



EKUAD JETPR

Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi

Cilt 2 (2016) Sayı 2 20-29

Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi Oluşun Yordayıcısı Olarak Sosyal Kaygı Umur KERMEN⁹, Nurcan İLÇİN TOSUN¹⁰, Uğur DOĞAN¹¹

Öz

Psikolojik danışma alanında, bireylere yardım amaçlarından arasında, kişinin psikolojik olarak sağlıklı olmasına, hayattan daha fazla doyum almasına ve kaygı ile başa çıkma becerileri kazanmasına yardımcı olmak yer almaktadır. Bu çalışmada ergenlerin psikolojik iyi oluşlarının ve yaşam doyumlarının sosyal kaygı tarafından etkilenip etkilenmediğini ortaya koymak amaçlanmaktadır. Bu amaç doğrultusunda elde edilecek bulguların ergenlere yardımcı olma noktasında psikolojik danışmanlara kolaylık sağlayacağı düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde sınırlı sayıda araştırmanın sosyal kaygı ile olumlu psikolojik kavramlar konusunda olduğu görülmektedir. Türkiye’de ise sosyal kaygının yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluş konularını ele alan çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmanın amacı lise öğrencilerinde sosyal kaygı, yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkileri ortaya koymak ve bu kavramları cinsiyet değişkenine göre karşılaştırmaktır. Araştırmaya Muğla ilinde çeşitli liselerde öğrenim gören 150 kız 150 erkek öğrenci katılmıştır. Çalışmada Sosyal Kaygı Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde Yapısal Eşitlik Modeli ve t-testi kullanılmıştır. Sonuçlara göre sosyal kaygı, yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşu negatif olarak yordamaktadır. Yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşta cinsiyete göre farklılaşma bulunmamaktadır. Sosyal kaygı düzeyinde ise kız öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri erkek öğrencilerden daha yüksek bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler

Sosyal Kaygı,
Yaşam Doyumu,
Psikolojik İyi Oluş
Lise Öğrencileri

Makale Hakkında

Gönderim Tarihi: 08.01.2016

Kabul Tarihi: 07.03.2016

E-Yayın Tarihi: 01.04.2016

Social Phobia As Predictor of Life Satisfaction and Psychological Well-Being

Abstract

In psychological counseling, among aims at helping people, assisting people for better psychological health, helping to get more satisfaction from life and helping them to learn coping skills are intended. In this study, it is aimed to unveil that whether social phobia influence adolescents life satisfaction and psychological

Keywords

Social Anxiety,
Life Satisfaction,
Psychological Well-Being
High School Students

Article Info

⁹ Uzman Psikolojik Danışman, İmkb Darıca Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Türkiye, umutkermen@gmail.com

¹⁰ Psikolojik Danışman, Mumcular Sitare Özkan Çok Programlı Anadolu Lisesi, Türkiye, nurcanilcin@gmail.com

¹¹ Yardımcı Doçent Doktor, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, Türkiye, ugurdogn@gmail.com

well-being or not. At the point of helping adolescents, it is thought that findings obtained from study will help psychological counselors. Considering literature, it can be seen that social phobia was researched at limited number with positive psychological concepts. In addition, in Turkey there is no study which social phobia is studied together life satisfaction or psychological well-being. For this reason, aims of this study are to investigate relationships between social phobia, life satisfaction and psychological well-being and to compare levels of social phobia, life satisfaction and psychological well-being according to gender. 150 girl and 150 boy adolescents who continue their education at several high schools in Muğla, Turkey attended study. To collect data Social Phobia Scale, Life Satisfaction Scale and Psychological Well-being Scale were used. In analysing data, Structural Equationing Model and t-test were used. According to results, social phobia predicts both life satisfaction and psychological well-being negatively. There is no difference at levels of life satisfaction and psychological well-being in terms of gender, whereas social phobia levels of girl adolescents are significantly higher than social phobia levels of boy adolescents.

Received: 01/08/2016
Accepted: 03/07/2016
Online Published: 04/01/2016

Giriş

Sosyal kaygı, kişinin sosyal ilişkilerde diğer kişiler tarafından yargılanmaktan ve değerlendirilmekten korkmasına ve rahatsızlık hissetmesine; kişinin topluluk önünde ya da tanıdık olmayan insanlarla konuşmaktan kaçınma gibi tepkiler vermesine sebep olan özel bir kaygı türüdür (APA, 2013). Sosyal kaygı, 11-17 yaşları arasında zirve yapmaktadır. Artan sosyal kaygı tepkileriyle birlikte korku ve kaçınma davranışı ergenlerin arkadaşlıklarının kalitesini düşürmektedir, sosyal etkileşimlerini olumsuz yönde etkilemektedir (Biggs, Vernberg ve Wu, 2012; Blote, Kin ve Westenberg, 2007). Buna ek olarak sosyal kaygının, yaşamdan elde ettiği toplam doyum olarak tanımlanan, yaşam kalitesini düşürdüğü görülmektedir (Crozier ve Alden, 2009). Bu amaçla sosyal kaygıya sahip olan ve olmayan kişiler yaşam kalitesi açısından karşılaştırılmıştır. Sosyal kaygıya sahip bireylerin işsizlikten etkilendikleri ve daha az kazanç elde ettikleri, kısıtlı sosyal ilişkilere sahip oldukları, romantik ilişkilerde geçimsizlik yaşadıkları, madde kullanım riskini daha fazla taşıdıkları sonuçlarına ulaşılmıştır (Keller, 2003).

Sosyal kaygının, insanların yaşamı üzerine getirdiği olumsuz sonuçlar geniş şekilde incelenmiştir. Buna karşılık sosyal kaygının, psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumunu gibi olumlu kavramlarla birlikte çalışıldığı araştırma çok az sayıdadır (Castella ve diğ., 2014; Kashdan, Julian, Merritt ve Uswatte, 2006; Lampe, Slade, Issakidis ve Andrews, 2003). Bu nedenle sosyal kaygının yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşla çalışılmasının önem taşıdığı düşünülmektedir. Araştırmacılar ve politikacılar da yaşam kalitesinin bir göstergesi olarak, psikolojik iyi oluş kavramına artan bir ilgi göstermektedirler. Değişen sosyal şartlar toplumsal ve bireysel psikolojik iyi oluşu etkilemektedir. Bu etki ve insanların mutluluğunu nasıl etkilediğinin tanımlanması ilgi çekmektedir; çünkü insan yaşamı başlangıcından sonuna kadar psikolojik iyi oluş ile iç içedir (Tay, Kuykendall ve Diener 2013). Psikolojik iyi oluş ise kişisel amaçları devam ettirebilme, kişisel gelişimi devam ettirebilme ve insanlarla anlamlı ilişki kurabilme becerilerinin bir bütünü olarak tanımlanmaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Ayrıca psikolojik iyi oluş, olumlu psikolojik sağlıkla ilgili iyi oluş durumudur (Ryff, 1995). Ryff'e göre (1989) psikolojik iyi oluş kavramında altı alt boyut vardır. Bu alt boyutlar kendine saygı, diğer insanlarla olumlu ilişkiler, kişisel gelişim, alan hakimiyeti, özerk olmadan oluşmaktadır.

Psikolojik iyi oluşun insanların yaşamlarına getirdiği olumlu katkılar bulunmaktadır. Bu katkılar arasında sağlıklı ve daha uzun yaşama, daha işlevsel sosyal ilişkilere sahip olma, işte ve performansta başarının artması, gelirden artma sayılabilmektedir. İnsanın daha sağlıklı ve uzun yaşamasına psikolojik iyi oluşun katkısı ilişkisel, deneysel ve yarı deneysel çalışmalarla incelenmiştir (Diener ve Chan, 2011). Bu çalışmalarda psikolojik iyi oluşu yüksek olan bireylerin daha sağlıklı beslendikleri (Huang ve Humphreys, 2012) ve hipertansiyon, diyabet gibi hastalıklara (Richman ve diğ., 2005) daha az sahip oldukları görülmektedir. Ayrıca, psikolojik iyi oluşun sosyal ilişkilerde niceliği ve niteliği arttırdığı görülmektedir. Sosyal ilişkilere yaklaşma eğiliminin artması ve yeni sosyal ilişki kaynaklarının inşa edilmesi, psikolojik iyi oluşun ilişkilerde nitelik ve niceliği artırma mekanizmaları olarak görülmektedir.

(Lyubomirsky, King ve Diener, 2005). Bir diğer katkı olan üreticilik ve başarıya bakıldığında, daha fazla olumlu duygu hissedenlerin, olumsuz duygu hissedenlere göre daha üretken oldukları ve kendilerini daha başarılı göreme eğiliminde oldukları belirtilmektedir (Pelled, Xin ve Eisenhardt, 1999). Bir çalışmada, iyimser ve umut dolu işçilerin diğerlerine göre daha verimli çalıştıkları ve işlerinde daha fazla doyum hissettikleri saptanmıştır (Peterson, Luthans, Avolio, Walumbwa ve Zhang, 2011). Yine psikolojik iyi oluş kavramının sosyal kaygı ile ilişkisine bakılmıştır; sosyal kaygının sosyal ilişkilerde işlevselliği bozduğu, kişiler arası ilişkilerde zorluklara neden olduğu ve dolayısıyla psikolojik iyi oluşta düşmeye sebep olduğu belirtilmiştir. Sosyal kaygıya sahip olan bireylerin psikolojik iyi oluşlarının düşmesindeki sebepler ise bu bireylerin daha az pozitif sosyal deneyim yaşamaları, sosyal ilişkilerde uygun davranamayacaklarına inanmaları ve uygun davranmadıklarında sosyal statülerinde düşme olacağından korkmaları gösterilmektedir (Kashdan, Julian, Merritt ve Uswatte, 2006).

Araştırmada ele alınan kavramlardan biri de yaşam doyumudur. Yaşam doyumunu, mutluluğun incelendiği kavramlardan biridir. İnsan mutluluğunun bilişsel yönünü temsil etmektedir. Bir diğer anlatımla sosyal ilişkiler, iş yaşamı, fiziksel sağlık, kazanç gibi bağlamlarda kişinin kendi yaşamını değerlendirmesidir (Diener ve Lucas, 1999). Yaşam doyumunun belirleyicileri fiziksel, sosyal, duygusal, mental sağlık, psikolojik iyi oluş, işlevsel ve etkili iletişim kurma becerisine sahip olma, sosyal ilişkileri başlatabilme ve sürdürülebilir, sosyal bağlantılara sahip olma olarak saptanmıştır (Cruce, Worrall, Hickson ve Morrison, 2010). Ayrıca yaşam doyumunu, bir toplumdaki yaşam kalitesinin bir belirleyicisi olarak görülmektedir. Kültürler arası bir çalışmada yaşam doyumunun fiziksel ve psikolojik sağlığın sürdürülmesinde sahip olunan sosyal ilişki derecesi ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Iwasa, Kawaai, Gondo, Inagaki ve Suzuki, 2006). Buna ek olarak, yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşun birlikte çalışıldığı başka bir çalışmada, düşük özerklik ve düşük sosyal ilişkilerin, sosyal ilişkilerde bozulmaların, yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluş düzeylerinde anlamlı düşüşe sebep olduğu vurgulanmıştır (Damasio, Melo ve Silva, 2013).

Yukarıda da belirtildiği gibi sosyal kaygı genellikle olumsuz sonuçları ile birlikte ele alınmış, yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluş gibi pozitif kavramlarla çok az çalışılmıştır. Ayrıca ergenlerle sosyal kaygının yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşla çalışıldığı araştırmaya rastlanmamıştır. Türkiye'ye bakıldığında ise, yaşam doyumunun yaşam kalitesi ile (Erturan ve diğ., 2013), yaşam doyumunun durumluk-süreklilik kaygı ile (Deniz, Dilmaç, Arıca, 2009) ve sosyal kaygının yaşam kalitesi ile (Gültekin ve Dereboy, 2011) çalışıldığı araştırmalar bulunmaktadır. Türkiye'de psikolojik iyi oluşun yaşam doyumunu ve sosyal kaygı ile çalışıldığı araştırmaya rastlanmamıştır. Bu kavramlar arası ilişkilerin ortaya konmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu nedenlerle araştırmanın amacı; lise öğrencilerinde sosyal kaygı, yaşam doyumunu ve psikolojik iyi oluşun cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek ve üç kavram arasındaki ilişkileri yol analizi aracılığı ile ortaya koymaktır.

Yöntem

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini Muğla ilindeki lise öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise Muğla ilinde 4 farklı Anadolu Lisesi'nde öğrenimlerine devam eden 300 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışma öğrencilerin gönüllü katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunda ise, her okuldan her sınıf seviyesinde 20'şer öğrenciden veri toplanmıştır. Toplanan verilerden 20 tanesi değerlendirmeye alınmamıştır. 300 kişilik veri seti ile analizler yapılmıştır. Çalışma grubundaki öğrenciler okulların 9. (%25), 10. (%28), 11. (%29) ve 12. (%18), sınıflarında eğitim gören yaşları 14 ile 20 arası değişen ve yaş ortalaması 16.6 olan, 150'si erkek (%50), 150'si kız (%50) öğrencileridir. Çalışma grubunun seçiminde seçkisiz olmayan, uygun örnekleme yöntemi benimsenmiştir. Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel (2010) uygun örnekleme yöntemini zaman, işgücü gibi var olan sınırlılıklar nedeniyle örneklemin kolay ulaşılabilir ve uygulama yapılabilir birimlerden seçilmesi olarak tanımlamıştır.

Veri Toplama Araçları

Sosyal Kaygı Ölçeği (SAÖ): Ölçek Özbay ve Palancı (2001) tarafından üniversite öğrencilerinin yaşadığı "sosyal kaygı" içerikli sorunları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Üniversite öğrenci

popülasyonuna yönelik kullanılabilirliğe sahip olacak şekilde geliştirilen ölçek, üniversite öğrencilerinin sosyal durumlara uygun becerilerini ve bu durumlarda oluşabilecek kaygılarını ölçebilecek yapıda hazırlanmıştır. Faktör analizine tabi tutulan ölçek üç alt testle toplam varyansın %32.9'unu açıklamıştır. Testin kriter geçerliği için kullanılan MMPI Si alt testi ile $r=.43$, $p<.001$, SCL alt testlerinden kişiler arası ilişkilerde duyarlılık alt testi ile, $r=.51$, $p<.001$, kaygı testi ile, $r=.25$, $p<.01$, fobik kaygı alt testi ile $r=.36$, $p<.001$, depresyon alt testi ile $r=.40$, $p<.001$ düzeyinde kuramsal açıklamaya uygun pozitif lineer ilişkilerin bulunduğu görülmüştür. Güvenirlilik hesaplamaları için test içi tutarlılık yöntemi ile hesaplanan Cronbah Alfa değeri .89'dur. Test likert tipi 0-4 aralığında beşli derecelendirmeye sahiptir. Alınan puanların yükselmesi SK düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Üniversite öğrencileri için geliştirilen bu ölçeğin, lise öğrencisi grup üzerinde kullanılması nedeniyle doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Bu çalışmaya ilişkin doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları kabul edilebilir bulunmuş sonuçlar tablo 3'te verilmiştir. Ayrıca ölçeğin bu çalışma için yapılan Cronbach alpha analizi .86 bulunmuştur.

Psikolojik İyi-oluş Ölçeği: Psikolojik iyi-oluşun ölçümü için Psikolojik İyi-oluş ölçeği Türkçe formu kullanılmıştır (Diener ve diğ., 2010; Telef, 2013). Ölçek 8 maddelik 7'li likert tipi (1=tamamen katılmıyorum, 7= tamamen katılıyorum) kendini değerlendirme ölçeğidir. Yüksek puan psikolojik iyi-oluşun yüksekliğini göstermektedir. Uyarılma çalışması için yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucuna göre toplam varyansın %41.94'ünü açıklayan bir yapı elde edilmiştir. Yapı geçerliği için yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarına göre iyilik değerlerinin iyi sonuç verdiği görülmüştür. ($\chi^2= 92.90$, $N= 339$, $sd= 20$, $p= 0.00$, $RMSEA= 0.08$, $SRMR= 0.04$, $GFI= 0.96$, $NFI= 0.94$, $RFI= 0.92$, $CFI= 0.95$, $IFI= 0.95$). Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı değeri Türkçe form için .80. bulunmuştur. 100 öğrenci ile yapılan test-tekrar test analizinde pearson momentler korelasyon katsayısı .86 bulunmuştur. Bu çalışmaya ilişkin doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları kabul edilebilir bulunmuş ve sonuçlar tablo 4 de verilmiştir. Ayrıca ölçeğin bu çalışma için yapılan Cronbach alpha analizi .85 bulunmuştur.

Yaşam Doyum Ölçeği: Yaşam Doyumunun ölçümü için Yaşam Doyumu ölçeği Türkçe formu kullanılmıştır (Diener, Emmons, Larsen, ve Griffin, 1985; Köker, 1991). Ölçek 5 maddelik 7'li likert tipi (1=tamamen katılmıyorum, 7= tamamen katılıyorum) kendini değerlendirme ölçeğidir. Yüksek puan yaşam doyumunun yüksekliğini göstermektedir. Köker (1991) tarafından yapılan uyarılma çalışmasının "görünüm geçerliği" ile ölçeğin geçerli olduğuna karar verilmiştir. Madde toplam korelasyon sonucunda ölçeğin maddelerinin yeterli düzeyde değerler verdiği görülmüştür. Cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı değeri Türkçe form için .80. bulunmuştur. Yapılan test-tekrar test analizinde pearson momentler korelasyon katsayısı .85 bulunmuştur. Bu çalışmaya ilişkin doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonuçları kabul edilebilir bulunmuş sonuçlar tablo 4 de verilmiştir. Ayrıca ölçeğin bu çalışma için yapılan Cronbach alpha analizi .80 bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırmanın uygulama aşamasına geçmeden önce ölçeklerin uygulanabileceğine yönelik gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra katılımcılara ölçeğin neden uygulandığına yönelik bilgiler verilmiştir. Katılımcılara dolduracakları ölçeklerde kişisel kimlik bilgilerinin alınmayacağı ifade edilmiş, uygulamaya gönüllü olan öğrenciler dahil edilmiştir. Katılımcıların sosyal kaygı, yaşam doyum ve psikolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon tekniği ve yapısal eşitlik modeli (YEM) kullanılmıştır. Yine sosyal kaygı, yaşam doyum ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını saptamak için t-testi kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde çalışma grubuna ait betimsel istatistikler,t-testi sonuçları, korelasyon değerleri ve yol analizi sonuçları verilmiştir. Sosyal kaygı, yaşam doyum ve psikolojik iyi-oluşa ilişkin betimsel istatistikler ve korelasyon değerleri tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Sosyal Kaygı Düzeyi, Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi-Oluş Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyon Katsayıları ve Betimsel İstatistikler

Değişkenler	Ort	Ss	1	2	3
-------------	-----	----	---	---	---

1-Sosyal Kaygı	42.54	20.58	1		
2-Yaşam Doyumu	21.48	7.63	-0.20*	1	
3-Psikolojik İyi-oluş	38.69	1.04	-0.23*	0.58*	1

*p < .01, n = 300

Tablo 1’de araştırmanın değişkenlerine dair korelasyonlar sunulmuştur. Görüldüğü gibi sosyal kaygı düzeyi ile yaşam doyumu ($r=-0.20$) ve psikolojik iyi-oluş ($r=-0.23$) arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Hesaplanan bu korelasyonlar, sosyal kaygı düzeyi arttıkça psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumunun azaldığını göstermektedir.

Bunun yanında lise öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyi ile yaşam doyumu ve psikolojik iyi-oluş düzeylerinin cinsiyetler arasındaki farka bakılmıştır. Yapılan t testine ilişkin sonuçlar tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Sosyal Kaygı, Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi Oluş Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ort	S	Sd	t	p
Sosyal Kaygı	Kız	68	47.69	12,70	122.47	2.36	.012
	Erkek	232	41.03	17,01			
Yaşam Doyum	Kız	68	19.88	7.87	105.5	-1.97	.057
	Erkek	232	21.95	8.52			
Psikolojik İyi Oluş	Kız	68	38.09	11,01	99.09	-0.53	.062
	Erkek	232	38.86	12,74			

Tablo 2’ye bakıldığında, sosyal kaygının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir ($p<0.05$). Kız öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin (Ort= 47.96), erkek öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmektedir (Ort= 41.03). Araştırmanın diğer değişkenleri olan yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermedikleri görülmüştür ($p>0.05$).

Yol analizi

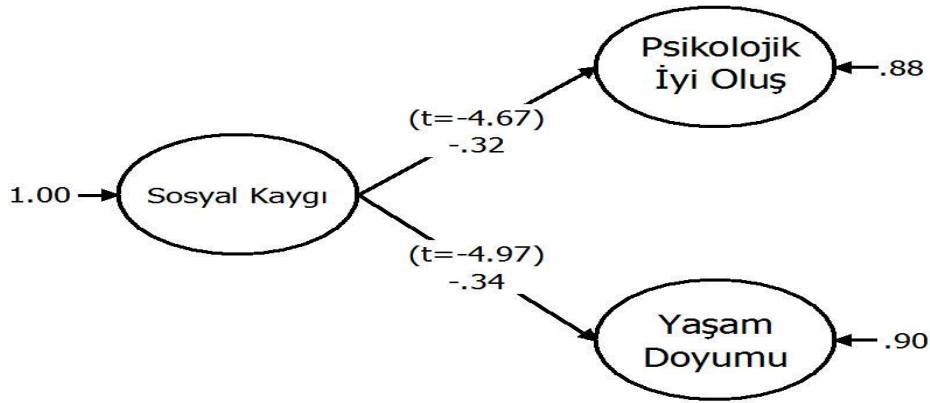
Yol analizi iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi incelemek için kullanılmaktadır. Sosyal kaygı, yaşam doyumu ve psikolojik iyi-oluş arasındaki ilişki örüntüsünü tespit etmek için Lisrel 8.80 kullanılmıştır. Analize başlamadan önce değişkenlere ait ölçüm modelleri hesaplanmış ve analizlere ilişkin iyilik değerleri Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 3. Sosyal Kaygı, Yaşam Doyumu ve Psikolojik İyi-Oluş Ölçüm Modellerine İlişkin İyilik Değerleri

Değişkenler	χ^2	df	χ^2/df	RMSEA	SRMR	CFI	NFI	IFI
Sosyal Kaygı	930	402	2.31	0.66	0.6	0.95	0.95	0.95
Yaşam Doyumu	5.90	4	1.47	0.04	0.1	1.00	0.99	1.00
Psikolojik İyioluş	53.91	18	2.99	0.8	0.44	0.97	0.96	0.97

Not: χ^2 = Ki-kare; df = Serbestlik Derecesi, RMSEA = Yaklaşık hataların ortalama karekökü; SRMR = Standartlaştırılmış hata kareleri ortalamasının karekökü; CFI = Karşılaştırılmalı uyum indeksi; NNFI = Normlaştırılmamış uyum indeksi; GFI = Uyum iyiliği indeksi.

Bütün ölçüm modelleri kabul edilebilir uyum indeksleri verdiği görülmüştür. Ölçüm modelleri belirlendikten sonra, yol analizi "Robust En Çok Olabilirlik Metodu" kullanılarak Lisrel 8.80 ile gerçekleştirilmiştir. Modele ilişkin veriler şekil 1’de verilmiştir.



Şekil 1. Sosyal Kaygı, Yaşam Doyumu, Psikolojik İyi-Oluş'a İlişkin Yol Analizi (Final Model)

Şekil 1'de görüldüğü gibi sosyal kaygının, yaşam doyumu ve psikolojik iyi-oluşu anlamlı ve negatif olarak yordadığı görülmektedir. Ek olarak, analize ilişkin t değerlerinin hepsinin anlamlı olduğu ve bütün uyum indekslerinin kabul edilebilir olduğu görülmektedir (χ^2 : 1772.76, df: 856, χ^2/df : 2.07, RMSEA: 0.06, NNFI: 0.93, CFI: 0.94, SRMR: 0.86, IFI: 0.94). Sosyal Kaygının yaşam doyumunu (β : -.34, $p \leq .001$) ve psikolojik iyi-oluşu (β : -.32, $p \leq .001$) neredeyse aynı seviyede yordadığı bulunmuştur.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırma bulgularına göre lise öğrencilerinin yaşam doyumu düzeyleri cinsiyete göre farklılaşmamaktadır. Literatür incelendiğinde erkeklerin yaşam doyumlarının yüksek olduğu (Goldbeck, Schmitz, Besier, Henrich ve Herschbach, 2007; Mosknes ve Espnes, 2014), kızların yaşam doyum düzeylerinin yüksek olduğu (Çam ve Artar, 2014; Tuzgöl-Dost, 2007), cinsiyete göre bir farklılaşmanın bulunmadığı (Yılmaz ve Aslan, 2013) araştırmalar bulunmaktadır. Tümkiye, Çelik ve Aybek (2011) tarafından 274 lise öğrencisi üzerinde yapılan çalışmada, yaşam doyumunun cinsiyete göre farklılaşmadığını belirtilmektedirler. Ergenlik ve çocukluk döneminde demografik değişkenlerin ve cinsiyetin yaşam doyumu üzerinde çok az etkili olduğu ortaya konmuştur (Proctor, Linley ve Maltby, 2009). Farklı toplumların ve farklı araştırma grubu yapılarının, literatürdeki farklı sonuçlara ve araştırmadaki sonuca sebep olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer sonucunda ise lise öğrencilerinin psikolojik iyi-oluş düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığıdır. Literatür incelendiğinde genel olarak kadınların psikolojik iyi oluş düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu ortaya çıkmaktadır (Ryff, 1989; Ryff, 1991). Ülkemizde Özen ve Gülaçtı (2012) tarafından öğretmen adayları ile yapılan çalışmada ve Kuyumcu (2012) tarafından Türk ve İngiliz üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada, bayanların erkeklere göre psikolojik iyi-oluşlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bilgilere ek olarak evli erkek ve kadınların psikolojik iyi oluşlarının incelendiği bir araştırmada erkeklerin psikolojik iyi-oluş düzeylerinin bayanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur (Fuller, Edwards, Vorakitphokatorn ve Sermsri, 2004). Kızların ve erkeklerin psikolojik iyi oluş düzeyinin farklılaşmadığı araştırmalar da bulunmaktadır (Hori, 2010). Kuramcılar, psikolojik iyi oluşta sosyal rollerin gelişiminin ve sahip olunan sosyal ilişkilerin fazla sayıda olmasının önemine vurgu yapmaktadırlar (Kessler ve McLeod, 1984). Araştırmamız kapsamında incelenen ergenler bu dönem içinde sosyal rollerini kazanmakta ve sosyal ilişkilerini geliştirmektedirler. Psikolojik iyi oluş düzeyinde bir farklılaşma oluşmamasının sebebi olarak, iki cinsiyetin de bu dönem içinde kişisel ve sosyal yönden gelişmeleri olduğu düşünülmektedir.

Araştırmada, sosyal kaygı düzeylerinin kız ve erkeklerde istatistiksel olarak farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Kız öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri erkek öğrencilerden anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Kaygı bozuklukları genellikle erken yaşlarda başlar ve en riskli yaş olarak 10-25 yaş görülmektedir. Sosyal fobi de çoğunlukla çocukluk ve ergenlik döneminde ortaya çıkmaktadır. Ülkemizde ise sosyal fobiyle bağlantılı olarak topluluğa girme, topluluğa konuşma, insanlar arasında özgür davranabilme gibi çekinik davranışlara sıklıkla rastlanılmaktadır. Elleri titreme, yüzü kızarma, yanlış bir şey yapmaktan korkma gibi belirtilerle yardım arama davranışı ülkemizde sıklıkla görülmektedir (Öztürk ve Uluşahin, 2008). Kadın ve erkekler açısından, sosyal kaygıya bağlı davranışlarda farklılıklar göze çarpmaktadır. Erkeklerin kadınlara göre daha sıklıkla oldukları

(Edelman, 1985), kadınların ise topluluk önünde konuşmakta, yabancılarla, yeni tanışılan kişilerle ve otorite ile konuşmada daha fazla kaygı hissettikleri belirtilmektedir (Stein, Walker ve Forde, 1994). Türkiye Ruh Sağlığı Profilleri araştırmasına göre, sosyal fobinin görülme sıklığı kadınlar için %2.3 erkekler için %1.1 olarak bulunmuştur (Kılıç, 1998). Literatüre bakıldığında araştırma bulgularına paralel olarak kızların sosyal kaygı düzeylerinin erkeklerden yüksek oldukları görülmektedir (Andromahi ve Dimitar, 2014; Landell ve diğ., 2009; Ranta ve diğ., 2007). Ülkemizde Kaya ve diğerleri (1997) tarafından 1653 lise ve üniversite öğrencisi ile yapılan araştırmada öğrencilerin %24,1'inin sosyal kaygıya sahip olduğu ve sosyal kaygıya sahip kızların oranının erkeklerle göre anlamlı derecede yüksek olduğu sunucuna ulaşılmıştır. Yine ülkemizde Dilbaz ve Güz (2002) tarafından 105 katılımcı ile yapılan araştırmada, literatür bulgularına ters olarak, sosyal kaygının şiddetinin erkeklerde kızlara göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Bunlara ek olarak kadınlarla erkekler arasında sosyal kaygı düzeyinde bir farklılaşma olmadığını belirtmektedir (Amr, El-Wasify, El-Gilany ve Rees, 2013). Araştırma sonuçlarına göre cinsiyet açısından sosyal kaygı düzeyi farklılaşmaktadır. Kız öğrencilerin sosyal kaygı seviyesinin anlamlı olarak yüksek çıkmasının sebebinde, kültürel yapının etkili olduğu düşünülmektedir. Kızların üzerinde sosyal istekler ve kalıplar daha baskın olabilmektedir. Bu nedenle kızların sosyal fobik davranışlar göstermesinin ve çekinik kalmasının daha olası olduğu düşünülmektedir.

Bir diğer bulguda ise, psikolojik iyi-oluş sosyal kaçınma ve değerlendirilmekten korkma davranışı ile negatif yönlü orta düzeyde korelasyon vermektedir. Bir çalışmada orta yaşlı insanların sosyal olarak kaygı duyduğu durumların kaydı tutulmuş ve bu durumların katılımcıların psikolojik iyi oluşlarını nasıl etkilediği sorusu araştırılmıştır. Kişisel ilişkilerde aktiflik ve içsel motive olmada aktiflik gibi psikolojik iyi oluş boyutlarının tek yordayıcısının sosyal kaygı olduğu araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgudur (Kashdan, Julian, Merritt ve Uswatte, 2006). Lampe, Slade, Issakidis ve Andrews (2003) tarafından yapılan araştırmaya göre ise psikolojik iyi oluş ile sosyal kaygı arasında zayıf bir korelasyon bulunmaktadır. Fitria, Khan ve Almigo (2013) tarafından yaşam doyumunun sosyal kaygı üzerindeki etkisi araştırılmış ve iki değişken arasında negatif korelasyon olduğunu belirtilmiştir. Yine bu araştırmaya göre, sosyal kaygının %6,1'i yaşam doyumunu tarafından açıklanmaktadır. Araştırma bulgularına benzer olarak De Castella ve diğerleri (2014) tarafından sosyal kaygı ile yaşam doyumunu arasında negatif yönlü ve orta düzeyde korelasyon olduğu ve sosyal kaygının yaşam doyumunu üzerinde tek varyans açıklayan değişken olduğu belirtilmektedir. Yapılan bir araştırmada, sosyal kaygıya sahip bireylerin özellikle sosyal yaşamdaki başarılarının ve sosyal etkinliklerinin olumsuz etkilendiği ve dolayısıyla bunun yaşam doyumunu üzerinde bozucu etkiye yol açtığı vurgulanmaktadır (Eng, Coles, Heimberg ve Safrend, 2005). Ek olarak yaşamda karşılaşılan ve bireyin yapmaktan haz duyduğu olaylardan alınan doyumun, bireysel olarak yorumlanmasının yaşam doyumunu ortaya çıkardığı araştırmacılar tarafından belirtilmektedir (Diener, Eid ve Larsen, 2008). İlişkiler, sağlık, iş yaşamı, aktiviteler ve boş zaman bireylerin haz duyduğu olaylar olarak tanımlanmıştır. Yaşamdan alınan doyumunun bir göstergesi de sosyal ilişki ihtiyacının doyurulup doyurulmadığıdır. Buna karşılık olarak sosyal kaygı ise kişinin sosyal ilişkilerde istediği konforu bozmaktadır. Bundan dolayı yaşam doyumunu ve sosyal kaygı birbirini karşılıklı olarak etkilemektedir (Ledley and Heimberg, 2006).

Araştırmanın alana getirdiği katkılardan teki sosyal kaygının pozitif kavramlarla çalışılmış olması ve bu ilişkilerin ortaya konmasıdır. Ayrıca da literatürde sosyal kaygı, yaşam doyumunu ve psikoloji iyi oluş yetişkin gruplarda çalışıldığı görülmektedir. Bu iki sebeple bu araştırmanın başvuru bir kaynak olacağı ön görülmektedir. Ayrıca araştırma sonuçlarının sosyal kaygıya sahip danışanlarla çalışan psikolojik danışmanlara fikir vereceği ve danışma ortamına yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışmanın birkaç sınırlı yanı bulunmaktadır. Sosyal kaygı ile veriler bütün öğrencilerin sosyal kaygı yaşadıkları varsayılarak toplanmıştır. Gelecek çalışmalarda sosyal kaygı tanısı almış ya da sosyal kaygı puanları yüksek öğrenciler ile çalışma yapılması, sosyal kaygının yaşam kalitesinin parametresi olan yaşam doyumunu ve psikolojik iyi-oluşun üzerindeki etkisini belirleme açısından daha yararlı olacaktır. Çalışmanın bir diğer sınırlı yanı ise, çalışma grubunun tek bir ilden ve sınırlı okuldan toplanmasıdır. Veri toplanma aşamasında çok daha fazla okula ve öğrenciye ulaşılarak veri toplanması sonuçların genellenebilirliğine daha fazla katkı sağlayacaktır. Sosyal kaygının yaşam kalitesinin diğer parametreleri ile ilişkisinin incelenmesi gelecekteki çalışmalar açısından faydalı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013) *Mental bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı*, 5. Baskı (DSM 5), Çev. Ed., Ertuğrul Köroğlu. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Amr, M., El-Wasify, M., El-Gilany, A. & Rees, S. (2013). Gender differences among patients with social phobia in Egypt. *The Arab Journal of Psychiatry*, 24, 52 - 59.
- Andromahi, N. & Dimitar, B.(2014). Gender differences in young adults with social phobia. *International Neuropsychiatric Disease Journal*, 2(2),78-84.
- Biggs, B.K., Vernberg, E.M., & Wu, Y.P. (2012). Social anxiety and adolescents' friendships: The role of social withdrawal. *The Journal of Early Adolescent*, 32(6), 802–823.
- Blöte, A.W., Kint, M.J.W., & Westenberg, P.M. (2007). Peer behavior toward socially anxious adolescents: Classroom observations. *Behaviour Research and Therapy*, 45(11), 2773–2779.
- Büyüloztürk, Ş., Çakmak, E.K, Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel F. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (6. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Castella, K., Goldin, P., Jazaieri, H., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2014). Emotion beliefs in social anxiety disorder: Associations with stress, anxiety, and well-being. *Australian Journal of Psychology*, 66(2), 139-148.
- Crozier, W.R. & Alden, L.E.(2009). *Coping with shyness and social phobia a guide to understanding and overcoming social anxiety*. London: Oneworld Publications.
- Cruice, M., Worrall, L., Hickson, L., & Murison, R. (2003). Finding a focus for quality of life with aphasia: Social and emotional health, and psychological well-being. *Aphasiology*, 17(4), 333-353.
- Çam, Z. ve Artar, M.(2014). Ergenlikte yaşam doyumu: Okul türleri bağlamında bir inceleme. *Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1). 23-46.
- Damasio, F.B., Melo, R.L. & Silva, J.P.(2013). Meaning in life, psychological well-being and quality of life in teachers. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 23(54), 73-82.
- Deniz, M.E., Dilmaç, B., ve Arıca, O.T. (2009). Engelli çocuğa sahip olan ebeveynlerin durumluk-sürekli kaygı ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 953-968.
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(22), 276-303.
- Diener, E., & Chan, M. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and well-being*, 3(1), 1-43.
- Diener, E., Eid, M., & Larsen, R. J. (2008). *The science of subjective well-being*. The Guilford Press: New York London.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49 (1), 71-75.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143-156.
- Dilbaz, N. ve Gül, H. (2002). Sosyal kaygı bozukluğunda cinsiyet farklılıkları. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 39(3.4), 79-86.
- Edelman, R.J.(1985). Dealing with embarrassing events: Socially anxious and non-socially anxious groups compared. *British Journal of Clinical Psychology*, 24(4), 281-295.
- Eng, W., Coles, M. E., Heimberg, R. G., & Safren, S. A. (2005). Domains of life satisfaction in social anxiety disorder: Relation to symptoms and response to cognitive behavioral therapy. *Journal of Anxiety Disorder*. 19(2), 143-156.
- Erturan, İ., Aktepe, E., Kocaman, O., Sönmez, Y., Başak, P. Y., Ceyhan, A. M., ve Akkaya, V. B. (2014). Akneli ergenlerin yaşam kalitesi, yalnızlık ve yaşam doyumu düzeylerinin değerlendirilmesi. *Türkderm Deri Hastalıkları ve Frengi Arşivi Dergisi*, 48(4), 172-176.
- Fitria, G., Khan, R. & Almigo, N.(2013). *Life satisfaction and social anxiety among international university students*. Proceeding of the International Conference on Social Science Research Kongresinde sunulan bildiri (4-5 Haziran, Penang, Malezya, ss.1606-1616).
- Fuller, T.D., Edwards, N., Vorakitphokatorn, S. & Sermsri, S. (2004). Gender differences in the psychological well-being of married men and women: An Asian case. *The Sociological Quarterly*, 45(2), 355-378.
- Goldbeck, L., Schmitz, T.G., Besier, T., Herschbach, P., & Henrich, G. (2007). Life satisfaction decreases during adolescence. *Quality of Life Research*, 16(6), 969-979.

- Gültekin, K., ve Dereboy, İ. (2011). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaygınlığı ve sosyal fobinin yaşam kalitesi, akademik başarı ve kimlik oluşumu üzerine etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 150-58.
- Hori, M. (2010). *Gender differences and cultural contexts: psychological well-being in crossnational perspective*. (Unpublished doctoral thesis). Louisiana State University, Louisiana, USA.
- Huang, H., & Humphreys, B. R. (2012). Sports participation and happiness: Evidence from US microdata. *Journal of Economic Psychology*, 33(4), 776-793.
- Iwasa, H., Kawaai, C., Gondo, Y., Inagaki, H., & Suzuki, T. (2006). Subjective well being as a predictor of all-cause mortality among middle-aged and elderly people living in an urban Japanese community: A seven-year prospective cohort study. *Geriatrics & Gerontology International*, 6(4), 216-222.
- Kashdan, T., Julian, T., Merritt, K. & Uswatte, G. (2006). Social anxiety and posttraumatic stress in combat veterans: Relations to well-being and character strengths. *Behaviour Research and Therapy*, 44(4), 561-583
- Kaya, N., Çilli, A. S., Aşkın, R., Herken, H., Özkan, İ., ve Kucur, R. (1997). Orta ve yükseköğrenim öğrencilerinde sosyal fobik belirti yaygınlığı. *Genel Tıp Dergisi*, 7(3), 133-137.
- Keller, M. B. (2003). The life long course of social anxiety disorder: A clinical perspective. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 108(417), 85-94.
- Kessler, R.C. & McLeod J.D. (1984). Sex differences in vulnerability to undesirable life events. *American Sociological Review*, 49(5), 620-631.
- Keyes, C., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007-1022.
- Kılıç, C. (1998). *Türkiye ruh sağlığı profili: Erişkin nüfusta hastalıkların yaygınlığı, ilişkili faktörler, yeti yitimi ve ruh sağlığı hizmeti kullanımı sonuçları, Türkiye ruh sağlığı profili raporu*. Ankara: TC Sağlık Bakanlığı.
- King, L. A., & Napa, C. K. (1998). What makes a life good? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 156-165.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kuyumcu, B. (2012). Türk ve İngiliz üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş duygusal farkındalık ve duygularını ifade etmelerinin ülke ve cinsiyet değişkenlerine göre incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 1-24.
- Lampe, L., Slade, T., Issakidis, C. & Andrews, G. (2003). Social phobia in the Australian national survey of mental health and well-being. *Psychological Medicine*, 33(4), 637-646.
- Landell, M. G., Tillfors, M., Furmark, T., Bohlin, G., Andersson, G., & Svedin, C. G. (2009). Social phobia in Swedish adolescents: Prevalence and gender differences. *Social Psychiatry Epidemiology*, 44,1-7.
- Ledley, D. R., & Heimberg, R. G. (2006). Cognitive vulnerability to social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(7), 755-778
- Lyubomirsky, S., King, L. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803-855.
- Mosknes, U.K. & Espnes, G.A. (2014). Self-esteem and life satisfaction in adolescents gender and age as potential moderators. *Quality Of Life Research*, 22(10), 2921-2928.
- Özen, Y. ve Gülaçtı, F. (2012). Öğretmen adaylarının sosyal beceri ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Beşeri ve Akademik Bilimler Dergisi*, 1(1), 83-101.
- Pelled, L. H., Eisenhardt, K. M., & Xin, K. R. (1999). Exploring the black box: An analysis of work group diversity, conflict, and performance. *Administrative Science Quarterly*, 44(1), 1- 28.
- Peterson, S. J., Luthans, F., Avolio, B. J., Walumbwa, F. O., & Zhang, Z.(2011).Psychological capital and employee performance: A latent growth modeling approach. *Personnel Psychology*, 64(2), 427-450.
- Proctor, C. L., Linley, P. A., & Maltby, J. (2009). Youth life satisfaction: A review of the literature. *Journal of Happiness Studies*, 10(5), 583-630.
- Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Koivisto, A. M., Tuomisto, M. T., Pelkonen, M., & Marttunen, M. (2007). Age and gender differences in social anxiety symptoms during adolescence: The Social Phobia Inventory (SPIN) as a measure. *Psychiatry Research*, 153(3), 261-270.
- Richman, L. S., Kubzansky, L., Maselko, J., Kawachi, I., Choo, P., & Bauer, M. (2005). Positive emotion and health: Going beyond the negative. *Health Psychology*, 24(4),422-429.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.

- Ryff, C.D. (1989). Beyond Ponce de Leon and life s atisfaction: New directions in quest of successful aging. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55.
- Ryff, C.D. (1991). Possible selves in adulthood and old age: A tale of shifting horizons. *Psychology and Aging*, 6(2), 286-295.
- Stein, M.B., Walker, J.R. & Forde, D.R.(1994). Setting diagnostic thresholds for social phobia: Considerations from a community survey of social anxiety. *American Journal of Psychiatry*, 151(3), 408-412.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçęęi: Türkçeye uyarlama, geğerlik ve güvenirlilik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 28(3), 374-384.
- Turk, C. L., Heimberg, R. G., Orsillo, S. M., Holt, C. S., Gitow, A., Street, L. L.,Schneier, F.R., & Liebowitz, M. R..(1998). An investigation of gender differences in social phobia. *Journal of Anxiety Disorder*, 12(3), 209-230.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 22(2), 132-143.
- Tümkaya, S., Çelik, M. ve Aybek, B. (2011). Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(2), 77-94.
- Yılmaz. E. ve Aslan, H. (2013). Öğretmenlerin iř yerindeki yalnızlıkları ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 3(3), 59-69.