

Ailelerin öznel Refah (Subjective Well-Being) Düzeylerine İlişkin Bir Değerlendirme

- **Dr. Emine ÖZMETE***

Özet

Bu araştırma, ailelerin sübjektif refahlarına ilişkin bir değerlendirme yapabilmek amacı ile planlanmış/Tokat il merkezinde kamu sektöründe çalışan 116 evli kadın ve eşleri olmak üzere toplam 232 kişi üzerinde yürütülmüştür. Araştırma verilerinin toplanmasında karşılıklı görüşme tekniğinden yararlanılmıştır. Eşlerin öznel refahlarına ilişkin değerlendirmelerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacı ile T-Testi ve Kay-kare analizi uygulanmıştır.

Araştırma sonuçları, erkeklerin yaşamlarını kadınlara göre daha ilgi çekici ve esnek bulduklarını ve yaşamlarında kendilerini yalnız hissetmediklerini, kadınların ise yaşamlarını erkeklere göre daha değerli bulduklarını ve eşlerin yaşamlarını iyi olarak değerlendirdiklerini ortaya koymaktadır. Ayrıca eşlerin yaşamı dengelemeye ilişkin bazı görüşleri, cinsiyet değişkeni ile ilişkili bulunmuştur. Elde edilen bulgular ailelerin refah ve öznel refah düzeylerinin iyileştirilmesine yönelik uygulanabilir programların hazırlanması açısından yarar sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler : Refah, öznel refah (sübjektif refah)

Abstract

This research has been planned with objective of evaluating the subjective well-being of families. 116 married women and their husbands who were employed in public sector, in city of Tokat, were taken to form the subjects of the study and they all together totaled 232 persons. Data were collected by using interview technique. In order to determine differences of wives and husbands evaluated on subjective well-being have been used T-Test and Chi-square Test according to sex variable. Results showed that men find it more interesting, relaxed and not lonely to life than women. Women find it more worthwhile to life than men. Husbands and wives evaluates their life good. It find that some views of husbands and wives on life balance (affect balance) is related to sex variable. Findings can be useful prapere applied programme towards improving well-being and subjective well-being of families.

Key words: Well-being, subjective well-being.

1. Giriş

Günümüzde, gelişmekte olan toplumlarda; kentleşme, kalabalıklık, ekonomik büyüme ve yaşamın hızlı akışı ailelerin yaşam biçimlerine ilişkin kalıpları ve kararlarını değiştirmiştir (Goldsmith 2000). Bu değişim süreci; nüfus artışı, doğal kaynakların azalması, çevre kirliliği, sağlık ve eğitim hizmetlerinin yetersizliği, suç, intihar ve ailelerin parçalanması gibi sorunları da beraberinde getirmiştir (Abdel-Ghany 1977).

Bu toplumsal sorunların üstesinden gelinebilmesi için; aile yaşamının iyileştirilmesine yönelik yaklaşımların belirlenmesi ve ailelerin sürdürülebilirliğine ilişkin kavramların açıklanması gerekmektedir. Birleşmiş Milletler 1994 Uluslararası Aile Yılı koordinatörü Henry Sokalski bu durumu;

"...Toplumsal sorunların aileleri etkilediği düşünüldüğünde; aile kurumu ve aileyi destekleyen sistemler genel olarak yeniden yapılandırılmalıdır. Birçok durumda aileler sorunları ile kendi uyum güçleri sayesinde başa çıkmaktadırlar. Ancak, aileler toplumsal destek yetersizliği, yoksulluk gibi sorunlar ile beraber; ailenin sürdürülebilirliğini sağlamaya çalışarak, diğer sorunlarını çözmeye çalışırlar..." şeklinde açıklamıştır (Goldsmith 2000).

Bu noktada, Birleşmiş Milletler Sekreteryası 1994 Uluslararası Aile yılında; — -Ailelerin yaşam kalitesinin iyileştirilmesini,

-Ailelerin kabul edilebilir yaşam standardına ulaşmaları için yeterli gelir sağlanmasını ,

-özellikle bireylerin ve ailelerin refahına ilişkin engellerin tanımlanması ve bunların ortadan kaldırılmasını hedef olarak belirlenmiştir (Mc Gregor ve Goldsmith 1998).

• 1.1. Refah ve öznel Refah (Subjective Well-Being) Kavramları

Refah kavramlarına ilişkin farklı tanım ve yaklaşımların belirlenmesi aile yaşamının geliştirilmesinde önemli bir güç kaynağı olacaktır.

Refah en genel anlamı ile toplumdaki tüm bireylerin ekonomik güvenceye sahip olmaları, kendilerini değerli hissetmeleri, çevreleri ile iyi ilişkiler sürdürebilmeleri ve yaşamlarını etkileyebilecek kararlara katılabilmeleri olarak açıklanabilir (Goldsmith 2000).

Refah, bireylerin materyal ve materyal olmayan kaynaklardan ve içinde yaşadıkları toplumsal sistemden duydukları tatmini ve mutluluğu ifade etmektedir (Rice ve Tucker 1986).

Refah, istenen bir durum olup bireysel değerleri, duyguları, düşünceleri, ilişkileri ve yaşamak için gerekli tüm kaynaklarda görülen artışı da içermektedir (FAO 1990).

Refah, bireysel olarak mutlu ve başarılı olabilmek için her olanağa kavuşma, yaşamda mutlu olma, diğer aile bireyleri ile bağlı ve yakın hissetme anlamına gelmektedir (Mc Gregor ve Goldsmith 1998).

Refah kavramının genel olarak ekonomik refah, fiziksel refah, sosyal refah ve duygusal refah olmak üzere dört boyutu vardır:

Ekonomik refah; bireyler ve ailelerin sahip oldukları ekonomik güvencenin ve yeterliliğin düzeyidir.

Fiziksel refah; insan vücudunun korunarak sağlıklı bir yaşamın sürdürülmesi ile ilişkilidir.

Sosyal refah; ailede ve iş yaşamında bireylerarası ilişkilerdeki günlük etkileşimler ile örselemiş olan ailenin, sosyal ihtiyaçları ile ilişkilidir.

Duygusal refah; bireylerin kendilerine, diğer insanlara ve genel olarak yaşama ilişkin düşüncelerini ve değerlendirmelerini içermektedir.

Refahın çevresel, politik ve manevi boyutları olduğu da belirtilmektedir.

Çevresel refah ,çevre kalitesi ve doğal kaynakların sorumlu ve bilinçli kullanımı ile yakından ilişkilidir.

Politik refah, bireyin ve ailenin güç duygusunu yansıtmakta, hükümetin politik faaliyetlerinden çok, moral ve etik özgürlük esasına dayanmaktadır.

Manevi refah, sevgi, barış, umut, güven, tatmin, birlik ve topluluk olarak yaşama gibi duyguları içermektedir (McGregor ve Goldsmith 1998, Gönen ve Özmete 1999,Goldsmith 2000).

Brown (1993) ise dört boyutta ele alınan refahı, iki genel kategori içinde irdelemektedir. Bunlar;

- Aile kaynaklarının verimli yönetimi ile ilişkili olan ekonomik ve fiziksel refah (nesnel refah),

- Aile bireyleri arasındaki ilişkileri ve her aile üyesinin bireysel ve entelektüel gelişimini içeren sosyal ve psikolojik refah (öznel refah) tır.

Toplumun sosyal ve ekonomik yapısını irdelemek, refah düzeyini belirlemek amacı ile 1970'li yıllardan bu yana gerçekleştirilen araştırmalarda, bebek ölümleri, göç, yaşam beklentisi, ekonomik büyüme, teknolojik gelişme ve teknolojinin yaygın kullanımı, üretim kapasitesinin gelişmesi gibi makro ve nesnel ölçümler yer almıştır.

Yaşamın nesnel ve öznel koşulları arasındaki ilişkinin, bireylerin yaşam deneyimlerinin, yaşam koşullarına ilişkin algı, düşünce ve beklentilerinin belirlenmesi refah araştırmalarında ulaşılabilecek önemli bir noktadır. Çünkü, nesnel yaşam koşulları bireylere olumlu ve tatmin edici yaşam deneyimleri kazandırarak ,yaşamlarını öznel olarak değerlendirmelerini sağlamaktadır (Andrews ve Withey 1976, Campbell et al 1976).

öznel refah, bireylerin; kendilerine, diğer insanlara ve genel olarak yaşama ilişkin düşüncelerini ve değerlendirmelerini içerir. Burada amaç, bireylerin yaşamdan duydukları tatmini, hoşnut olunan ve hoşnut olunmayan duygu deneyimlerini ortaya koymaktır. Diğer bir deyişle, yaşam tatmini, yaşamı nitelendirme, yaşamı değerlendirme, yaşamdaki hoş etkiler ve hoş olmayan etkilerin düzeyi öznel refahı oluşturmaktadır. Genel olarak yaşam tatmini; iş, aile, dostluk ve arkadaşlık gibi farklı yaşam alanlarından duyulan tatminin belirlenmesi ile açıklanabilmektedir. Hoş etki (pozitif etki) mutluluk, memnuniyet, dünyanın merkezinde olma, sevinç, neşe, sevgi, övünme gibi olumlu duyguları, hoş olmayan etki (negatif etki) ise, utanma, suçluluk, üzüntü, öfke, endişe, vesvese, yalnızlık ve depresif olma gibi olumsuz duyguları içermektedir (Campbell et al 1976, Moum 1981, Diener 2003 ,Diener ve Diener 2003). Yaşamdaki dengesizlik kararsızlığa, depresyona, umutsuzluğa ve fiziksel rahatsızlıklara yol açarak öznel refahın azalmasına neden olabilmektedir. Bireylerin ya da ailelerin zihinsel (mental)

statüsünü ifade eden öznel refah; hislerin, fikirlerin ,duyarlıkların, izlenimlerin, stabil ve stabil olmayan duyguların aile bireylerinin yaşamını nasıl etkilediği ile ilişkilidir (McGregor ve Goldsmith 2000).

Toplumdaki her bireyin amaçları, değerleri ve ihtiyaçları farklı olduğu için, öznel refah düzeyleri de farklı olabilmektedir. Yapılan araştırmalarda; amaçlarına başarılı bir şekilde ulaşabilen ,değerlerini gerçekleştirebilen ve ihtiyaçlarını en üst düzeyde tatmin edebilen bireylerin, mutlu oldukları ve öznel refah düzeylerinin de yüksek olduğu belirlenmiştir (Diener 2003).

Potansiyellerinin tamamını kullanarak, Maslow'un hiyerarşik olarak belirlediği ihtiyaçların en üst düzeyindeki "kendini gerçekleştirme" ihtiyacını karşılamış olan bireylerin öznel refah açısından da üst düzeye ulaştıkları açıklanmaktadır. Bu durumda, bireylerin yaşamın anlamını "öğrenme ve gelişme", "bireysel potansiyeli gerçekleştirme", "hoşnutluğu ve üzüntüyü dengeleyebilme", "kendinden hoşnut olma" ya da "mutlu olma" gibi kavramlar ile açıkladıkları ortaya konulmuştur (Heylighen 2003).

Bu araştırma, eşlerin öznel refah düzeylerini belirlemek amacı ile planlanmış ve yürütülmüştür, öznel refah düzeyi; yaşamı nitelendirme, yaşamı değerlendirme, yaşamı dengeleme (olumlu etki - olumsuz etki) gibi belirleyiciler ele alınarak irdelenmiştir.

• 2. Materyal ve Yöntem

Araştırma materyali; Tokat il merkezinde, kamu sektöründe çalışan kadınlar ve eşleri arasından seçilmiştir. Toplam 232 evli çalışan kadından % 50 örnekleme oranı ile örnek saptama yoluna gidilmiş,- 116 kadın ve eşleri araştırma kapsamına alınmıştır. Araştırma verilerinin elde edilmesinde anket tekniği kullanılmış, anketler kadınlar ve eşlerine farklı ortamlarda karşılıklı görüşme yöntemi ile uygulanmıştır. Böylece kadınlar ve eşlerinin soruları yanıtlarken birbirlerini etkilemeden, sorulara daha gerçekçi yanıtlar vermelerine olanak sağlanmıştır.

Araştırma verilerinin toplanmasında kullanılan anket formu konu ile ilgili kaynaklardan ve daha önce

yapılmış bazı araştırmalardan yararlanılarak iki temel bölüm halinde oluşturulmuştur:

Birinci temel bölüm; araştırma kapsamına alınan kadınları ve eşlerini tanıtıcı bilgileri ortaya koymayı amaçlayan soruları içermektedir.

ikinci temel bölümde ise, eşlerin öznel refah düzeylerini belirlemeyi amaçlayan soruların yer aldığı üç alt bölüm bulunmaktadır.

Birinci alt bölümde, eşlerin yaşamlarına ilişkin nitelendirmeleri bir "anlamsal farklılık skalası" kullanılarak irdelenmiştir. Daha önce Campbell ve arkadaşları (1976) ile Moum (1981) tarafından kullanılan ve 1. çok, 2. biraz, 3. kararsızım, 4. biraz, 5. çok şeklinde 5 düzeyli bir ölçeğin yer aldığı bu anlamsal farklılık skalası ile kadınlar ve erkeklerin yaşamlarını birbirine zıt olumlu ve olumsuz sıfatlar ile nitelendirmeleri istenmiştir.

ikinci alt bölümde, kadınlar ve erkeklerin yaşamlarının mükemmel olup olmadığına ilişkin değerlendirilmelerini ortaya koymak amacı ile 6, mükemmel, 5. çok iyi, 4. iyi, 3., pek iyi değil, 2, iyi değil, 1. kötü şeklinde hazırlanan 6 düzeyli bir ölçek kullanılmıştır. Bu alt bölüm, Campbell ve arkadaşları (1976), Andrews ve Withey (1976) ile Moum (1981)'un yaşam tatmini ve yaşam kalitesi araştırmalarında kullandıkları ölçek uyarlanarak, oluşturulmuştur.

üçüncü alt bölümde, kadınlar ve erkekler için yaşamdaki olumlu ya da olumsuz deneyimleri içeren öğeleri ve yaşamdaki dengeyi ortaya koymayı amaçlayan 10 soru yer almaktadır. Daha önce yapılmış araştırmalarda pozitif (olumlu) etki-negatif (olumsuz) etki ya da hoş etki-hoş olmayan etki olarak ifade edilen bu soruların 5'i, yaşamdaki olumlu deneyimleri (Çizelge 3' de 1., 3., 5., 7. ve 9. sorular), 5'i de olumsuz deneyimleri (Çizelge 3' de 2., 4., 6., 8. ve 10. sorular) yansıtmaktadır (Campbell et al 1976, Moum 1981).

Eşlerin yaşamlarını nitelendirmeleri ve yaşamlarını değerlendirilmelerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği t-testi ile araştırılmıştır. Eşlerin yaşamı dengelemeye ilişkin görüşlerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir

farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için de kay-kare testi uygulanmıştır.

3. BULGULAR

3.1. Aileleri Tanıtıcı Bulgular

Araştırma kapsamına alınan ailelerin büyük çoğunluğu (% 94.00) çekirdek ailedir ve ortalama aile büyüklüğü 3 (3.5 0.129) olarak belirlenmiştir. Eşlerin evlilik süresi ortalama 10 (10.09 0.579) yıldır. Kadınların ortalama 33 (32.95 0.543) yaşında, % 60.34'ünün lise, % 32.76'sının yüksekokul ya da fakülte mezunu oldukları bulunmuştur. Erkeklerin ortalama yaşı 35 (35.47 0.556) dir ve yarısından fazlası (% 55.17) yüksekokul ya da fakülte mezunudur. Erkeklerin % 54.31'inin memur olarak çalıştıkları saptanmıştır. Ailedeki çocuk sayısı 1-3 arasında değişmektedir. Çocukların ortalama yaşı 12 (12.00 0.840) dir.

3.2. öznel Refah

Kadınlar ve erkeklerin öznel refah düzeylerine ilişkin değerlendirmeleri yaşamı nitelendirme, yaşamı değerlendirme ve yaşamı dengeleme başlıkları altında incelenmiş, elde edilen bulguların cinsiyete göre dağılımı verilmiştir.

3.2.1. Yaşamı nitelendirme

Bu bölümde, eşler yaşamlarını "değerli-değersiz", "aktif-pasif", "kolay-zor", "mutlu-mutsuz", "ilgi çekici-sıkıcı" gibi birbirine tamamen zıt sıfatlar ile nitelendirmektedirler (Çizelge 1).

Eşler, yaşamlarını çok değerli (% 71.56), çok mutlu (% 66.81), çok anlamlı (% 62.07) ve çok rahat (% 58.62) olarak nitelendirmektedirler. Eşler yaşamlarını çok düzenli bulmakta (% 56.47) ve yaşamda kendilerini yalnız hissetmemektedirler (% 55.61) . Yaşamlarını biraz hoş (% 43.54) ve biraz eğlenceli (% 43.10) bulan eşlerin oranı yaklaşık aynıdır. Yaşamlarını biraz aktif (% 39.22), biraz esnek (% 37.07), biraz tatmin edici (% 37.07), biraz mükemmel

(% 36.64) olarak karakterize eden eşlerin oranı yüksek değildir. Bazı eşler ise yaşamlarını biraz tek düze (% 28.02), biraz zor (% 16.38), biraz sıkıcı (% 13.79) ve biraz hayal kırıklıkları ile dolu (% 10.34) olarak tanımlamışlardır.

Erkekler yaşamlarını kadınlara göre daha ilgi çekici ve esnek olarak nitelermekte ve yaşamlarında kendilerini yalnız hissetmediklerini belirtmektedirler ($P<0.05$). Buna karşın kadınlar yaşamlarını erkeklere göre daha değerli bulmaktadırlar ($P<0.05$) (Çizelge 1).

3.2.2. Yaşamı değerlendirme

Eşlerin yaşamlarının mükemmel olup olmadığına ilişkin değerlendirmeleri Çizelge 2'de verilmiştir.

Eşler yaşamlarını iyi olarak değerlendirmektedirler (% 51.29). Yaşamlarını çok iyi olarak değerlendiren eşlerin oranı % 24.14, mükemmel olarak değerlendirenlerin oranı ise % 16.81'dir.

Kadınlar ve erkeklerin yaşamlarının mükemmel olup olmadığına ilişkin değerlendirmeleri, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

3.2.3. Yaşamı dengeleme

Etki dengesi olarak da ifade edilen "yaşamı dengeleme" öznel refahın belirleyicilerinden biridir. Olumlu ya da olumsuz duygu, düşünce ve deneyimlerden oluşan etki dengesi bir anlamda yaşamdaki tatmini ve tatminsizliği ya da mutluluğu ve mutsuzluğu, zihinsel ve entelektüel durumu da ortaya koymaktadır (Campbell et al 1976, Moum 1981).

Bu bölümde öznel refahın yaşamı dengeleme boyutunu betimlemek amacı ile olumlu (1., 3., 5., 7. ve 9. cümleler) ve olumsuz (2.,4.,6.,8.,10. Cümleler) duygu, düşünce ve deneyimler (etkiler) kullanılmıştır ve yaşam akışı içinde sıklıkla rastlanabilecek durumlara gösterilen tepkiler hem kadının hem de erkeğin

bakış açısı ile ele alınmıştır (Çizelge 3).

Eşlerin çoğunlukla başarılı olduklarında kendilerini iyi (% 98.71) ve bazı şeylere karşı daha ilgili ve heyecanlı hissettikleri (% 93.11), kendilerini sıkıntılı hissetmedikleri (% 90.52), ancak uzun süre dinlenmediklerinde kendilerini huzursuz hissettikleri (% 83.19) belirlenmiştir. Eşler kendilerini dünyanın merkezinde hissetmemektedirler (% 82.33).

Eşler, kendilerini yalnız ve insanlardan uzak hissetmemekte, (% 81.04) ve insanlar övgüde bulunduğu da kendileri ile gurur duymaktadırlar (% 70.69). Ayrıca eşlerin, çevrelerindeki bireylerin kendilerini eleştirmelerine kızmadıkları (% 68.53) ve kendilerini mutsuz ya da depresif hissetmedikleri (% 62.07) anlaşılmaktadır. Ancak eşlerin yarısı (% 50.43) işlerin yolunda gitmediğini düşünmektedirler.

Eşlerin kendilerini yalnız ve insanlardan uzak hissetme ($P<0.01$), uzun süre dinlenmediklerinde kendilerini huzursuz hissetme ($P<0.01$), insanlar övgüde bulduklarında kendileri ile gurur duyma ($P<0.01$), bazı şeylere karşı kendilerini daha ilgili ve heyecanlı hissetme ($P<0.05$), kendilerini depresif ya da mutsuz hissetme ($P<0.01$) durumları ve işlerin yolunda olup olmadığına ilişkin düşüncelerinin ($P<0.05$) cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir (Çizelge 3).

4. SONUÇ VE TARTIŞMA

Eşlerin öznel refah düzeylerini belirlemek amacı ile planlanan ve yürütülen bu araştırmada;

- Erkeklerin yaşamlarını kadınlara göre daha ilgi çekici ve esnek buldukları ve yaşamda kendilerini yalnız hissetmedikleri ($P<0.05$),
- Kadınların ise yaşamlarını erkeklere göre daha değerli buldukları ($P<0.05$),
- Eşlerin yaşamlarını iyi olarak değerlendirdikleri (% 51.29),
- Eşlerin kendilerini yalnız ve insanlardan uzak hissetme, uzun süre dinlenmediklerinde kendilerini

Çizelge 3. Eşlerin yaşamı dengelemeye ilişkin görüşleri ve cinsiyete göre dağılımı

Yaşamı dengeleme	Cinsiyet	Evet		Hayır		Toplam	
		Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Başarılı olduğunuzda kendinizi iyi hissedersiniz? $X^2= 0.3377$ Sd= 1 P>0.05	Kadın	115	99.14	1	0.86	116	100.00
	Erkek	114	98.28	2	1.76	116	100.00
	Toplam	229	98.71	3	1.29	232	100.00
Kendinizi yalnız ve insanlardan uzak hissedersiniz? $X^2= 9.0870$ Sd= 1 P<0.01	Kadın	31	26.73	85	73.27	116	100.00
	Erkek	13	11.21	103	88.79	116	100.00
	Toplam	44	18.96	188	81.04	232	100.00
İşlerin yolunda gittiği kanısında mısınız? $X^2= 4.9831$ Sd= 1 P<0.05	Kadın	66	56.90	50	43.10	116	100.00
	Erkek	49	42.24	67	57.76	116	100.00
	Toplam	115	49.57	117	50.43	232	100.00
Çevrenizdeki bireylerin sizi eleştirmesine kızarsınız? $X^2=0.1799$ Sd= 1 P>0.05	Kadın	38	32.76	78	67.24	116	100.00
	Erkek	35	30.17	81	69.83	116	100.00
	Toplam	73	31.47	159	68.53	232	100.00
Kendinizi dünyanın merkezinde hissedersiniz? $X^2= 0.7406$ Sd= 1 P>0.05	Kadın	18	15.52	98	84.48	116	100.00
	Erkek	23	19.83	93	80.17	116	100.00
	Toplam	41	17.67	191	82.33	232	100.00
Uzun süre dinlenmediğiniz de kendinizi huzursuz hissedersiniz? $X^2= 8.9077$ Sd= 1 P<0.01	Kadın	105	90.52	11	9.48	116	100.00
	Erkek	88	75.86	28	24.14	116	100.00
	Toplam	193	83.19	39	16.81	232	100.00
İnsanlar övgüde bulunduğunda kendinizle gurur duyarsınız? $X^2= 24.0488$ Sd= 1 P<0.01	Kadın	99	85.35	17	14.65	116	100.00
	Erkek	65	56.03	51	43.97	116	100.00
	Toplam	164	70.69	68	29.31	232	100.00
Kendinizi sıkıntılı hissedersiniz? $X^2= 3.2138$ Sd= 1 P>0.05	Kadın	109	6.03	7	93.97	116	100.00
	Erkek	101	12.93	15	87.07	116	100.00
	Toplam	210	9.48	22	90.52	232	100.00
Bazı sevlere karşı kendinizi daha ilgili ve heyecanlı hissedersiniz? $X^2= 4.2963$ Sd= 1 P<0.05	Kadın	112	96.55	4	3.48	116	100.00
	Erkek	104	89.65	12	10.35	116	100.00
	Toplam	216	93.11	16	6.89	232	100.00
Kendinizi depresif ya da mutsuz hissedersiniz? $X^2= 10.5454$ Sd= 1 P<0.01	Kadın	56	48.27	60	51.73	116	100.00
	Erkek	32	27.59	84	72.41	116	100.00
	Toplam	88	37.93	144	62.07	232	100.00

huzursuz hissetme, insanlar övgüde bulduklarında kendileri ile gurur duyma, bazı şeylere karşı kendilerini daima ilgili ve heyecanlı hissetme, kendilerini depresif ya da mutsuz hissetme durumları ve işlerin yolunda olup olmadığına ilişkin düşüncelerinin cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık gösterdiği (P<0.01, P<0.05) belirlenmiştir.

• Bu sonuçlara benzer olarak Moum (1981)'da, bireylerin kendilerini hiç yalnız hissetmediklerini (% 50), çok aktif (% 34), çok mutlu (% 32) olduklarını ve yaşamlarını çok tatmin edici (% 31) bulduklarını saptamıştır. Ancak yaşamlarını esnek değil (% 40) ve zor (% 24) olarak niteleyen bireylerin oranını yüksek olarak belirlemiştir. Aynı araştırmada, bireylerin

Çizelge 1. Eşlerin yaşamlarını nitelermeleri ve cinsiyete göre dağılımı

Yaşamım;	Cinsiyet	Çok		Biraz		Kararsızım		Biraz		Çok		Toplam		Yaşamım;	X	S	Sd	t
		Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%					
Değişiklik dolu	Kadın	28	24.14	24	20.69	12	10.34	34	29.31	18	15.52	116	100.00	Tek düze	3.07	1.45	230	1.47
	Erkek	33	28.45	28	24.14	12	10.34	31	26.73	12	10.34	116	100.00					
	Toplam	61	26.29	52	22.41	24	10.34	65	28.02	30	12.94	232	100.00					
Tatmin edici	Kadın	33	28.45	39	33.62	19	16.38	12	10.34	13	11.21	116	100.00	Tatmin edici değil	3.61	1.30	230	0.52
	Erkek	32	27.59	47	40.51	15	12.93	14	12.07	8	6.90	116	100.00					
	Toplam	65	28.02	86	37.07	34	14.65	26	11.21	21	9.05	232	100.00					
İlgi çekici	Kadın	23	19.83	35	30.17	29	25.00	14	12.07	15	12.93	116	100.00	Sıkıcı	3.28	1.27	230	2.24*
	Erkek	34	29.31	37	31.90	21	18.10	18	15.52	6	5.17	116	100.00					
	Toplam	57	24.57	72	31.04	50	21.55	32	13.79	21	9.05	232	100.00					
Yalnız değil	Kadın	62	53.45	36	31.04	7	6.03	2	1.72	9	7.76	116	100.00	Yalnız	4.21	1.15	230	1.98*
	Erkek	67	57.76	36	31.04	12	10.34	1	0.86	-	-	116	100.00					
	Toplam	129	55.61	72	31.04	19	8.18	3	1.29	9	3.88	232	100.00					
Düzenli	Kadın	73	62.92	33	28.45	4	3.45	3	2.59	3	2.59	116	100.00	Düzensiz	4.47	0.89	230	1.66
	Erkek	58	50.00	43	37.07	5	4.31	9	7.76	1	0.86	116	100.00					
	Toplam	131	56.47	76	32.76	9	3.88	12	5.17	4	1.72	232	100.00					
Değerli	Kadın	91	78.45	20	17.24	4	3.45	1	0.86	-	-	116	100.00	Değersiz	4.73	0.56	230	2.16*
	Erkek	75	64.66	31	26.72	8	6.90	2	1.72	-	-	116	100.00					
	Toplam	166	71.56	51	21.98	12	5.17	3	1.29	-	-	232	100.00					
Mutlu	Kadın	76	65.52	32	27.59	5	4.31	2	1.72	1	0.86	116	100.00	Mutsuz	4.56	0.74	230	0.57
	Erkek	79	68.11	31	26.72	4	3.45	2	1.72	-	-	116	100.00					
	Toplam	155	66.81	63	27.15	9	3.88	4	1.72	1	0.44	232	100.00					
Rahat	Kadın	64	55.17	35	30.17	9	7.76	5	4.31	3	2.59	116	100.00	Rahatsız	4.31	0.97	230	0.99
	Erkek	72	62.07	32	27.59	6	5.17	4	3.45	2	1.72	116	100.00					
	Toplam	136	58.62	67	28.89	15	6.46	9	3.88	5	2.15	232	100.00					
Anlamlı	Kadın	70	60.35	31	26.73	12	10.34	2	1.72	1	0.86	116	100.00	Anlamsız	4.45	0.81	230	1.04
	Erkek	74	63.80	35	30.17	5	4.31	1	0.86	1	0.86	116	100.00					
	Toplam	144	62.07	66	28.45	17	7.33	3	1.29	2	0.86	232	100.00					
Mükemmel	Kadın	53	45.69	42	36.21	16	13.79	5	4.31	-	-	116	100.00	Çekilmez	4.22	0.86	230	0.61
	Erkek	48	41.38	43	37.07	20	17.24	5	4.31	-	-	116	100.00					
	Toplam	101	43.53	85	36.64	36	15.52	10	4.31	-	-	232	100.00					

*p< 0.05

Çizelge 1. (Devam) Eşlerin yaşamlarını nitelemeleri ve cinsiyete göre dağılımı

Yaşamım;	Cinsiyet	Çok		Biraz		Kararsızım		Biraz		Çok		Toplam		Yaşamım;	X	S	Sd	î
		Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%					
Esnek	Kadın	39	33.62	33	28.45	22	18.97	12	10.34	10	8.62	116	100.00	Esnek değil	3.68	1.28	230	2.38* j
	Erkek	39	33.62	53	45.69	19	13.79	4	3.45	4	3.45	116	100.00		4.03	0.97		
	Toplam	78	33.62	86	37.07	38	16.39	16	6.89	14	6.03	232	100.00		3.85			
Ödüllendirilmiş	Kadın	37	31.90	34	29.31	28	24.14	12	10.34	5	4.31	116	100.00	Hayal kırıklıkları ile dolu	3.74	1.14	230	1.53
	Erkek	28	24.14	31	26.72	37	31.90	12	10.34	8	6.90	116	100.00		3.51	1.17		
	Toplam	65	28.02	65	28.02	65	28.02	24	10.34	13	5.60	232	100.00		3.62			
Eğlenceli	Kadın	36	31.03	46	39.66	24	20.69	6	5.17	4	3.45	116	100.00	Üzgün	3.90	1.01	230	0.68
	Erkek	26	22.41	54	46.56	26	22.41	8	6.90	2	1.72	116	100.00		3.81	0.92		
	Toplam	62	26.73	100	43.10	50	21.55	14	6.03	6	2.59	232	100.00		3.85			
Hoş (zevkli)	Kadın	41	35.34	49	42.24	17	14.66	6	5.17	3	2.59	116	100.00	Bezginlik verici	4.03	0.97	230	0.85 i
	Erkek	32	27.59	52	44.83	23	19.83	9	7.76	-	-	116	100.00		3.92	0.89		
	• Toplam	73	31.47	101	43.54	40	17.24	15	6.46	3	1.29	232	100.00		3.97			
Aktif	Kadın	41	35.35	43	37.07	16	13.79	10	8.62	6	5.17	116	100.00	Pasif	3.89	1.14	230	0.92
	Erkek	42	36.21	48	41.38	14	12.07	10	8.62	2	1.72	116	100.00		4.02	1.00		
	Toplam	83	35.78	91	39.22	30	12.93	20	8.62	8	3.45	232	100.00		3.95			
Kolay	Kadın	33	28.45	26	22.42	21	18.10	21	18.10	15	12.93	116	100.00	Zor	3.37	1.40	230	1.56
	Erkek	26	22.41	46	39.66	22	18.97	17	14.65	5	4.31	116	100.00		3.63	1.11		
	Toplam	59	25.43	72	31.03	43	18.54	38	16.38	20	8.62	232	100.00		3.50			

*p< 0.05

Çizelge 2. Eşlerin yaşamlarını değerlendirmeleri ve cinsiyete göre dağılımı

Yaşamım;	Cinsiyet	Mükemmel		Çok iyi		iyi		Pek iyi değil		iyi değil		Kötü		Toplam		X	S	Sd	î
		Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%				
Yaşamım;	Kadın	25	21.55	26	22.41	56	48.28	8	6.90	1		-	-	116	100.00	4.55	0.93	230	1.22
	Erkek	14	12.07	30	25.86	63	54.31	17	7.76	1	0.86			116	100.00	4.41	0.79		
	Toplam	39	16.81	56	24.14	119	51.29		7.32					232	100.00	3.49			

yaşamlarını çok iyi (% 50) ve iyi (% 38) olarak değerlendirdikleri de ortaya konulmuştur.

• Moun (1981) bu araştırmada elde edilen bulguların aksine bireylerin % 63'ünün kendilerini dünyanın merkezinde hissettiklerini, % 58'inin ise işlerin yolunda gittiği kanısında olduklarını belirtmiştir.

• Bu noktada, ailelerin yaşamdan duydukları tatminin artmasında ve öznel refah düzeylerinin yükselmesinde bazı düzenlemelere ihtiyaç duyulduğu açıktır. Bunun için;

• Ailelerin yaşamdan duydukları tatminin artması ve öznel refah düzeylerinin yükselmesi için aile yaşamı eğitimi aracılığı ile cinsiyete özgü geleneksel ve kültürel farklılıkların ortadan kaldırılması,

• ülkedeki gelir dağılımı düzenlenerek, eğitim ve sağlık hizmetleri yaygınlaştırılarak toplumdaki her bireyin yüksek yaşam standardına sahip olmalarının sağlanması, böylece ailelerin nesnel yaşam koşullarının düzeltilmesi ve bu koşullardan duyulan tatminin artması önerilebilir.

• Ayrıca bundan sonra yapılacak olan refah ve yaşam kalitesi ölçümlerinde öznel belirleyicilerin dikkate alınması, bireylerin, ailelerin ve toplumun refah düzeyinin belirlenmesi ve yükseltilmesi amacı ile planlanan projelerin sağlıklı bir şekilde yürütülmesinde önemli bir adım olabilir.

Kaynaklar

1. Abdel-Ghany, M., 1977. Quality of life from the perspective of the elderly. **Home Economics Research Journal**. 6(1): 38-47.
2. Andrews, F.M., Withey, S.B., 1976. **Social Indicators of Well-Being Americans' Perceptions of Life Quality**. Plenum Press, New York.
3. Brown, M.M., 1993. **Philosophical Studies of Home Economics in the United States: Basic Ideas by Which Home Economists Understand Themselves**. East Lansing, MI: Michigan State University, USA.
4. Campbell, A., Converse, P.E., Rodgers, W.L., 1976. **The Quality of American Life: Perceptions, Evaluations and Satisfaction**. Russell Sage Foundation, New York, USA.

5. Diener, E., 2003. **Recent Findings on Subjective Well-Being**. On-Line Erişim:<http://www.psych.uiuc.edu>. 04.12.2003.

6. Diener, E., Diener, R.B., 2003. **New Directions in Subjective Well-Being Research: The Cutting Edge**. On-Line Erişim:<http://www.spsych.uiuc.edu>. 04.12.2003.

7. FAO, 1990. Rural Households and Resource Allocation for Development: An Ecosystem Perspective. İn: **Food and Agriculture Organization of the United Nations**. Ed. By: L.E. Enberg. Rome.

8. Goldsmith, E.B., 2000. **Resource Management for Individuals and Families**. Wadsworth, Thomson Learning Inc., USA.

9. Gönen, E., Özmete, E., 1999. Yaşam kalitesi, yaşam standardı ve refah kavramlarına yaklaşımlar. **Verimlilik Dergisi**: 4, Ankara.

10. Heylighen, F., 2003. **What is the Meaning of Life?** On-Line Erişim:<http://www.pespmc1.vub.ac.be>. 04.12.2003.

11. McGregor, S.L., Goldsmith, E.B., 1998. Expanding our understanding of quality of life, Standard of living and well-being. **Journal of Family and Consumer Sciences**. 90(2).

12. Moun, T., 1981. Quality of Life: Problems of Assessment and Measurement. **Socio-Ekonomik Studies**: 5, Unesco.

13. Rice, A.S., Tucker, S.M., 1986. **Family Life Management**. Mcmillan Pub. Comp., New York, USA.