

Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluşun Yordlanması*

Predicting of Psychological Well-Being in Married Individuals

Funda GÜLYÜKSEL AKDAĞ**, Zeynep CİHANGİR-ÇANKAYA***

Öz: Bu araştırma, evli bireylerde psikolojik iyi oluşu yordayan değişkenlerin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini İzmir ilinde yaşayan 386 evli birey oluşturmuştur. Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun, kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumu tarafından yordama gücünün belirlenmesi amacıyla aşamalı çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları incelendiğinde, benlik saygısı ve evlilik doyumunun evli bireylerde psikolojik iyi oluşun anlamlı yordayıcıları olduğu, ancak kök aile ile ilişkiler değişkeninin evli bireylerde psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordamadığı görülmüştür. Bu bulgular literatürdeki önceki araştırma bulguları ile karşılaştırılarak tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Psikolojik iyi oluş, kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı, evlilik doyumu

Abstract: This study was conducted in order to determine the predictive power of relationships with family of origin, self-esteem and marital satisfaction in psychological well-being of married individuals. The sample of the research contained 386 married people who were located in İzmir. Stepwise multiple regression analysis was used to determine predictive power of relationships with family of origin, self-esteem and marital satisfaction in psychological well-being of married individuals. Considering the findings of the study, it was found that self-esteem and marital satisfaction were significant predictors of psychological well-being in married individuals, but relationships with family of origin did not predict psychological well-being in married individuals. These findings were discussed in comparison with the findings of previous research in the literature.

Keywords: Psychological well-being, relationships with family of origin, self-esteem, marital satisfaction

Giriş

Düşünce tarihine bakıldığında pek çok filozofun insan için en önemli değer ve nihai amaçın mutluluk olduğunu ifade ettikleri görülmektedir. Mutluluğun ne olduğu filozoflar arasında tartışılmış olsa da ortak bir görüş ortaya konulmamış, ancak çeşitli tanımları yapılmıştır. Sözelimi dünyada yaşarken gam ve kederden kaçmak, hayatı şevk ve neşeye karşılamak, erdemi yaşamak şeklinde ele alınmıştır (Türer, 1999). Antik Yunan Felsefesi'nden itibaren düşünce tarihinde yer alan bir konu olmasına rağmen psikoloji araştırmalarında yakın zamana dek daha çok olumsuz duygular üzerinde durulmuştur (Tuzgöl-Dost, 2005). Pozitif psikoloji akımının ortaya çıkışı bu durumu değiştirmiştir. Pozitif psikoloji, doğumdan ölüme kadar yaşamda neyin iyi olduğuna ilişkin bilgiler ortaya koyan bilimsel bir çalışma alanıdır (Peterson, 2006). Pozitif psikoloji akımıyla birlikte iyilik hali, psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş, yaşam kalitesi, yaşam doyumu gibi pek çok olumlu kavram çalışılmaya/araştırılmaya başlanmıştır.

Bu kavramlardan biri olan psikolojik iyi oluş, ilk olarak Bradburn tarafından ortaya atılmıştır. Bradburn'e (1969) göre olumlu duygulanım olumsuz duygulanımdan fazla olduğunda bireyin psikolojik iyi oluşu da yüksek olacaktır; olumsuz duygulanım olumlu duygulanımdan fazla olduğunda ise birey düşük bir iyi oluş düzeyine sahip olacaktır. Bu modele göre bireyin haz deneyimleri acı deneyimlerinden ne kadar fazla olursa iyi oluş ya da mutluluk düzeyi de o

*Bu araştırma "Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluşun Kök Aile ile İlişkiler, Benlik Saygısı ve Evlilik Doyumu Açısından Yordlanması" ismiyle yayımlanmamış yüksek lisans tez çalışması olarak sunulmuştur.

**Uzm. Psk., İzmir Atatürk Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İzmir-Türkiye, e-posta:

funda_gulyuksel@hotmail.com

***Doç. Dr., Ege Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İzmir-Türkiye, e-posta:

zeynep.cihangir.cankaya@ege.edu.tr

kadar fazla olacaktır (Bradburn, 1969). Bir başka deyişle, Bradburn (1969) psikolojik iyi oluşu, “olumlu duyguların daha fazla, olumsuz duyguların ise daha az yaşanması” olarak tanımlamaktadır. Bradburn’un ele aldığı şekliyle psikolojik iyi oluş kavramı günümüzde öznel iyi oluş kavramına daha yakındır (Timur, 2008).

Günümüzde ele aldığımız şekliyle psikolojik iyi oluş Ryff (1989) tarafından ortaya konulmuştur. Ryff, öznel iyi oluşun psikolojik iyi oluşun temel yapısını tanımlamak için planlanmadığını ifade etmiş ve Eudaimonia kavramının mutluluk olarak çevrilmesini eleştirmiştir (Ryff, 1989). Öznel iyi oluş mutluluğa ilişkin hazcı bir bakış açısını, psikolojik iyi oluş ise pozitif işlevsellik bakış açısını taşımaktadır. Öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluşun yeterli koşulu değildir (Yetim, 2001). Psikolojik iyi oluş, kişinin geçmiş yaşamını ve kendisini pozitif olarak değerlendirmesi (kendini kabul), bir birey olarak büyüme ve gelişmeye devam etmesi (bireysel gelişim), bireyin yaşamının anlamlı ve amaçlı olduğuna inanması (yaşam amacı), diğer insanlarla nitelikli ilişkiler kurması (diğerleriyle olumlu ilişkiler), bireyin yaşamını ve çevresini etkili şekilde yönetme kapasitesine (çevresel hakimiyet) ve özgür irade hissine (özerklik) sahip olması olmak üzere altı bileşenden oluşan pozitif psikolojik işlevsellik bakış açısıdır (Ryff ve Keyes, 1995).

Maloney (1990, Akt. Akın, 2009) ise psikolojik iyi oluşu açıklamak için negatif, normal ve pozitif olmak üzere üç model önermiştir. Negatif modele göre psikolojik iyi oluş, psikopatolojinin yokluğuyla tanımlanmaktadır. Örneğin, anksiyete ve depresyon yaşamayan bir birey, psikolojik anlamda sağlıklı olarak görülebilir. Normal modele göre hasta olmayan normal birey; doyum sağlayan bir işe ve arkadaş çevresine sahip ve iyi bir benlik algısıyla birlikte kendini mutlu olarak tanımlayan bireydir. Normal psikolojik sağlık, aynı zamanda bireyin yaşama ortalama bir uyum sağlamasını ifade etmektedir. Psikolojik iyi oluşu tanımlamada üçüncü yol olan pozitif modele göre ise psikolojik anlamda sağlıklı birey; yaşama yönelik ortalama bir uyumun ötesinde bir psikolojik duruma sahip bireydir. Böyle bir birey kendini iyi değil daha iyi olarak tanımlar.

Psikolojik iyi oluş birçok değişkenle ilişki göstermektedir ve ilişkili olduğu değişkenlerden birisi de evliliğdir. Evlilik, ruh sağlığı ve mutluluk üzerinde olumlu bir rol oynamaktadır. Literatüre bakıldığında psikolojik iyi oluş ile evlilik arasında güçlü bir ilişki olduğu dikkati çekmektedir (Glenn, 1975; Gove, Hughes ve Briggs-Style, 1983; Kim ve McKenry, 2002). Türkiye’den elde edilen verilerde de evli bireylerin evli olmayanlara göre daha mutlu oldukları görülmüştür. Evli bireylerin %61.3’ünün, evli olmayanların %53.6’sının daha mutlu olduğu saptanmıştır (TUİK, 2013).

Evliliğin psikolojik iyi oluş üzerindeki olumlu etkisinin nedenleri evliliğin bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılamasıyla ilgili olabilir. Özgüven (2009)’in belirttiği gibi evlilik bireylerin biyolojik, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılamaktadır. Cinsel güdüyü doyumak evliliğin en önemli işlevlerinden birisidir. Eşler bu sayede çocuk yapma, yetiştirme ve kendi nesillerini üretme gereksinimlerini de karşılamaktadır. Ayrıca eşler evlilikte birlikte güven içinde olma, korunma, dayanışma içinde olduklarını hissetme, geleceğe güvenle bakabilme, toplumda bir yer edinebilme, birbirlerinden onur ve kıvanç duyabilme, yalnız olmadıklarını bilme, ortak amaca yönelme gibi sosyal gereksinimlerini doyurma olanağı bulurlar. Aynı zamanda çiftler eşleriyle kurdukları ilişki sayesinde kendi özelliklerini ve ilgilerini yansıtan yapılarıyla sosyal bir sistem geliştirebilirler. Ayrıca yüksek düzeyde duygusal katılımın olduğu yakın bir ilişki biçimi olduğundan bireyin kendiliği ve değeriyle ilgili açık bir tanım geliştirmesini sağlar. Bu nitelikler nedeniyle evlilik ile bireylerin iyi oluşları arasında güçlü bir bağ vardır (Gove, Briggs-Style ve Hughes, 1990). Başka bir ifadeyle evlilik bireylere yaşam için bir anlam, duygusal destek ve iyi oluş hissi sağlar; ayrıca psikolojik rahatsızlıklara karşı savunmasızlığı azaltır (Kim ve McKenry, 2002). Evlilikle ruh sağlığı ilişkisi ve evliliğin eşlerin temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamadaki önemi evli bireylerin psikolojik iyi oluş durumlarını etkileyen değişkenlerin psikolojik iyi oluş düzeyine katkılarının belirlenmesinin önemini ortaya çıkarmaktadır. Bu bağlamda tasarlanan bu çalışmada evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri ele alınmıştır. Kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumunu değişkenlerinin evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini nasıl etkilediği araştırılmıştır. Araştırmada sözü edilen

değişkenlerin psikolojik iyi oluş ile olan ilişkisi Virginia Satir'in (1964) Yaşantusal/İnsancıl Aile Terapisi kuramı çerçevesinde ele alınmıştır.

Satir'e göre geçmiş nesillerin de dahil olduğu kök aile, davranış ve tutumlar üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Satir, ebeveynleri bireylerin şu andaki ailelerinin mimarı olarak görür. Onlar mevcut ailelerinin içeriğini oluşturmak için kendi ailelerinden öğrendiklerini hem bilinçli hem de farkında olmadan harmanlayarak bir araya getirirler (Rasheed, Rasheed ve Marley, 2011). Literatüre bakıldığında kök aile ile ilişkiler ile psikolojik iyi oluş arasında ilişki olduğunu gösteren birçok çalışmaya rastlanmıştır (Amato, 1994; Amato ve Booth, 1991; Amato ve Keith, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato, Spencer Loomis ve Booth, 1995; Roberts ve Bengtson, 1993). Amato (1994) tarafından yapılan bir çalışmada ebeveyn çocuk ilişkilerinin çocukların genç yetişkinlikteki psikolojik iyi oluşlarını yordadığı saptanmıştır. Roberts ve Bengtson (1993) tarafından yapılan bir başka çalışmada ebeveyn çocuk ilişkisinin geç ergenlik ve erken yetişkinlikte evlatların benlik saygısına katkıda bulunduğu ve bu katkının bireylere uzun vadeli psikolojik faydalar sağladığı görülmüştür. Ayrıca bazı çalışmalar göstermiştir ki, çatışmalı ailelerde büyüyen ya da ebeveynleri boşanmış olan yetişkinler daha düşük düzeyde psikolojik ve evliliksel iyi oluşa sahiptirler (Amato vd., 1995). Akça (2012) tarafından yapılan bir çalışmada anne babaları sıcaklık ve destek içeren bir tutuma sahip olan genç yetişkinlerin kendini toplama gücü yüksek bulunmuştur. Bireyin içinde doğup ve büyüdüğü aile, bireyin ruh sağlığı açısından oldukça önemli olduğundan, bireyin kök ailesi ile olan ilişkilerinin, bireyin evlilik ilişkisinde de kendisini mutlu hissetmesini ve iyi oluşunu doğrudan etkileyeceği düşünülmektedir.

Satir'in yaklaşımı içerisinde benlik saygısı da oldukça önemli bir kavramdır. Düşük benlik saygısı bireyin aile üyelerine sağlıksız ve uyumlu olmayan şekillerde tepki vermesine neden olur. Sorunlarla başa çıkmak için bireyin nasıl seçim yapacağı benlik saygısının düzeyiyle ilgilidir. Bununla birlikte düşük benlik saygısına sahip olan bireyler birbirleriyle evlenmeye ve çocukluklarındaki gibi düşük benlik saygısı duyguları hissedecekleri bir çevre yaratma eğilimindedirler. Ayrıca Satir benlik saygısının bireysel ve aile ruh sağlığının temeli olduğuna ve aile terapisine getirilen sorunların çoğunun mutlaka düşük benlik saygısına bağlı olduğuna inanmaktadır (Rasheed vd., 2011). Bireylerin benlik saygısı ne kadar yüksekse eşlerinden saygı görmeye o kadar az ihtiyaç duyarlar, benlik saygısı düşük bireyler ise sürekli ilişkiyle ilgili güvence isterler (Satir, 2001). Görüldüğü üzere bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olmaları evlilik yaşamında daha az sorun yaşamalarını ve sorunlarla başa çıkmada daha sağlıklı ve uyumlu tepkiler vermelerini sağlamaktadır. Literatürde benlik saygısının psikolojik iyi oluş ile ilişkili olduğunu gösteren birçok çalışmaya rastlanmıştır (Cheng ve Furnham, 2003; Işıklar, 2012; Jemta, Fugl-Meyer, Öberg, Dahl, 2009; Neff, 2011; Roberts ve Bengtson, 1993; Wang ve Castaneda-Sound, 2008). Yüksek benlik saygısı, psikolojik sağlığın temel göstergelerinden biri kabul edilmektedir (Crocker ve Park, 2004). Ayrıca yüksek benlik saygısı iyi oluşun güçlü yordayıcılarından biridir (Cheng ve Furnham, 2003). Furnham ve Cheng (2000b) genç bireylerdeki mutluluğun, en baskın ve en güçlü yordayıcısının benlik saygısı olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca benlik saygısının hem direkt hem de aracı değişken olarak mutluluğu yordadığı sonucuna ulaşmışlardır. Şimşek (2009) tarafından yapılan bir çalışmada benlik saygısının ergenlerde anne babaya bağlanma ile iyi oluş arasındaki ilişkiye aracılık ettiği saptanmıştır. Eryılmaz (2012) tarafından yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile psikolojik sağlamlıkları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Benlik saygısı yüksek birey etkili ve verimli davranmakta, başkalarıyla iyi ilişkiler kurmakta, kendisini daha sağlıklı ve mutlu hissetmektedir. Bahsedilen tüm bu özellikler bireyin ruh sağlığını olumlu yönde etkilemektedir.

Evlü bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyeceği düşünülen bir diğer değişken evlilik doyumudur. Literatürde evlilik kalitesi ile kişisel iyi oluşun (Proulx, Helms ve Buehler, 2007), evlilikteki mutluluk ile psikolojik iyi oluşun (Kamp Dush, Taylor ve Kroeger, 2008; Rogers ve DeBoer, 2001), evlilik kalitesi ile psikolojik iyi oluşun (Shek, 2001) ilişkili olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmıştır. Evlilik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki üzerine yapılan çalışmalara bakıldığında bireylerin psikolojik iyi oluşlarının, evlilik ilişkisinin kalitesi

ve benlik saygısı ile yakından ilişkili olduğu görülmektedir (Kim ve McKenry, 2002). Evlilik kalitesi ve kişisel iyi oluş hakkında Whisman tarafından 2001’de yapılan bir araştırmada kişisel iyi oluşun bir kriteri olarak depresyona odaklanılmış ve evlilik kalitesinin hem kadınlar hem de erkekler için depresif semptomlarla negatif ilişkide olduğu bulunmuştur (Akt. Proulx vd., 2007). Bununla birlikte Glenn (1975) tarafından yapılan başka bir çalışmada kadınlar açısından genel mutluluk ile evlilikteki mutluluk arasında güçlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Proulx ve diğerleri (2007) tarafından yapılan bir başka çalışmada kişisel iyi oluşun benlik saygısı, genel mutluluk, fiziksel sağlık ve yaşam doyumu gibi birçok bileşeni araştırmaya dahil edilmiş ve araştırma sonucunda kişisel iyi oluş ve evlilik kalitesi arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Daha önce bahsedildiği gibi evlilik bireyin psikolojik iyi oluşunu arttırmaktadır. Yapılan araştırmalar evliliğin niteliğinin de psikolojik iyi oluş üzerinde önemli rol oynadığını göstermektedir. Bu nedenle doyumsuz bir evliliğe sahip olan bireyin daha mutlu ve ruhsal açıdan daha sağlıklı olacağı düşünülmektedir.

Psikolojik iyi oluşla ilgili olarak ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında evli bireylerde psikolojik iyi oluşla ilgili oldukça az çalışmaya (Akça Koca, 2013; Pehlivan, 2011; Timur, 2008; Yeşiltepe, 2011) rastlanmıştır. Ayrıca bu çalışma kapsamında yapılan yazın taraması sonucu kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumunun evli bireylerde psikolojik iyi oluşa etkisinin incelendiği bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Bu araştırmada belirtilen değişkenlerin evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini yordama gücü, başka bir ifade ile evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini yordamadaki katkıları ortaya konulmuştur. Bu araştırma ile elde edilen bulguların psikolojik iyi oluş literatürüne katkı getirmesi ve çift ve ailelerle çalışan psikolojik danışmanlara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Çalışma grubu

Araştırmada iki ayrı çalışma grubu ile çalışılmıştır. Öncelikle “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği”nin yetişkin grubu için geçerlik ve güvenirlik çalışmasını yapmak amacıyla ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile İzmir ilinde yaşayan 234 yetişkin bireye ulaşılmıştır. Ölçeğin yetişkin örnekleme uyarlanmasına ilişkin bulgular veri toplama araçları başlığında ilgili kısımda verilmiştir.

Asıl araştırmanın yürütüldüğü çalışma grubu ise 386 evli bireyden oluşmuştur. Katılımcıların yaş aralığı 21-71 olup yaş ortalaması ($\bar{x} = 39.7$, $ss=1.06$) olarak saptanmıştır. Örnekleme oluşturan bireylere ait diğer sosyo-demografik bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Çalışma Grubunu Oluşturan Bireylerin Demografik Bilgilerine İlişkin Betimleyici İstatistikler

	n	%
Cinsiyet		
Kadın	220	57.0
Erkek	166	43.0
Eğitim Durumu		
Lise	94	24.4
Yüksekokul	49	12.7
Üniversite	167	43.3
Yüksek Lisans/Doktora	76	19.7
Evlenme Şekli		
Anlaşarak	333	86.3
Görücü usulü	32	8.3
Diğer	21	5.4
Evlilik Süresi		
1-5 yıl arası	138	35.8

6-10 yıl arası	67	17.4
11-15 yıl arası	56	14.5
16-20 yıl arası	32	8.3
21 yıl ve sonrası	93	24.1
Çocuk Sayısı		
Yok	104	26.9
Tek çocuk	140	36.3
İki çocuk	132	34.2
Üç veya daha fazla	10	2.6
Aile Toplam Geliri		
500-1000 tl	7	1.8
1000-1500 tl	20	5.2
1500-2000 tl	24	6.2
2000-2500 tl	48	12.4
2500 tl ve üstü	287	74.4
Toplam	386	100

Veri toplama araçları

Araştırmada “Psikolojik İyi Oluş Ölçeği”, “Kök Aile ile İlişkiler Envanteri”, “Rosenberg Benlik Saygısı Alt Ölçeği”, “Evlilik Yaşamı Ölçeği” ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Diener ve arkadaşları tarafından 2009’da psikolojik iyi oluşu ölçme amacıyla geliştirilmiş ve cevaplayanların benlik saygısı, amaç, iyimserlik, ilişkiler gibi önemli alanlardaki algılarını ölçen 8 maddeden oluşmuş ve 7’li likert tipinde hazırlanmıştır (Diener ve diğ., 2010). Diener ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan geçerlik çalışması sonucunda ölçeğin tek faktörden oluştuğu ve açıklanan toplam varyansın %53 olduğu bulunmuştur. Maddelerin faktör yükleri .61 ile .77 arasında değişmektedir. Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .87 olarak sağlanmıştır. Ölçeğin Ryff’in Psikolojik İyi Oluş Ölçekleriyle korelasyonlarına bakılmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Otonomi ile .43, Çevresel hakimiyet ile .70, Bireysel gelişim ile .67, Diğerleriyle olumlu ilişkiler ile .65, Yaşam amacı ile .63 ve Kendini kabul ile .70 düzeyde korelasyon göstermiştir (Diener ve diğ., 2010).

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Telef (2011) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin tek faktörden oluştuğu ve açıklanan toplam varyansın %41.94 olduğu saptanmıştır. Ölçek maddelerinin faktör yüklerinin .54 ile .76 arasında olduğu görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi için uyum indeksleri incelenmiştir. Ki-kare değerinin serbestlik derecesine oranının $(92,90/20= 4.645)$ 5’in altında yeterli düzeyde bir değere sahip olduğu görülmüştür. Diğer uyum indeksleri incelendiğinde RMSEA= 0.08, SRMR= 0.04, GFI= 0.96, NFI= 0.94, RFI= 0.92, CFI= 0.95 ve IFI= 0.95 olarak bulunmuştur. NFI, RFI’nın 0.90 ve üzeri olması kabul edilebilir uyumu; GFI, CFI ve IFI indekslerinin 0.95’ten yüksek olması modelin mükemmel uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir. SRMR’nin 0.5’ten küçük ve RMSEA’nın ise $0.05 \leq RMSEA \leq 0.10$ arasında olması kabul edilebilir uyum düzeyinde olduğunu göstermiştir. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda elde edilen uyum iyiliği indeksleri incelendiğinde modelin uyumlu olduğu görülmüştür. Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında elde edilen Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır. Test-tekrar test sonucuna göre ölçeğin birinci ve ikinci uygulama arasında yüksek düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r= 0.86, p<.001$). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği, Psikolojik İyi Oluş Ölçeklerinin (Ryff, 1989; uyarlayan Akın, 2008) alt boyutlarından Özerklik ile .30, Çevresel hakimiyet ile .53, Bireysel gelişim ile .29, Diğerleri ile olumlu ilişki ile .41, Yaşam amacı ile .38, Öz-kabul (ya da Kendini kabul) ile .56 ve toplam Psikolojik iyi oluş ile .56 düzeyde korelasyonel ilişki içerisindedir. Ayrıca İhtiyaç Doyumu Ölçeği’nin alt boyutlarından özerklikle .30, yeterlikle .69, ilişkili olmayla .57 ve toplam ihtiyaç doyumu ile .73 düzeyinde anlamlı ilişkiler saptanmıştır (Telef, 2011; Telef, 2013).

Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin yetişkin bireylerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması bu araştırma kapsamında araştırmacılar tarafından yapılmıştır. Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla öncelikle açımlayıcı faktör analizi yapılmıştır. KMO katsayısı .835 olarak bulunmuş ve Barlett testi χ^2 değerinin 504.031 ($p < .001$) anlamlı olduğu görülmüştür. KMO'nun .60'dan yüksek, Barlett testinin anlamlı çıkması verilerin faktör analizi için uygun olduğunu gösterir (Büyüköztürk, 2003). Temel bileşenler analizi sonucuna göre 8 maddenin özdeğeri 1'den büyük olan iki faktör altında toplandığı görülmektedir. Yapılan analiz sonucunda maddelerle ilgili olarak tanımlanan iki faktörün ortak varyanslarının (communalities) .312 ile .711 arasında değiştiği gözlenmektedir. Component matrix tablosu incelendiğinde 8 maddenin tamamının birinci faktör yük değerlerinin .474 ve üzerinde olduğu görülmektedir. Faktör yük değerinin, .45 ya da daha yüksek olması seçim için iyi bir ölçüdür. Bununla birlikte uygulamada az sayıda madde için bu sınır değer, .30'a kadar indirilebilir (Büyüköztürk, 2003). Bu nedenle bu bulgu ölçeğin genel bir faktöre sahip olduğunu göstermektedir. Ayrıca tek faktörlü ölçeklerde açıklanan varyansın %30 ve daha fazla olması yeterli görülebilir (Büyüköztürk, 2003). Döndürme öncesinde birinci faktörün yol açtığı varyansın % 43.2 olması da genel bir faktörün varlığının bir başka kanıtıdır. Faktör döndürme sonuçları (Rotated Component Matrix) incelendiğinde, 2,3,4,5 ve 8. maddelerin ilk faktörde, 1, 6, ve 7. maddelerin ikinci faktörde daha yüksek değerler verdikleri anlaşılmaktadır. Faktör yük değerlerinin tamamı .551 ve üzerindedir. Belirlenen faktörlerden birincisi ölçeğe ilişkin toplam varyansın %30.142'sini, ikinci faktör %26.356'sını açıklamaktadır. Döndürme sonrası iki faktörün açıkladıkları ortak varyans ise %56.5'tir. Ancak Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin orijinali tek boyuttan oluşmakta ve diğer bulgular ölçeğin tek faktörden oluştuğunu desteklemektedir. Yapı geçerliği açısından ölçeğin orijinal formunda bulunan tek faktörün doğrulanması amacıyla LISREL 8.80 programı kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinde, ölçeğin orijinal formunda olduğu gibi tek boyutta uyum verdiği ve Ki-kare değerinin ($\chi^2 = 46.19$, $sd = 18$, $p < 0.001$) anlamlı olduğu görülmüştür. χ^2 değeri istatistiksel olarak anlamlı olsa da SD'nin χ^2 ye oranı $1/3$ 'ün altında kaldığından uyum yeterlidir (Sümer, 2000). Uyum indeksi istatistiklerinden RMSEA=0.08, GFI=.95, AGFI=.91, CFI=.97, NFI=0.95, NNFI=.95 olarak bulunmuştur. RMSEA .05'e eşit ya da daha küçük ise değerler mükemmel bir uyuma tekabül eder. Ancak .08 ve altındaki değerler de kabul edilir değerler olarak görülebilir (Sümer, 2000). GFI, AGFI ve CFI'nin .90'dan büyük olması kabul edilebilir bir uyum iyiliği değerinin, .95'den büyük olmaları ise iyi bir uyum iyiliğinin göstergesi olarak kabul edilir (Şimşek, 2007). NFI ve NNFI için ise .95 ve üzeri mükemmel uyum, .90-.94 arası değerler de kabul edilir istatistiklerdir (Sümer, 2000). Bu bilgilere göre elde edilen uyum indeksi istatistikleri modelin uyumlu olduğunu göstermektedir. Ayrıca madde toplam puan korelasyonlarına bakılmış ve madde toplam puan korelasyonlarının .478 ile .690 arasında olduğu görülmüştür. Madde-toplam puan korelasyonu .30 ve daha yüksek olan maddelerin bireyleri iyi derecede ayırt ettiği söylenebilir. Bu nedenle ölçekteki maddelerin güvenilirliklerinin yüksek ve aynı özelliği ölçmeye yönelik oldukları söylenebilir (Büyüköztürk, 2003). Psikolojik İyi Oluş Ölçeği'nin yetişkinler için güvenilirlik çalışmasında iç tutarlık katsayısı Cronbach Alpha=.81 ($n=234$) olarak bulunmuştur.

Ölçekten alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan 56'dır ve alınan yüksek puan cevaplayanların kendilerini işlevselliğin önemli alanlarında olumlu olarak gördüklerini göstermektedir (Diener ve diğ., 2010). Ölçeğin araştırma örnekleminde toplam puan için iç tutarlık katsayısı .71 ($n=386$) bulunmuştur.

Kök Aile ile İlişkiler Envanteri: Kök Aileyle İlişkiler Envanteri (KAİE), kişinin çocukluk yıllarında psikolojik, fiziksel ve duygusal olarak içinde yaşayıp yetiştiği ailenin özelliklerini ve yapısını belirlemek amacıyla Güngör (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin "Aile Ortamı", "Anneyle İlişkiler" ve "Babayla İlişkiler" olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında betimleyici (açımlayıcı) faktör analizi yapılmış ve madde-faktör korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. "Aile Ortamı" alt boyutu için maddelerin faktör yükleri .62-.90 aralığında; "Babayla İlişkiler" alt boyutu için maddelerin faktör yükleri .41-.73

aralığında; “Anneyle İlişkiler” alt boyutu için maddelerin faktör yükleri .27-.73 aralığında bulunmuştur. Doğrulayıcı faktör analizi kullanılarak envanterin yapı geçerliği test edilmiştir. Alt ölçekler ve onların maddeleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde, “Aile Ortamı” alt ölçeği için path katsayılarının (standartlaştırılmış regresyon katsayıları) .48-.68, “Baba ile İlişkiler” alt ölçeği için .27-.60 ve “Anne ile İlişkiler” alt ölçeği için .31-.64 aralığında değiştiği görülmektedir. Envanterin alt ölçekleri arasındaki korelasyonlar .53-.82 aralığındadır. Modelin genel uyum katsayıları ise kabul edilebilir düzeydedir ($\chi^2_{186} = 413.95$, $p = .000$, GFI=.91, AGFI=.89, CFI=.95, RMSEA=.06). Modelin yeterliliği, bu işlemlerden ayrı olarak, tek faktörlü modelle karşılaştırarak da incelenmiştir. Tek faktör modelinde alt ölçeklerin bağımsız özellikler olmadığı ve belirlenen tüm alt faktörlerin tek bir temel faktör altında birleşebileceği öngörülmektedir. Tek faktör modeline ilişkin uyum katsayıları ($\chi^2_{189} = 621.76$, $p = .000$, GFI=.87, AGFI=.84, CFI=.92, RMSEA=.08)’dir. Bu sonuca göre, önerilen model veri setindeki gözlenen değişimi tek faktörlü modelden daha iyi açıklamaktadır ($\chi^2_{\text{fark}(3)} = 207.81$, $p = .000$). Sonuç olarak, kök aile ilişkileri özelliklerini ölçmede, bağlantılı üç boyutun öngörüldüğü önerilen modelin, tek faktörlü modele oranla eldeki veriye en iyi uyduğu söylenebilir. Bu işlemi takiben önerilen model, ikinci düzey DFA ile test edilmiştir. Oluşturulan son model, öngörülen üç alt boyutun anlamlı ilişkiler içinde “kök aile ilişkileri” değişkenini temsil ettiği “ikinci düzey” bir modeli yansıtmaktadır. Bu modelin desteklenmesiyle, kök aile ilişkileri özelliklerinin çok yönlü ölçülebileceği ve ölçülen temel özelliklerin üst düzey bir faktörle (kök aile ilişkileri) ilişkili olduğu gösterilmiş olacaktır. Bu düşünceden hareketle yapılan analiz sonuçlarına göre son modelde üç adet birinci, bir adet ikinci düzey faktör bulunmakta ve modelin uyum katsayıları kabul edilebilir düzeydedir ($\chi^2_{186} = 413.95$, $p = .000$, GFI=.91, AGFI=.89, CFI=.95, RMSEA=.06). Modeldeki birinci düzey ağırlıklar .27-.67 arasında değişmektedir. Ayrıca üç alt boyut “kök aile ilişkilerine” karşılık gelen genel bir boyutu yüksek düzeyde temsil etmektedir ($\gamma = .68 - 1.05$). Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları açısından “Aile Ortamı” alt boyutunun madde toplam puan korelasyon katsayıları .65-.90 arasında değişmektedir ve iç tutarlılık katsayısı .95, test tekrar test güvenilirlik katsayısı .75 ($p < .05$); “Babayla İlişkiler” alt boyutunun madde toplam puan korelasyon katsayıları .30-.80 arasında değişmektedir ve iç tutarlılık katsayısı .85, test tekrar test güvenilirlik katsayısı .84 ($p < .05$); “Anneyle İlişkiler” alt boyutunun madde toplam puan korelasyon katsayıları .21-.57 arasında değişmektedir ve iç tutarlılık katsayısı .70, test tekrar test güvenilirlik katsayısı .75 ($p < .05$) olarak bulunmuştur (Güngör, 2007).

21 maddeden oluşan bir envanterdir. Envanter Evet () Hayır () biçiminde düzenlenmiş olup Evet “1”, Hayır “0” olarak puanlanmaktadır. Envanterdeki 3 madde (5., 11., ve 13. maddeler) tersten puanlanmaktadır ve alınabilecek en yüksek puan 21’dir. Envanterden alınan yüksek puan, evli bireyin kök ailesiyle olan ilişkisinin sağlıklılık düzeyini göstermektedir. Ölçek lise ve üstü eğitim düzeyine sahip evli bireylere uygulanabilir (Güngör, 2007).

Bu araştırmanın örneklemini oluşturan grup için Kök Aile ile İlişkiler Envanteri’nin iç tutarlılık güvenilirliği açısından hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .86 ($n = 386$) olarak bulunmuştur.

Rosenberg Benlik Saygısı Alt Ölçeği: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği Rosenberg tarafından 1963 yılında geliştirilmiştir. Ölçek çoktan seçmeli sorulardan yapılmış toplam 63 madde ile 12 alt alandan oluşmaktadır (Korkmaz, 1996). Bu çalışmada 10 maddeden oluşan Benlik Saygısı alt ölçeği kullanılmıştır. Benlik saygısı alt ölçeği, 5 olumlu ve 5 olumsuz ifadenin yer aldığı likert tipi 4’lü derecellemeli bir ölçektir. Ölçekten elde edilebilecek puanlar 10 ile 40 arasında değişmektedir. Ters maddeler çevrildikten sonra ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin benlik saygısının yüksekliğini göstermektedir (Akça, 2012; Hamarta, Arslan, Saygın ve Özyeşil, 2009; Kararımak ve Siviş-Çetinkaya, 2011; Turanlı, 2010). Ölçeğin Türkiye’deki geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu tarafından 1986’da yapılmıştır. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında, benlik saygısı için geçerlik katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenilirlik katsayısı benlik saygısı alt ölçeği için .75 olarak bulunmuştur (Korkmaz, 1996). Sümer ve Güngör (1999) ölçeğin Cronbach alfa değerinin .85 olduğunu belirtmişlerdir.

Bu araştırmanın örneklemini oluşturan grup için Rosenberg Benlik Saygısı Alt Ölçeği'nin iç tutarlılık güvenirliği açısından hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .86 (n=386) olarak bulunmuştur.

Evlilik Yaşamı Ölçeği: Evlilik Yaşamı Ölçeği, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyum düzeyini ölçmek için 1986'da Tezer tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte her bir maddeye verilecek yanıt “kesinlikle katılmıyorum”, “katılmıyorum”, “kararsızım”, “katılıyorum” ve “kesinlikle katılıyorum” seçeneklerinden oluşmaktadır. Derecelendirmede seçeneklere doyumsuzluk-doyum yönünde 1 ile 5 arasında ağırlık verilmiştir. Ölçekten alınabilecek puanlar 10 ile 50 arasında değişmektedir (Tezer, 1996). Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayısı .85 olarak saptanmıştır. İç tutarlılık katsayısı ise ilk uygulamada .91, ikinci uygulamada ise .89 bulunmuştur. Bu bulgular Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin oldukça yüksek bir güvenirliğe sahip olduğunu göstermektedir (Tezer, 1996).

Bu araştırmanın örneklemini oluşturan grup için Evlilik Yaşamı Ölçeği'nin iç tutarlılık güvenirliği açısından hesaplanan Cronbach alfa katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel Bilgi Formu, örneklemeyle ilgili bilgi almak amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Formda cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlenme şekli, evlilik süresi, çocuk sayısı ve ailenin toplam geliri soruları yer almaktadır.

İşlem

Araştırma verilerinin toplanması aşamasında ilk olarak, psikolojik iyi oluş ölçeğinin yetişkin örnekleme uyarlanması amacıyla, Ocak 2013 ve Şubat 2013 tarihleri arasında, 234 yetişkin birey üzerinde bir uygulama gerçekleştirilmiştir.

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının uygulamaları ise Şubat 2013 ve Nisan 2013 tarihleri arasında İzmir ilinde yaşayan en az 1 yıllık evli olan lise ve üstü eğitim düzeyinde 386 bireyin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Örneklem belirlenirken ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Katılımcılardan zarflar içerisinde aldıkları ölçekleri birbirlerinden bağımsız olarak doldurmaları istenmiştir. Veri toplama araçları, çalışmanın amacını ve gizliliği içeren bir yönerge eklenerek verilmiştir.

Verilerin analizinde öncelikle cevap kağıtlarının genel kontrolleri yapılarak eksik ya da birden fazla seçenek işaretlenmiş olan ve geçersiz bulunan 49 cevap kağıdı değerlendirme dışı bırakılmıştır.

Verilerin analizi

Araştırmada elde edilen veriler, Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı (SPSS) 17.0 kullanılarak çözümlenmiştir. Kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumu bağımsız değişkenlerinin, evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini yordama gücünü belirlemek amacıyla “aşamalı çoklu regresyon” (stepwise multiple regression) analiz yöntemi kullanılmıştır.

Regresyon analizi öncesinde doğrusallık ve normallik varsayımlarının karşılanmasını güçleştiren uç değerler olup olmadığı incelenmelidir (Büyüköztürk, 2003). Ayrıca bağımsız değişkenler arasında çoklu bağıntı problemi olup olmadığı da incelenmelidir. Çoklu bağıntı problemi bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayısı $r=0.9$ ve üstünde olduğunda gerçekleşmektedir. Ayrıca VIF değerlerinin 10'un üstünde, tolerans değerlerinin .10'un altında olması durumunda da çoklu bağıntı problemi söz konusudur (Pallant, 2007). Araştırmada bağımsız değişkenlere ait Tolerans ve VIF değerleri incelenmiş, Tolerans değerleri Kök Aile ile İlişkiler değişkeni için .887, Benlik Saygısı değişkeni için 1.00 ve Evlilik Doyumu değişkeni açısından .943 olarak, VIF değerleri ise Kök Aile ile İlişkiler değişkeni için 1.127, Benlik Saygısı değişkeni için 1.00 ve Evlilik Doyumu değişkeni açısından 1.061 olarak saptanmıştır. Ayrıca bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayısı .175-.320 arasında değişmektedir. Tolerance değerleri açısından .10'dan küçük ve VIF değerlerinde 10'dan büyük değer gözlenmediği ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları .90'dan küçük

olduğundan bağımsız değişkenlerin ilişkisiz olduğu bir başka deyişle çoklu bağıntı problemi göstermediği söylenebilir.

Uç değerler açısından değişkenlerin standart z puanları hesaplanmış, kutu grafikleri incelenmiş ve Mahalonobis Uzaklık testi yapılmıştır. Tüm değişkenler açısından toplam 18 veri tek değişkenli uç değer olarak saptanmış ve veri setinden çıkarılmıştır. Çok değişkenli uç değerler Mahalonobis Uzaklık testi ile hesaplanmıştır. Üç bağımsız değişken için kritik değer 16.27'dir (Pallant, 2007). Hesaplanan Mahalonobis değerleri içinde bu değerden büyük 1 veri çok değişkenli uç olarak tespit edilmiş ve veri setinden çıkarılmıştır. Bu şekilde veri seti içinde kritik değer üzerinde veri kalmamıştır. Bu durum çok değişkenli normallik varsayımının karşılandığını göstermektedir (Büyüköztürk, 2003). Çoklu normal dağılım, her bir değişkenin tek değişkenli normal dağılıma uyduğunu ve ilgili değişkenlerin kombinasyonlarının da normal olduğunu varsaymaktadır. Bu, bir değişken çoklu normal dağılıma uyuyorsa aynı zamanda tek değişkenli normal dağılıma da uyuyor anlamına gelmektedir (Kalaycı, 2014). Buna göre veri seti açısından tek değişkenli normal dağılım varsayımının da karşılandığı söylenebilmektedir.

Çoklu regresyon analizi uygulamasında yordayıcı değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ilişkinin doğrusal olup olmadığı ve puanların normal dağılım gösterip göstermediği histogram, artık değerlerin normallik grafiği ve saçılma diyagramı matrisi ile değerlendirilebilir (Büyüköztürk, 2003). Bu nedenle normallik ve doğrusallık varsayımlarının karşılanıp karşılanmadığına bakmak için histogram grafiği, artık değerlerin normallik grafiği ve saçılma diyagramı matrisi incelenmiştir. Buna göre histogram grafiğinin çok sivri ya da düz olmaması ve normallik grafiğinde tüm değerlerin doğru etrafına toplanması verilerin normale yakın dağılım gösterdiği anlamına gelmektedir. Ayrıca saçılma diyagramı matrisinde elips şeklinde dağılım gözlemlendiğinden çok değişkenli normalliğin ve doğrusallığın sağlandığı söylenebilir.

Görüldüğü gibi regresyon analizinin yapılması için gereken normallik ve doğrusallık varsayımları doğrulanmış ve bağımsız değişkenler arasında çoklu bağıntı problemi olmadığı tespit edilmiştir.

Bulgular

Bu bölümde, araştırmaya katılan evli bireylerin psikolojik iyi oluş puanlarına uygulanan aşamalı çoklu regresyon analizi sonuçları verilmiştir. Aşamalı çoklu regresyon analizi uygulamasında, psikolojik iyi oluş değişkenine etki eden bağımsız değişkenlerin (kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumu) etkileri incelenmiştir.

Korelasyon analizi

Araştırmada bağımlı değişken olarak psikolojik iyi oluş, bağımsız değişkenler olarak kök aile ile ilişkiler, benlik saygısı ve evlilik doyumu ele alınmıştır. Regresyon analizini yapabilmek ve anlamlı olan değişkenleri belirlemek amacıyla değişkenlerin birbirleriyle olan korelasyonlarına bakılmıştır. Sonuçlar Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Birbirleri ile Olan Korelasyonları

Değişkenler	PİO	BS	ED	KAİİ
Psikolojik İyi Oluş (PİO)	1			
Benlik Saygısı (BS)	.529	1		
Evlilik Doyumu (ED)	.352	.239	1	
Kök Aile ile İlişkiler (KAİİ)	.252	.320	.175	1

Tablo 2'de görüldüğü üzere, psikolojik iyi oluş ile benlik saygısı arasında ($r=.53$) pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki, psikolojik iyi oluş ile evlilik doyumu arasında ($r=.35$) pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki ve psikolojik iyi oluş ile kök aile ile ilişkiler arasında ($r=.25$) pozitif yönde zayıf bir ilişki bulunmaktadır.

Regresyon analizi

Araştırmanın amacı doğrultusunda, evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin benlik saygısı, evlilik doyumu ve kök aile ile ilişkiler açısından yordama gücünün belirlenmesi amacıyla aşamalı çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Bulgular Tablo 3'te görülmektedir.

Tablo 3. *Evli Bireylerde Psikolojik İyi Oluşu Yordayan Değişkenlere İlişkin Aşamalı Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları*

Değişken	B	Std Hata	Beta	t	F	R	R ²	R ² Değişim
(1. Aşama)								
(Sabit)	29.845	1.485		20.093*				
Benlik Saygısı	.543	.044	.529	12.222*	149.379*	.529	.280	.280
(2. Aşama)								
(Sabit)	25.806	1.605		16.081*				
Benlik Saygısı	.484	.044	.472	10.993*				
Evlilik Doymu	.150	.027	.239	5.558*	30.886*	.578	.334	.054

*p<.01

Tablo 3'te görüldüğü gibi evli bireylerde benlik saygısı ve evlilik doyumu, psikolojik iyi oluş için anlamlı yordayıcılar olarak bulunmuştur. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t değerleri incelendiğinde psikolojik iyi oluşun yordanmasına en önemli katkının benlik saygısı değişkeninden geldiği, bunu evlilik doyumunun izlediği görülmektedir.

Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun yordanması için yapılan aşamalı çoklu regresyon analizi iki aşamada tamamlanmıştır. Birinci aşamada, evli bireylerde psikolojik iyi oluşun en iyi yordayıcısı veya başka bir ifadeyle psikolojik iyi oluş puanlarındaki varyansın en fazla açıklayıcısı olarak benlik saygısı değişkeni analize girilmiş ve toplam varyansın %28'ini açıklamıştır. Evli bireylerde psikolojik iyi oluş ile benlik saygısı puanları arasındaki ikili korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R=.529$, $R^2=.280$, $F_{(1,384)}=149.379$, $p<.001$). Bulgular benlik saygısındaki artışın psikolojik iyi oluşu olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. İkinci aşamada, benlik saygısı değişkenine ek olarak evlilik doyumu değişkeni analize girmiştir. Evlilik doyumu değişkeninin getirdiği ek katkı %5.4 olmuş ve iki değişken birlikte psikolojik iyi oluş puanlarındaki toplam varyansı %33.4'e yükseltmiştir. Evlilik doyumu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ikili korelasyon pozitif yönde ve anlamlı bulunmuştur ($R=.578$, $R^2=.334$, $F_{(1,383)}=30.886$, $p<.001$). Bulgulara göre evlilik doyumu yüksek olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin de yüksek olacağı söylenebilir. Sonuç olarak, evli bireylerde benlik saygısı ve evlilik doyumu değişkenlerinin psikolojik iyi oluş puanlarındaki toplam varyansın %33.4'ünü açıkladığı görülmüştür.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmadan elde edilen bulgularda benlik saygısı ve evlilik doyumu bağımsız değişkenlerinin evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin %33.4'ünü açıkladığı ve değişkenlerin yordama katkıları açısından sırasıyla benlik saygısı ve evlilik doyumu olduğu görülmüştür. Kök aile ile ilişkilerin psikolojik iyi oluşun yordanmasına katkıda bulunmadığı saptanmıştır.

Araştırma bulguları incelendiğinde, benlik saygısı ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu ve benlik saygısı değişkeninin psikolojik iyi oluşu anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde, bu bulgunun daha önceki araştırma sonuçlarıyla tutarlı olduğu görülmüştür (Cheng ve Furnham, 2003; Furnham ve Cheng, 2000a; Furnham ve Cheng, 2000b; Işıklar, 2012; Jemta vd., 2009; Neff, 2011; Wang ve Castaneda-Sound, 2008). Furnham ve Cheng (2000a) araştırmalarında, olumlu benlik saygısının,

mutluluğun anlamlı bir yordayıcısı olduğunu bulmuştur. Furnham ve Cheng (2000b) tarafından yapılan bir başka araştırmada, mutluluğun en baskın ve en güçlü yordayıcısının benlik saygısı olduğu görülmüştür. Araştırmadan elde edilen bu bulgu benlik saygısının, mutluluk, iyi oluş ve ruhsal sağlık açısından önemli bir yordayıcı değişken olmasıyla açıklanabilir. Olumlu benlik saygısı etkin bir işlevsellik ile ilişkilidir ve ruh sağlığının temel bir ögesi oluşturmaktadır (Yüksekkaya, 1995). Crocker ve Park'a (2004) göre yüksek benlik saygısı, psikolojik sağlığın temel göstergelerinden biri kabul edilmektedir. Bu nedenle yüksek benlik saygısı iyi oluşun güçlü yordayıcılarından biridir (Cheng ve Furnham, 2003). Yüksek benlik saygısına sahip bir birey, kendine saygı duymakta ve kendini toplumda değerli bir kişilik olarak görmektedir (Fennell, 1997, Akt. Hamarta vd., 2009). Araştırmanın bu bulgusu psikolojik iyi oluş ve benlik saygısı değişkenlerinin yapıları düşünülerek tartışıldığında da iki değişken arasındaki ilişki ortaya çıkmaktadır. Çünkü psikolojik iyi oluşun bileşenleri arasında, özsaygısı yüksek bireylerinde sahip olduğu (Satir, 2001), kişinin geçmiş yaşamını ve kendisini pozitif olarak değerlendirme, yaşamının anlamlı ve amaçlı olduğuna inanma, diğer insanlarla nitelikli ilişkiler kurma, özerklik duygusuna sahip olma gibi özellikler yer almaktadır. Ayrıca Satir'e (2001) göre evlilikte çiftlerin her birinin benlik saygısına sahip olması oldukça önemlidir. Bireylerin benlik saygısı ne kadar yüksekse eşlerinin kendilerine olan saygısını görmeye o kadar az ihtiyaç duyarlar. Buna karşılık benlik saygısı zayıf olan bireyler sürekli olarak güvence isterler. Ayrıca eğer bireyler benlik saygısına sahiplerse evlilik içerisinde yaşadıkları sorunları akılcı bir şekilde ele alabilir ve çözümlenebilirler (Satir, 2001).

Araştırmada evlilik doyumu ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu ve evlilik doyumu değişkeninin psikolojik iyi oluşu yordadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde, bu bulgunun önceki araştırma sonuçlarıyla tutarlı olduğu görülmüştür (Glenn, 1975; Kamp Dush vd., 2008; Kim ve McKenry, 2002; Proulx vd., 2007; Rogers ve DeBoer, 2001; Sacco ve Phares, 2001; Shek, 2001). Araştırma sonucuyla uyumlu olan araştırmalardan birinde, genel mutluluk ile evlilikteki mutluluk arasında ilişki olduğu görülmektedir (Glenn, 1975). Bir başka araştırmada Çin kültüründe evlilik ilişkisinin kalitesiyle, psikolojik iyi oluş ve evli bireylerin uyumunun yakından ilişkili olduğu saptanmıştır (Shek, 2001). Proulx ve diğerleri (2007) tarafından yapılan meta analiz çalışması sonucunda evlilik kalitesiyle kişisel iyi oluş arasında olumlu bir ilişki olduğu görülmüştür. Yüksek düzeyde evlilik kalitesinin kişisel iyi oluşun optimal düzeyleriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Kamp Dush ve diğerleri (2008) tarafından yapılan başka bir araştırma bulgularına göre evlilikteki mutluluk ile yaşam mutluluğu ve depresif semptomlar arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca tüm katılımcılar için ilk görüşmeyle son görüşme arasında yaşam mutluluğu açısından bir düşüş olduğu saptanmış ancak bu düşüşün evliliklerinde yüksek düzeyde mutlu olanlarda en az düzeyde olduğu görülmüştür. Bununla birlikte evliliklerinde hem yüksek hem de orta düzeyde mutlu olan katılımcıların daha az depresif semptomlar gösterdiği bulunmuştur. Benzer bir şekilde Sacco ve Phares'e göre (2001) evlilik doyumu psikolojik iyi oluşun önemli bir belirleyicisidir ve evlilik doyumsuzluğu olan bireyler evlilik doyumu olanlardan daha çok depresif semptom göstermektedir. Evlilik doyumu kadınların yaşam doyumuyla, eşlerin her ikisinin de genel mutluluğuyla pozitif yönde ilişkilidir (Proulx vd., 2007). Kültürümüzde evliliğe ve aileye verilen önem düşünüldüğünde bu bulgu daha anlamlı hale gelmektedir. Ülkemiz gibi kolektif kültürlerde aileye bağlılık değerleri baskındır ve insanlar arası ilişkiye, ilişkisel kendiliğe oldukça önem verilmektedir. Bireyler kendilerini grupsal özelliklerle tanımlamakta, kendilerine ilişkin nitelermelerde bulunurken aileye göndermelerde bulunmaktadır (Yetim, 2001). Bu bağlamda bakıldığında aileye ve evliliğe oldukça değer verilen ülkemizde bireylerin mutluluğu üzerinde evlilik doyumunun etkili olması oldukça anlaşılır görünmektedir.

Araştırma bulguları incelendiğinde, kök aile ile ilişkiler ile psikolojik iyi oluş arasında zayıf bir ilişki olduğu ve kök aile ile ilişkiler değişkeninin psikolojik iyi oluşu yordamadığı görülmüştür. Literatür incelendiğinde, bu bulgu önceki araştırma sonuçlarıyla çelişmektedir (Amato, 1994; Amato ve Booth, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato vd., 1995; Roberts ve Bengtson, 1993). Sözü geçen araştırmalardan birinde mutsuz bir ailede büyüyen bireylerin iyi oluş düzeylerinin mutlu bir ailede büyüyen bireylerden daha düşük olduğu görülmüştür

(Amato ve Booth, 1991). Amato (1994) tarafından yapılan bir araştırma sonucuna göre ise ebeveynlerle olan yakınlık bireylerin psikolojik iyi oluşlarını yordamaktadır. Amato ve diğerleri (1995) tarafından yapılan araştırma sonucuna göre yüksek çatışmalı ailelerde ebeveynler birlikte kalmaktan ziyade boşanırlarsa, düşük çatışmalı ailelerde ise ebeveynler boşanmaktan ziyade birlikte kalırlarsa çocukların genç yetişkinler olarak iyi oluş düzeyleri yüksek olmaktadır. Yapılan bu araştırma sonucuna göre ise kök aile ile ilişkiler bireylerin psikolojik iyi oluşunu etkilememektedir. Bu durumun birkaç nedeni olabileceği düşünülmektedir.

Bunlardan biri kök aile ile ilişkiler ve psikolojik iyi oluş arasında ilişki olduğu görülen çalışmaların çoğunun batı kültüründeki araştırmalar olmasıdır (Amato, 1994; Amato ve Booth, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato vd., 1995; Roberts ve Bengtson, 1993). Bireyci kültürlerde bireylerin özerklik gereksinimleri baskındır. Kişisel amaçlar, grup amaçlarından önce gelmekte, davranışlar yarar/zarar kapsamında ele alınmakta ve başkalarıyla çatışma olağan görülmektedir. Toplulukçu kültürlerde ise, kişinin benliği, içinde bulunduğu grupla tanımlanmakta, grup amaçları bireysel amaçlardan daha önce gelmekte, bireylerin davranışları grubun istekleri ve normları tarafından belirlenmektedir. Çatışma hoş görülmemekte, grup içi uyum önem taşımaktadır. (Triandis, McCusker ve Hui, 1990). Toplulukçu kültürlerin bağlı olmaya daha çok ihtiyaç duymaları (Hui ve Villareal, 1989), gruplarının onayını almayı, bireyci kültürlerde göre daha fazla önemsemeleri ve almazlarsa utanç duygusu yaşamaları (Triandis ve Hui, 1986), bir ya da birkaç grupta yer almayı hayatta kalmanın temeli olarak görmeleri (Hui ve Villareal, 1989), olayları bağlamsal olarak değerlendirmeleri ve olayların karmaşık olduğuna ve pek çok etken tarafından belirlendiğine inanmaları, uyumlu toplumsal ilişkiler sürdürmenin kişisel başarılarından daha öncelikli olarak görülmesi (Nisbet, 2003), bu araştırmaya katılan bireylerin kök aile ilişkilerini olumlu bir biçimde algılama ve sunma eğilimi göstermelerine neden olmuş olabilir. Kök Aile ile İlişkiler Envanterinde yer alan *“Neden ceza verdiğini genellikle açıklamıştır”* *“Aile ilişkilerimin güven verici olduğunu düşünmüşümdür”* *“Bir sevgi ortamı içinde büyüdüğümü hissetmişimdir”* gibi maddeler düşünüldüğünde bu ifadeler verilen cevapların kültürel özelliklerden etkilendiği düşünülebilir.

Bu bulgunun önceki araştırma sonuçlarıyla çelişmesi bir başka açıdan kesitsel ve boylamsal çalışmalar arasındaki farkla açıklanabilir. Kök aile ile ilişkilerin psikolojik iyi oluş açısından belirleyici olduğuna ilişkin araştırmalar çoğunlukla boylamsal çalışmalardan oluşmaktadır (Amato, 1994; Amato ve Booth, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato vd., 1995; Roberts ve Bengtson, 1993). Bu araştırma ise kesitsel bir çalışmadır. Bir başka açıdan ise bu bulgunun ebeveynlerin boşanma durumuyla açıklanabileceği düşünülmektedir. Kök aile ile ilişkiler ve psikolojik iyi oluş arasında ilişki bulunan bazı araştırmalarda boşanmış ve evlilik çatışması olan ebeveynlerle olan ilişkilerin ele alındığı dikkati çekmektedir (Amato ve Keith, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato vd., 1995). Bu araştırmada ise evlü bireylerin kök ailelerinde boşanma olup olmadığı sorgulanmamıştır. Bunun dışında kök aile ile ilişkiler ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmalarda, psikolojik iyi oluş değişkeninin yaşam doyumu, benlik saygısı, mutluluk, psikiyatrik semptomlar ve depresyon açısından ele alındığı görülmektedir (Amato, 1994; Amato ve Booth, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato vd., 1995; Roberts ve Bengtson, 1993). Bu araştırmada ise psikolojik iyi oluş kavramı ele alınmış ve psikolojik iyi oluşu ölçen bir ölçek kullanılmıştır. Bu durumun farklı bulgular elde edilmesine yol açmış olabileceği düşünülmektedir.

Özetle, evlilik ve ailenin kültürümüzde önemi düşünüldüğünde evlü bireylerin psikolojik iyi olma düzeylerini etkileyen değişkenler Türkiye’de incelenerek ve elde edilen bulgular kültürel bağlamda tartışılarak alana kültürel bağlamda bir katkı sağlandığı düşünülmektedir. Bu çalışmada üç değişkenin psikolojik iyi oluş süreci ile ilişkisi ortaya konulmuş ve modelin evlü olmayan bireylerle bir karşılaştırması yapılmamıştır. Bundan sonraki çalışmalarda bu noktalar dikkate alınabilir. Ayrıca yapılan bu araştırmada benlik saygısı ve evlilik doyumu evlü bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin varyansın %33.4’ünü açıklamıştır. Bu durum evlü bireylerde psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin kalan yüzdenin açıklanması gerektiğini ortaya koymaktadır. Bu nedenle gelecekte evlü bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin başka değişkenlerle ilişkisi de, boylamsal çalışmalar yoluyla incelenebilir. Örneğin daha önceki

çalışmalarda psikolojik iyi oluşla ilişkisi saptanmış kişilik özellikleri (Cenkseven, 2004; Sarıcaoğlu, 2011), arkadaşlarla ilişkiden hoşnutsuzluk (Cenkseven, 2004), kontrol odağı (Cenkseven, 2004), öğrenilmiş güçlülük (Cenkseven, 2004) gibi değişkenler çalışmaya dahil edilebilir. Araştırmadan elde edilen bulgular doğrultusunda çiftler ve ailelerle çalışan psikolojik danışmanlar evli bireylerin benlik saygısını arttırmak yönünde programlar geliştirebilir ve onları evlilik doyumlarının artması için destekleyebilirler.

Kaynaklar

- Akça Koca, D. (2013). *Bir aile eğitim programının evli annelerin evlilik doyumu, evlilikte sorun çözme becerisi ve psikolojik iyi oluşuna etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul. Marmara Üniversitesi.
- Akça, Z. K. (2012). *Genç yetişkinlikte algılanan anne baba tutumlarının kendini toplama gücü ve benlik saygısı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul. Maltepe Üniversitesi.
- Akın, A. (2009). *Akılci duygusal davranışçı terapi odaklı grupla psikolojik danışmanın psikolojik iyi olma ve öz-duyarlık üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Sakarya. Sakarya Üniversitesi.
- Amato, P. R., & Booth, A. (1991). Consequences of parental divorce and marital unhappiness for adult well-being. *Social Forces*, 69 (3), 895-914. doi.org/10.1093/sf/69.3.895
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and adult well-being: A meta analysis. *Journal of Marriage and Family*, 53 (1), 43-58. doi.org/10.2307/353132
- Amato, P. R., & Sobolewski, J. M. (2001). The effects of divorce and marital discord on adult children's psychological well-being. *American Sociological Review*, 66 (6), 900-921. doi.org/10.2307/3088878
- Amato, P. R. (1994). Father-child relations, mother-child relations, and offspring psychological well-being in early adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 56 (4), 1031-1042. doi.org/10.2307/353611
- Amato, P. R., Spencer Loomis, L., & Booth, A. (1995). Parental divorce, marital conflict and offspring well-being during early adulthood. *Social Forces*, 73 (3), 895-915. doi.org/10.1093/sf/73.3.895
- Bradburn, N. M. (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine Publishing Company.
- Büyüköztürk, Ş. (2003). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Cenkseven, F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Adana. Çukurova Üniversitesi.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Attributional style and self-esteem as predictors of psychological well being. *Counselling Psychology Quarterly*, 16 (2), 121-130. doi.org/10.1080/0951507031000151516
- Crocker, J., & Park, L. E. (2004). The costly pursuit of self-esteem. *Psychological Bulletin*, 130 (3), 392-414. doi.org/10.1037/0033-2909.130.3.392
- Diener, E., Wirtz, D., Toy, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156. doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y
- Eryılmaz, S. (2012). *Üniversite öğrencilerinde psikolojik sağlamlığı yordamada, yaşam doyumu, benlik saygısı, iyimserlik ve kontrol odağının incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Muğla. Muğla Üniversitesi.
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000a). Lay theories of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 1, 227-246. doi.org/10.1023/A:1010027611587
- Furnham, A., & Cheng, H. (2000b). Perceived parental behaviour, self-esteem and happiness. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35, 463-470. doi.org/10.1007/s001270050265

- Glenn, N.D. (1975). The contribution of marriage to the psychological well-being of males and females. *Journal of Marriage and the Family*, 37 (3), 594-600. doi.org/10.2307/350523
- Gove, W. R., Briggs-Style, C. & Hughes, M. (1990). The effect of marriage on the well-being of adults: A theoretical analysis. *Journal of Family Issues*, 11 (1), 4-35. doi.org/10.1177/019251390011001002
- Gove, W. R., Hughes, M. & Briggs-Style, C. (1983). Does marriage have positive effects on the psychological well-being of the individual? *Journal of Health and Social Behaviour*, 24, 122-131. doi.org/10.2307/2136639
- Güngör, H. C. (2007). *Evlilik doyumunu açıklamaya yönelik bir model geliştirme*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara. Gazi Üniversitesi.
- Hamarta, E., Arslan, C., Saygın, Y. ve Özyeşil, Z. (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7 (18), 25-42.
- Hui, H. & Villareal, M. (1989). Individualism –collectivism and psychological needs. *Journal of Cross – Cultural Psychology*, 20 (3), 310-323.
- Işıklar, A. (2012). Examining psychological well-being and self-esteem levels of Turkish students gaining identity against role during conflict periods. *Journal of Instructional Psychology*, 39 (1), 41-50.
- Jemta, L., Fugl-Meyer, K. S., Öberg, K. & Dahl, M. (2009). Self-esteem in children and adolescents with mobility impairment: impact on well-being and coping strategies. *Acta Paediatrica*, 98, 567-572. doi.org/10.1111/j.1651-2227.2008.01081.x
- Kalaycı, Ş. (2014). *Spss uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Kamp Dush, C. M., Taylor, M. G., & Kroeger, R. A. (2008). Marital happiness and psychological well being across the life course. *Family Relations*, 57, 211-226. doi.org/10.1111/j.1741-3729.2008.00495.x
- Kararımk, Ö. ve Siviş-Çetinkaya, R. (2011). Benlik saygısının ve denetim odağının psikolojik sağlamlık üzerine etkisi: Duyguların aracı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35), 30-43.
- Keyes, C. L. M., 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. doi.org/10.1037//0022-3514.82.6.1007
- Kim, H. K., & McKenry, P. C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being: A longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23, 885-911. doi.org/10.1177/019251302237296
- Korkmaz, M. (1996). *Yetişkin örneklem için bir benlik saygısı ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İzmir. Ege Üniversitesi.
- Neff, K. D. (2011). Self-compassion, self-esteem, and well-being. *Social and Personality Psychology Compass*, 5 (1), 1-12. doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x
- Nisbet, R. (2003). *Düşüncenin coğrafyası*. (Çev. Çağalı Güven, G.). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Özguven, İ. E. (2009). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: PDR Yayınları.
- Pallant, J. (2007). *Spss survival manuel a step by step guide to data analysis using spss for windows*. New York: McGraw-Hill.
- Pehlivan, H. (2011). *Bilişsel davranışçı yaklaşım temelli psikoeğitim programının kadın danışma merkezine başvuran annelerin iyi oluş düzeyi, evlilik doyumunu, problem çözme ve iletişim becerilerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi. İzmir. Ege Üniversitesi.
- Peterson, C. (2006). *A primer in positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69, 576-593. doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x
- Rasheed, J. M., Rasheed, M. N., & Marley, J. A. (2011). *Family therapy: Models and techniques*. USA: Sage Publications.

- Roberts, R. E. L., & Bengtson, V. L. (1993). Relationships with parents, self-esteem, and psychological well-being in young adulthood. *Social Psychology Quarterly*, 56 (4), 263-277. doi.org/10.2307/2786663
- Rogers, S. J., & DeBoer, D. D. (2001). Changes in wives' income: Effects on marital happiness, psychological well-being, and the risk of divorce. *Journal of Marriage and Family*, 63 (2), 458-472. doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00458.x
- 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 (6), 1069-1081. doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069
- Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719-727. doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719
- Sacco, W. P., & Phares, V. (2001). Partner appraisal and marital satisfaction: The role of self-esteem and depression. *Journal of Marriage and Family*, 63 (2), 504-513. doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00504.x
- Sarıcaoğlu, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma düzeylerinin kişilik özellikleri ve öz-anlayış açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Konya. Selçuk Üniversitesi.
- Satir, V. (2001). *İnsan yaratmak: Aile terapisinin başyapıtı*. (Çev. Yeniçeri, S.). İstanbul: Beyaz Yayınları. (Özgün çalışma 1988).
- Shek, D. T. L. (2001). Marital quality and psikological well-being of married adults in a Chinese context. *The Journal of Genetic Psychology*, 156 (1), 45-56. doi.org/10.1080/00221325.1995.9914805
- Şimşek, Ö. F. (2007). *Yapısal eşitlik modellemesine giriş temel ilkeler ve lisrel uygulamaları*. Ankara: Ekinoks Basım Yayın.
- Şimşek, Ö. F. (2009). Ergenlerde anne baba bağlanması ile iyi oluş ilişkisinde benlik saygısının aracılık etkisi. İnternette 14.04.2014 tarihinde alınmıştır. www.eab.org.tr/eab/2009/pdf/298.pdf
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14 (44), 35-58.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3 (6), 49-74.
- Telef, B. B. (2011). *Psikolojik iyi oluş ölçeği (PİOO): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması*. Sözel bildiri, XI. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, İzmir.
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28 (3), 374-384.
- Tezer, E. (1996). Evlilik ilişkisinden sağlanan doyum: Evlilik yaşamı ölçeği. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (7), 1-7.
- Timur, M. S. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara. Ankara Üniversitesi.
- Triandis, H. & Hui, H. (1986). Individualism-collectivism. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 17(2), 225-248.
- Triandis, H., McCusker, C. & Hui, H. (1990). Individualism and collectivism: Cross-cultural perspectives on self-ingroup relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (2), 1006-1020. doi.org/10.1037/0022-3514.54.2.323
- TUİK, (2013). Yaşam memnuniyeti araştırması. İnternet'ten 18.04.2014 tarihinde alınmıştır. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16052>
- Turanlı, P. (2010). *Orta yetişkinlikte evlilik uyumu ile benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin saptanması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

- Türer, C. (1999). Kınalızade'de mutluluk. *Felsefe Dünyası Dergisi*, 2 (30), 80-90.
- Tuzgöl-Dost, M. (2005). Ruh sağlığı ve öznel iyi oluş. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20, 223-231.
- Wang, C. D. C., & Castaneda-Sound, C. (2008). The role of generational status, self-esteem, academic self-efficacy, and perceived social support in college students' psychological well-being. *Journal of College Counseling*, 11, 101-118. doi.org/10.1002/j.2161-1882.2008.tb00028.x
- Yeşiltepe, S. S. (2011). *Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Adana. Çukurova Üniversitesi.
- Yetim, Ü. (2001). *Toplumdan bireye mutluluk resimleri*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Yüksekkaya, S. (1995). *Üniversite öğrencilerinde benlik saygısının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İzmir. Ege Üniversitesi.

Extended Abstract

Introduction

Psychological well-being entails perception of engagement with existential challenges of life (Keyes, Shmotkin and Ryff, 2002). There are a lot of variables that to be related to psychological well-being; one of such variable is marriage. Marriage contributes a positive role on mental health and happiness. There is a strong relationship between marriage and psychological well-being (Glenn, 1975; Gove, Hughes ve Briggs-Style, 1983; Kim ve McKenry, 2002). Levels of psychological well-being of married individuals are considered in this study. There are many researches that to be revealed the relationship between psychological well-being and relationships with family of origin (Amato, 1994; Amato ve Booth, 1991; Amato ve Keith, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato, Spencer Loomis ve Booth, 1995; Roberts ve Bengtson, 1993), and between psychological well-being and self-esteem (Cheng ve Furnham, 2003; Işıklar, 2012; Jemta, Fugl-Meyer, Öberg, Dahl, 2009; Neff, 2011; Roberts ve Bengtson, 1993; Wang ve Castaneda-Sound, 2008), and between psychological well-being and marital satisfaction (Glenn, 1975; Kamp Dush, Taylor ve Kroeger, 2008; Kim ve McKenry, 2002; Proulx, Helms ve Buehler, 2007; Rogers ve DeBoer, 2001; Sacco ve Phares, 2001; Shek, 2001).

Method

The sample of the research contained 386 married people who were located in İzmir. Flourishing Scale, The Scale of Relations with Family of Origin, Rosenberg Self-Esteem Scale, Marriage Life Scale, and Personal Information Form were used for data collection in the study. The Statistical Package for Social Sciences (SPSS) version 17.0 was used to analyze the data collected on this research.

Findings

According to findings, self-esteem ($R=.529$, $R^2=.280$, $F(1,384)=149.379$, $p<.001$) and marital satisfaction ($R=.578$, $R^2=.334$, $F(1,383)=30.886$, $p<.001$) were significant predictors of psychological well-being in married individuals, but relationships with family of origin did not predict psychological well-being in married individuals. It was determined that self-esteem and marital satisfaction explain % 33.4 of the total variance of levels of psychological well-being in married individuals.

Discussion and Conclusion

According to findings, self-esteem is a significant predictors of psychological well-being in married individuals. This finding is consistent with researches in the literature (Cheng ve Furnham, 2003; Furnham ve Cheng, 2000a; Furnham ve Cheng, 2000b; Işıklar, 2012; Jemta ve diğ., 2009; Neff, 2011; Wang ve Castaneda-Sound, 2008). High self-esteem is considered one of the basic components of mental health (Crocker and Park, 2004). Therefore, high levels of self-

esteem are the strongest predictors of psychological well-being (Cheng ve Furnham, 2003). According to findings, marital satisfaction is significant predictors of psychological well-being in married individuals. This finding is consistent with researches in the literature (Glenn, 1975; Kamp Dush ve diğ. 2008; Kim ve McKenry, 2002; Proulx ve diğ., 2007; Rogers ve DeBoer, 2001; Sacco ve Phares, 2001; Shek, 2001). It was occurred in one of the researches that there was a relationship between general happiness and marital happiness (Glenn, 1975). In another study, in Chinese culture it was found that to be closely related to the psychological well-being and marital adjustment (Shek, 2001). Nonetheless, relationships with family of origin did not predict psychological well-being in married individuals. This finding inconsistent with previous research results (Amato, 1994; Amato ve Booth, 1991; Amato ve Keith, 1991; Amato ve Sobolewski, 2001; Amato, Spencer Loomis ve Booth, 1995; Roberts ve Bengtson, 1993). This finding was explained with the differences in between east and west culture, to be this research is a cross-sectional study, to not have questioned whether divorce or not divorce between individuals' parents, evaluating different concepts and scales of psychological well-being concept in other research.