54, 1-23.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması*. A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Ankara: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Lucas, R. E., Clark, A. E., Georgellis, Y., & Diener, E. (2004). Unemployment alters the set point for life satisfaction. *Psychological Science*, 15, 8-13.
- Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others? The role of cognitive and motivational processes in well-being. *American Psychologist*, 56, 239-249.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-131.
- Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7, 186-189.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in Adulthood*. New York: The Guilford Press.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52,81-90.
- Myers, D. & Deiner, E. (1995). Who is happy. *American Psychological Society*. 6,1-19.
- Nolen-Hoeksema, S., & Rusting, C. (1999). Gender differences in well-being. In D.
- Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Foundations of hedonic psychology: Scientific perspectives on enjoyment and suffering*. (pp. 330-352). New York: Russell Sage Foundation.
- Penley, J.A., & Tomaka, J.(2002). Associations among the big-five, emotional responses, and coping with acute stress. *Personality and Individual Differences*. 32, 1215-1228.
- Robinson, J.L., Emde, R.N., & Corley, R.P. (2001). Dispositional cheerfulness: Early genetic and environmental influences. In R. N. Emde & J.K. Hewitt (Eds.), *Infancy to Early Childhood: Genetic and Environmental Influences on Developmental Change* (pp.163-177). London: Oxford University Press.

- Rusting, C.L., & Larsen, R.J. (1997). Extraversion, neuroticism, and susceptibility to positive and negative affect: A test of two theoretical models. *Personality and Individual Differences*, 22, 607-612.
- Rusting, C. L. (1998). Personality, mood, and cognitive processing of emotional information: Three conceptual frameworks. *Psychological Bulletin* 124, 165-196.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Sheldon, K. M., & Bettencourt, B. A. (2002). Psychological need-satisfaction and subjective well-being within social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41, 25-38.
- Sheldon, K. M., & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 546-557.
- Somer, O. (1998). Beş faktör kişilik modeli. *Türk Psikoloji Yazıları*, 1 (2), 35-62.
- Somer, O., Korkmaz, M. & Tatar, A. (2002). Beş faktörlü kişilik envanterinin geliştirilmesi: Ölçek ve alt ölçeklerin oluşturulması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 17, 21-33.
- Tamir, M., Robinson, M. D., & Clore, G. L. (2002). The epistemic benefits of trait consistent mood states: an analysis of extraversion and mood. *Journal of Personality Social Psychology*. 83, 3, 663-667.
- Wilson, K., & Gullone, E. (1999). The relationship between personality and affect over the lifespan. *Personality and Individual Differences*, 27, 1141-1156.
- Vaillant, G.E. (2003). Mental health. *Journal of American Psychiatry*, 160,1373-1384.