



MAKALE HAKKINDA

Geliş:

TEMMUZ 2017

Kabul:

AĞUSTOS 2017

ÜNİVERSİTE 1. VE 4. SINIFA DEVAM EDEN ÖĞRENCİLERİN YAŞAM DOYUMLARININ İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF THE LIFE SATISFACTIONS OF FIRST AND FOURTH GRADE UNIVERSITY STUDENTS

Sevda POLAT^a

Öz

Araştırmanın amacı, üniversite birinci ve dördüncü sınıf öğrencilerinin yaşam doyumları arasındaki farklılığı ve yaşam doyumlarına etki eden faktörleri incelemektir. Çalışma grubunu; 90 birinci sınıf öğrencisi ve 67 dördüncü sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma, betimleyici desende olup kesitsel bir araştırmadır. Veriler, “Öğrenci Bilgi Formu” ve “Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ)” ile toplanmıştır. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerde; ortalama, sayı, yüzde vb. ve diğer analizlerde t testi, Mann Whitney U Testi ve Ki kare Testi kullanılmıştır. Öğrencilerin YDÖ puan ortalaması 1. Sınıflarda $22,27 \pm 6,22$, 4. Sınıflarda $21,14 \pm 6,5$ olarak bulunmuştur ve istatistiksel analizde iki ortalama arasındaki farkın anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($t=1.093$ $p>0.05$). 1. Sınıfa devam eden öğrencilerin anne baba tutumlarına göre YDÖ puan ortalamalarına bakıldığında demokratik tutum olarak değerlendiren öğrencilerin daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür ($p<0,05$). 1.sınıf ve dördüncü sınıf öğrencilerinin YDÖ puan ortalamalarına göre kendini yalnız hissetmeyen öğrencilerin YDÖ puan ortalamasının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Anahtar Sözcükler: Üniversite Öğrencisi; Yaşam Doyumu, Öznel İyi Oluş, Pozitif Psikoloji.

ABSTRACT

The purpose of the research is to analyse the differences between the life satisfactions of first and fourth grade university students and factors that affecting their life satisfactions. The studied group consists of 90 first-year students and 67 fourth-year students. The research has descriptive model and it is a cross-sectional study. The datas were collected by “Student Information Form” and “Satisfaction with Life Scale”. In analysis of the datas; average, number, percentage, etc. were used in the descriptive statistics and it has benefited from T Test, Mann Whitney U Test and Chi Square Test in other the analyzes. The SWLS (Satisfaction with Life Scale) average score of the students was found as $22,27 \pm 6,22$ in the first classes and $21,14 \pm 6,5$ in the fourth class students and it was determined that differences were not meaningful in statistical analysis between the two averages. ($t=1.093$ $p>0.05$). According to the parents’ attitudes of the students who continue to first class, students who defined as ‘have democratic attitudes’ have been seen to be obtain more higher averages when looking to the SWLS score averages ($p<0,05$). According to the SWLS average scores of first and fourth grade students, it was found that the students who do not feel lonely themselves had a significantly higher SWLS score averages.

Keywords: University Student; Life Satisfaction, Subjective Well-Being, Positive Psychology

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı’nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

GİRİŞ

Yaşamın amacı nedir?, Mutlu olmak, yaşam amacımızın içinde ne kadar yer alır? ve Nasıl mutlu oluruz? İnsanın var olduğu süreçten bu yana sorulagelen soruların başında yer almaktadır. Yaşam boyunca insan, mutluluğun yanı sıra hüznün, keder gibi olumsuz duyguları da yaşamaktadır. Günlük yaşamlarında insanların iç dünyalarında iyi ve mutlu olup olmadıklarını sorguladıkları veya yargıda bulundukları bilinmektedir. (Diener, 1984; Diener ve Suh, 2000; Diener, Suh ve Oishi, 1997). Bu önemli soruları araştırmaya, psikologlar ve diğer sosyal bilimciler öncelikle olumsuz olanlara cevap arayarak başlamışlardır. Bu olumsuzluklar bireylerin psikolojik durumlarında ya da mutluluk hislerinde değişimlere yol açabilen maddi ya da manevi değişimler olabilir (Yetim, 2001). Genel olarak, literatüre uzun zamandır, mutsuz bireylerin özelliklerini ve birbiriyle ilişkilerini araştıran araştırmalar hakimdir. Her ne kadar son on yılda mutlu bireyleri inceleyen yeni çalışmalar hızlansa da, çok mutlu olmanın getirdiği faydalar üzerinde yoğunlaşmaya çalışan araştırmaların azlığı devam etmektedir. Çok mutlu olan gençlerin incelenmesi ile yapılan güncel araştırmalar çok azdır (Proctor, C., Linley, P. A., ve Maltby, J., 2010). Buradan yola çıkarak psikoloji biliminin “normal” insanın daha iyi ve daha mutlu yaşamasını hedef alması gerektiğine vurgu yapan pozitif psikoloji insanların güçlü yönlerine odaklanmıştır (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). Pozitif psikoloji sadece patolojik ve olumsuz durumlarla ilgilenmek yerine, insanların yaşamını daha anlamlı ve verimli kılmak ve insanların potansiyelini açığa çıkarmak ile ilgilenmektedir (Luthans ve Youssef, 2004). Pozitif psikolojinin hareket noktası olan soru “Bir birey olarak nasıl daha mutlu ve daha başarılı olabilirim”dir (Ohkay, 2006). Pozitif psikoloji birey, grup ve kurumların işleyişi ve gelişimine katkı sağlayan süreç ve koşulların incelenmesidir (Gable ve Haidt, 2005). Pozitif psikoloji normal bir bireyin nasıl olması gerektiğini, bu bireyde olumlu yanların neler olduğunu ve neyin

geliştirilebilir olduğunu bulmaya çalışmaktadır (Luthans ve ark., 2007).

Diener ve meslektaşları mutluluğu tanımlamak için öznel iyi oluş kavramının yapısına odaklanmışlardır. Öznel iyi oluş, duygusal bileşeni olan olumlu ve olumsuz duygusal deneyimler ve bilişsel bileşeni olan yaşam doyumundan oluşmaktadır (Diener vd., 2009). Yaşam doyum kavramı mutluluk ve öznel iyilik ile eş anlamlı kullanılsa da onlardan daha farklıdır. Mutluluk da nesnel iyilik söz konusu, yaşam doyumunda öznel yargı söz konusudur (Veenhoven, 1996). Öznel iyi oluş hem yaşam doyumunu hem de mutluluğu içine alan geniş bir kavram olarak değerlendirilir (Eid ve Diener, 2004). Hem insanlığın hem de araştırmacıların ilgisini çeken bir konu olan yaşam doyum kavramı (Deniz ve Yılmaz, 2004) ilk kez 1961 yılında Neugarten tarafından ortaya atılmıştır (Vara, 1999). Öncelikle doyumun tanımına bakarsak; doyum, beklentilerin, gereksinimlerin, istek ve dileklerin karşılanmasıdır (Neugarten diğ. 1961). Neugarten (1961)’e göre yaşam doyum; bir insanın beklentileriyle elinde olanları karşılaştırmasıyla elde edilen durum ya da sonuçtur ve kişinin hayatına yönelik amaçlarına erişmesindeki bilişsel değerlendirmelerden oluşmaktadır (Binay, 2005; Köker, 1991; Vara, 1999; Pavot ve Diener, 1993). Peterson ve arkadaşlarına (2005) göre yaşam doyumunun üç boyutu bulunmaktadır; yaşamdan haz alma, yaşamda anlam bulma ve bir durum, kişi ya da yaşantıya bağlanmadır. Öznel iyi oluşun, duygusal bileşeni olan olumlu ve olumsuz duygusal deneyimlerin sıkça dalgalanmaya maruz kaldığı düşünülürken, yaşam doyumunu yaşam koşullarındaki değişikliklerden etkilenmek için yeterince hassas olsa da zaman içinde daha istikrarlı görünmektedir (Chappel, A. M., Suldo, S. M., ve Ogg, J. A. (2014)). Bireyin genel yaşam doyum tepkisi; bireyin kendi hakkındaki fikri, yaşam biçimi ve kendisiyle ilgili yargıları ile tutarlıdır. Dolayısıyla, yaşam doyum tepkileri göreceli de olsa tutarlıdır. Öznel iyi olmanın olumlu ve olumsuz duygu boyutlarından farklı olarak yaşam doyum tepkisi genel olarak bir süreç

* Bu çalışma, II. Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı’nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

değerlendirmesini içermektedir (Yetim, 2001). Bireyin yaşantısının geçmişe ait değerlendirmeleri değişime uğrayabildiğinden, geleceğe ait değerlendirmeleri farklı zamanlarda değişiklik gösterdiğinden (Ehrhardt, Saris ve Veenhoven, 2000) yaşam boyunca yapılan tüm ölçümlerde farklı sonuçlar çıkabilir. Bundan ötürü en gerçekçi değerlendirmeler şuan ki zamanla ilgili olanlardır (Ehrhardt, Saris ve Veenhoven, 2000). Araştırmalar, çocukluk ve ergenlik döneminde yüksek öznel iyi oluşun, üstün fiziksel sağlık, sosyal ilişkiler ve akademik başarı dahil olmak üzere pek çok olumlu durumla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Suldo vd., 2011). Ayrıca yüksek yaşam doyumu, stresli yaşam olaylarına maruz kalan ergenlerin davranış problemleri geliştirmelerine engel olur (Suldo ve Huebner 2004). Sonuç olarak; öznel iyi oluş düzeyi yüksek olan bireylerde hem yaşam doyumu daha fazla hem de olumlu duygular olumsuz duygulara göre daha fazla yaşanmaktadır (Suldo ve Huebner, 2006). Literatürde yaşam doyumu puanları mutluluk veya mutsuzluğun bir göstergesi olarak kullanılmıştır (Proctor vd., 2010). Pozitif öznel iyi olma özelliğine sahip bireyler de, yüksek yaşam seviyesi tatminlerinin yanısıra çoklu yaşam alanlarında (örneğin, evlilik, gelir, fiziksel sağlık) memnuniyet, olumlu duygular, artmış zihinsel sağlık ve daha uzun ömür ile ilişkilendirilmektedir (Lyubomirsky ve ark., 2005). Gerçekten de kesitsel, uzunlamasına ve deneysel veriler, refah ve mutluluğun çeşitli kişisel, davranışsal, psikolojik ve sosyal sonuçlarla ilişkisi olduğunu (Lyubomirsky ve ark. 2005), düşük yaşam doyumu ve / veya mutsuzluğun ise , depresyon ve psikolojik bozukluğun başlangıcını öngörebilmektedir (Lewinsohn ve diğerleri 1991). Flanagan (1978) ekonomik olarak güçlü olmak, fiziksel yönden güzel olmak, bir çocuğa sahip olmak ve onu yetiştirmek, eş ve diğer yakınlarla iyi ilişkilere sahip olma, sosyal ve siyasal etkinlikler, eğlence etkinlikleri, kişisel gelişim için uğraşı gibi faaliyetleri yaşam doyumuyla ilişkili görmektedir (Akt. Rojas, 2006). Day (1987) yaşam doyumunu sosyal etkinlik, aile hayatı, çalışma hayatı, dayanıklı ve nitelikli eşyalara

sahip olmak, sağlıklı olmak, yaşanan ülkenin durumu, ruhsal yaşam gibi faktörlerle bir arada değerlendirmektedir.

Ergenlik döneminde yaşam doyumu önemli bir psikolojik değişkenliğe sahiptir (Leung ve Leung, 1992). Yaşam doyumu ergenlikte, beden imgesi ve pozitif benlik algısı değerlendirmeleri gibi kişisel ve de çevresel faktörlerden etkilenir (Dew ve Huebner, 1994). Ergenlikte iş, toplum ve ilişkilerden ortaya çıkan güç psikolojik açıdan öneme sahiptir (Bradley ve Crownny, 2004). Kritik ve önemli bir dönem olan ergenlik dönemi, ergenin kim olduğunu sorguladığı, değişen bedenine uyum sağlamaya çalıştığı bu dönemde, mevcut yaşamından memnun olmaması durumu, problemler yaşamasına yol açabilmektedir (Mcknight, Huebner ve Suldo, 2002). Tüm bu literatürden yola çıkılarak bu çalışmada; yeni bir yaşam dönemine gelmiş olan üniversite birinci sınıf öğrencilerinin yeni sosyal ilişkiler ve farklı bir yaşam alanına girmeleriyle ve dördüncü sınıfa gelmiş yeni bir yaşam alanına geçiş sağlayacak olan öğrencilerin yaşam doyumları üzerinde ortaya çıkabilecek farklılıkları incelemek amaçlanmıştır. Bu farklılıklara sebep olabilecek faktörler ele alınmıştır.

Yöntem

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu; Hacettepe Üniversitesi ve Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Çocuk Gelişimi Bölümü 90 birinci sınıf öğrencisi ve 67 dördüncü sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine/ bağımsız değişkenlere göre sayısal dağılımı Çizelge 1’de sunulmuştur.

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı’nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

Çizelge 1.Üniversite birinci sınıf ve dördüncü sınıf öğrencilerinin tanıtıcı özelliklerine/ bağımsız değişkenlere göre sayısal dağılımı

Tanıtıcı Özellikler		1. Sınıf		4. Sınıf	
		N	Yüzde	N	Yüzde
Yaş Grubu	21 Ve Altı	83	92.2	29	44.6
	21 Üstü	5	5.6	36	55.4
Cinsiyet	Kadın	83	92.2	64	98.5
	Erkek	7	7.8	1	1.5
İnternet Amaç	Sosyal Medya	56	62.2	32	49.2
	Sohbet/Chat	13	14.4	7	10.8
	Ders Çalışmak/Ödev Hazırlamak	3	3.3	11	16.9
	Haber, Dergi Vb. Okuma	3	3.3	1	1.5
	Video, Müzik, Film İndirme İzleme	10	11.1	9	13.8
Gelir Düzeyi	1-1.200 TL	31	34.4	26	40.0
	1.201-2.500 TL	30	33.3	19	29.2
	2.501 Ve Üstü	24	26.7	20	30.8
	Otoriter	16	17.8	12	18.5
	Demokratik	52	57.8	43	66.2
Anne Baba Tutumu	Aşırı Korumacı	20	22.2	8	12.3
	İlgisiz	1	1.1	2	3.1
Yalnız Hissetmek	Evet	22	24.4	15	23.1
	Hayır	67	74.4	49	75.4
Sigara İçme	Evet	8	8.9	15	23.1
	Hayır	82	91.1	50	76.9
Kalınan Yer	Aile Yanı	18	20.0	11	16.9
	Yurt	59	65.6	38	58.5
	Öğrenci Evi	6	6.7	12	18.5
	Etkinlik	26	28.9	15	23.1
	Yok	61	67.8	46	70.8

Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerinin dağılımı Çizelge 1’de verilmiştir. 1. sınıfa devam eden öğrencilerin yaşı %92.2’si 21 ve altı; %5.6’sı 21 üstüdür. %92.2’si kadın, %7.8’i erkektir. %57.8’i anne baba tutumlarını demokratik olarak, %74.4’ü yalnız hissetmediğini, %91.1’i sigara içmediğini, %62.2’si internete daha çok sosyal medyayı kullanmak amaçlı girdiğini, %67.8’i hiçbir etkinliğe katılmadığını ve %65.6’sı yurttan kaldığını ifade etmiştir.

4. sınıfa devam eden öğrencilerin yaşı %44,6’sı 21 ve altı; %55,4’ü 21 üstüdür. %98.5’i kadın, %1.5’i erkektir. %66.2’si anne baba tutumlarını demokratik olarak, %75.4’ü yalnız hissetmediğini, %76.9’u sigara içmediğini, %49.2’si internete daha çok sosyal medyayı kullanmak amaçlı girdiğini ve onu %16.9 ile ödev hazırlamak, ders çalışmanın takip ettiği görülmüştür, %70.8’ hiçbir etkinliğe katılmadığını, %16’sı kpss-dil kurslarına

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı’nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

katıldığını ve %58.5' i yurttta kaldığını ifade etmiştir (Çizelge 1)

Veri toplama Araçları

Öğrenci Bilgi Formu: Bu form öğrencilerin sosyo demografik özelliklerinden (yaş, cinsiyet, sınıf, ekonomik durum) yaşam doyumunda etkili faktörleri belirlemeyi amaçlayan sorulardan oluşmaktadır.

Yaşam Doyumu Ölçeği (The Satisfaction with Life Scale (SWLS)) : Deiner, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Bireyin kendi yaşamına ilişkin öznel değerlendirmesi ile algıladığı genel yaşam doyumunu ölçmektedir. Yaşam Doyumu Ölçeği —hiç uygun değil (1) ile —tamamıyla uygun (7) arasında değişen Likert tipinde 5 maddeden oluşan bir ölçekdir. Diener ve arkadaşları orijinal çalışmada ölçeğin güvenirliğini Cronbach Alpha=.87 ve ölçüt bağımlı geçerliğini ise .82 olarak elde etmişlerdir (Pavot, Diener, Calvin ve Sandvik, 1991). Ölçeğin Türkiye uygulamasını yapan Yetim (1993) ölçeğin güvenirliğini Alpha=.86 ve test-tekrar test güvenirliğini ise .73 olarak bulmuştur(Yetim, 2003). Yine Yetim (1993) ölçeğin tek bir faktör altında, geçerli varyansın %38 ini açıkladığını bulmuştur. Sonuçlar ülkemiz bireyleri açısından Yaşam Doyumu Ölçeğinin yüksek düzeyde güvenilir ve orta düzeyde geçerli olduğuna işaret etmektedir.

İşlem

Uygulama yapmak için araştırmacı tarafından bölümlerden izin alınmıştır ve araştırmaya katılımda gönüllülük ilkesi göz önünde bulundurulmuş ve veriler araştırmaya katılmayı kabul eden öğrencilere belirlenen ders saatlerinde araştırmacı tarafından ölçek formları dağıtılarak toplanmıştır. Veri toplama araçları için ortalama cevaplama süresi 20 dk sürmüştür. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiklerde; ortalama, sayı, yüzde vb. kullanılmıştır. Nicel değişkenlerin normal dağılımına Shapiro Wilk testi ile bakılmıştır. 1. ve 4. sınıfların YDÖ puanı bakımından karşılaştırılmasında, nicel değişken bakımından 2 grup karşılaştırılmasında t testi kullanılmıştır.

Normal dağılıma sahip olmayan 2 bağımsız grup karşılaştırılmasında (sigara, yalnızlık, net bağlanma vb.) Mann Whitney U Testi kullanılmıştır. Nitel değişkenler için Ki kare Testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $P < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR/

TARTIŞMALAR/DEĞERLENDİRMELER

Bu çalışmaya katılan öğrencilerin çoğu anne baba tutumlarını demokratik tutum olarak belirtmiştir. Her iki grupta da öğrencilerin çoğu kendini yalnız hissetmemektedir. Öğrencilerin çoğunluğu interneti çoğunlukla sosyal medya için kullanmaktadırlar. 4. sınıfta ödev hazırlamak ve ders çalışmak için kullananların sayısı artmaktadır. 2 grubun da çoğunluğu okul dışında hiçbir etkinliğe katılmamaktadır. 4. sınıf öğrencileri kpss, dil kursu gibi kurslara katılmaktadır. Öğrencilerin çoğu yurttta kalmaktadır. Yaşam doyumunu her gelişim döneminde etkili olmaktadır. Farklı şehirlere üniversiteye okumaya gelen öğrencilerin çoğu 1. sınıfta ilk kez ailelerinden uzaklaşmaktadır, yaşamındaki bazı unsurlar böylelikle değişiklik göstermektedir. 4. sınıfa devam eden öğrenciler ise artık daha çok iş kaygısı, sınav stresi yaşamaya başlamaktadırlar. Bütün bu faktörler düşünüldüğünde öğrencilerin yaşam doyumlarında değişiklik olması beklenmektedir. Üniversite 1. sınıfa ve 4. sınıfa giden öğrencilerin yaşam doyumlarının karşılaştırılması bu araştırmanın temel amacını oluşturmaktadır. Bu çalışmada da öğrencilerin yaşam doyumları incelendiğinde Yaşam doyumunu puan ortalamalarının orta düzeyde olduğu görülmüştür. Yaşam doyumunu genel olarak kişinin tüm yaşamını ve bu yaşamın çeşitli boyutlarını içerir. Aynı zamanda belirli bir duruma ilişkin doyumunu değil, genel olarak tüm yaşantılarındaki doyumunu kapsar (Vara,1999). Yapılan çalışmalar, yaşam doyumunun yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim durumu, çalışma yaşamı, kişilik özellikleri, ailevi özellikler gibi bireysel ve sosyokültürel değişkenlerden etkilendiğini göstermektedir (Myers ve Diener, 1995; Akyol, 1993 ve Vara, 1999) . Gilman ve Huebner'in (2006) yaptıkları çalışma sonucuna

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

göre, yaşam doyumu yüksek olan ergenler akran ve ebeveynleriyle daha olumlu ilişkiler kurmakta, okula ve öğretmenlere yönelik daha olumlu tutumlar sergilemekte ve akademik olarak daha başarılı olmaktadır. Bu çalışmada ise araştırmaya katılan öğrencilerin yaşam doyumu, 1. ve 4. sınıfa devam

etmelerine bağlı olarak değerlendirilmiş ve iki grubun yaşam doyumu düzeyleri benzer bulunmuştur. ($t=1.093$ $p>0.05$) İki grubun da ortalama yaşam doyumu düzeyleri orta düzeydedir. (Çizelge 2)

Çizelge 2. Üniversite Birinci Ve Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Bağımsız Değişkenlere Göre Yaşam Doyumu Ölçeği Puanları

		1.Sınıf					2.Sınıf				
		n	ort	sd	t	p	n	ort	sd	t	p
Sınıf		89	22.269	6.22269	1.093	0.276	65	21.1385	6.50211	1.093	0.276
Yalnız	Evet	21	22.45		U=240.5	0,00	15	18,37		155.5	0,00
Hissetme					00	01				0	1
k	Hayır	67	51.41				49	36,83			
Sigara	Evet	8	29.06		U=196.5	.067	15	32.93		U=37	.988
İçme	Hayır	81	46.57				50	33.02		4.000	

Çalışmada yaşam doyumunu etkileyen değişkenler incelendiğinde, hem 1. sınıf öğrencilerinin hem 4. sınıf öğrencilerinin yaşam doyumu kendilerini yalnız hissetmelerine göre değişmektedir. Kendini yalnız hissetmeyen öğrencilerin yaşam doyumları daha yüksek bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumu düzeylerinin yalnızlık düzeyine göre farklılaştığı bulunmuştur. Yalnızlık düzeyi düşük olan üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları, yalnızlık düzeyi yüksek olan üniversite öğrencilerinininkinden anlamlı olarak daha yüksektir. Literatürde yalnızlık düzeyi ile üniversite öğrencilerinin yaşam doyumlarının ilişkisini inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Mutluluğu etkileyen etmenler, kişilik faktörleri, sosyo- demografik faktörler ve çevresel- durumsal faktörler (Mroczek ve Kolarz, 1998) olarak üç boyutta ele alınmaktadır. Yalnızlık da çevresel durumsal faktörler içinde bulunmaktadır.

Özellikle üniversite öğrenciliği döneminde öğrencilerin ailesinden ayrılması ve sosyal çevresinin değişmesi yeni bir ortama uyum sağlamaya çalışması yalnız hissetme ihtimallerini arttırmaktadır. Yeni arkadaşlık ilişkileri ile yalnızlıklarını aşmaya çalışan

öğrenciler kimi zaman bu ilişkileri kurmakta başarılı olamamakta ve bu nedenle yaşam doyumu düzeyleri de düşmektedir. Yalnızlık, ailesinden ayrılan, yeni bir sosyal çevreye gelen, ekonomik özgürlüğe sahip olmayan üniversite öğrencileri için daha olumsuz ve başa çıkılması daha güç bir durum olabilmektedir.

Çizelge 3' de incelendiğinde Nicel değişkenlerin normal dağılımına Shapiro Wilk testi ile bakılmıştır ve dağılımın normal olmadığı görülmüştür.

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

Çizelge 3. Üniversite Birinci Ve Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Normal Dağılımı

Kolmogorov-Smirnova				Shapiro-Wilk		
Sınıf	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Birinci Sınıf	.074	89	.200*	.976	89	.096
Dördüncü Sınıf	.093	65	.200*	.952	65	.013

4. Sınıfta sigara içen öğrencilerin sayısı artış göstermiştir.

Çizelge 4.

Gruplar		Sigara		Toplam	Fisher's Exact Test	sd	p
		Evet	Hayır				
Sınıf	Birinci Sınıf	8	82	90	6.012 ^a	1	.014
	Dördüncü	15	50	65			
	Sınıf						

Çizelge 5 incelendiğinde, birinci sınıfa devam eden öğrencilerin % 25'i yüksek yaşam doyumu düzeyine sahiptir. % 11,11' ise memnuniyetsizlerdir. Dördüncü sınıfa devam eden öğrencilerin %30.8'i yüksek yaşam doyumu düzeyine sahiplerdir. % 20'si ise memnuniyetsiz yaşam doyumu düzeyine sahiplerdir. Dördüncü sınıfa geçen öğrencilerin

arasında yüksek yaşam doyumu düzeyi artan öğrenciler ve aynı zamanda memnuniyetsiz yaşam doyumu düzeyi de artan öğrenciler bulunmaktadır. 1. Sınıfta YDÖ düzeyi yüksek ve çok yüksek olanlar daha fazla iken, 4. sınıfta bu oran azalmıştır. Memnuniyetsiz ve büyük ölçüde memnuniyetsiz yaşam doyumu düzeyinde olan öğrencilerin sayısı 4. sınıfta artış göstermiştir.

Çizelge 5. Üniversite Birinci Ve Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Kategorik Yaşam Doyumu Düzeyleri

Öğrencilerin Yaşam Doyumu Düzeyleri	1. Sınıf		4. Sınıf	
	n	%	n	%
Büyük ölçüde Memnuniyetsiz	3	3.3	4	6.2
Memnuniyetsiz	7	7.8	9	13.8
Az	22	24.4	12	18.5
Orta	21	23.3	16	24.6
Yüksek	23	25.6	20	30.8
Çok Yüksek	13	14.4	4	6.2
Toplam	89	98.9	65	100.0

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

Çizelge 6. Üniversite Birinci Ve Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Algıladıkları Anne -Baba Tutumlarına Göre Yalnız Hissetme Durumları

			1.Sınıf		4. Sınıf	
			Yalnız hissetmek			
			Evet	Hayır	Evet	Hayır
Anne Baba Tutumu	otoriter	n	8	8	5	6
		%Anne baba tutumu	50.0%	50.0%	45.5%	54.5%
		%yalnız hissetme	38.1%	12.1%	38.5%	12.2%
	demokratik	n	11	40	8	35
		%Anne baba tutumu	21.6%	78.4%	18.6%	81.4%
		%yalnız hissetme	52.4%	60.6%	61.5%	71.4%
	aşırı koruyucu	n	2	18	0	8
		%Anne baba tutumu	10.0%	90.0%	0.0%	100.0%
		%yalnız hissetme	9.5%	27.3%	0.0%	16.3%

Çizelge 6. incelendiğinde anne-baba tutumunu demokratik olarak algılayan 1. Sınıfların %78,4'ü yalnız hissetmemektedir. Anne Baba tutumunu aşırı koruyucu algılayan 1. Sınıfların %90'ı yalnız hissetmemektedir. Anne baba tutumunu otoriter algılayanlarda ise %50'si yalnız hissetmektedir.

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

Çizelge 7. Üniversite Birinci Sınıf Öğrencilerinin Kategorik Yaşam Doyumu Puanı ve Anne Baba Tutumu

		1. Sınıf		
		Anne Baba Tutumu		
		otoriter	demokratik	aşırı koruyucu
Kategorik Yaşam Doyumu Puanı	Büyük ölçüde Memnuniyetsiz	n	3	0
		KYDÖ	100.0%	0.0%
		Anne Baba Tutumu	18.8%	0.0%
	Memnuniyetsiz	n	2	1
		KYDÖ	28.6%	14.3%
		Anne Baba Tutumu	12.5%	2.0%
	Az	n	5	12
		KYDÖ	23.8%	57.1%
		Anne Baba Tutumu	31.3%	23.5%
	Orta	n	4	13
		KYDÖ	20.0%	65.0%
		Anne Baba Tutumu	25.0%	25.5%
	Yüksek	n	0	17
		KYDÖ	0.0%	73.9%
		Anne Baba Tutumu	0.0%	33.3%
	Çok Yüksek	n	2	8
		KYDÖ	15.4%	61.5%
		Anne Baba Tutumu	12.5%	15.7%
Dağılımı				

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

1.sınıfa devam eden öğrencilerin yaşam doyumu anne baba tutumlarına göre değişiklik göstermektedir. Anne babasını demokratik tutumda algılayan bireylerin yaşam doyumu daha yüksektir. Aile ilişkilerinde doyum sağlayan, etkili iletişim kurabilen maddi ve manevi anlamda desteklendiğini hisseden ergenlerin yaşam doyumlarının artması beklenebilir. Uzunlamasına çalışmalar, daha düşük yaşam yetersizliğinden ötürü kaynaklanabileceğini ileri sürmüştür (Martin vd., 2008).

ergenlerin algıladıkları anne-baba tutumu, özellikle içsel destek ve yakınlığın, yaşam doyumu ile olumlu olarak ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ergenlerle yapılan bir araştırmada Shek (1999), genel ana-baba tutumu ve belirli ana-baba davranışlarının yaşam doyumu ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Bu çalışmada ebeveyn özelliklerinin, ergenlerin psikolojik iyi oluşlarını hem aynı zamanda hem de boylamsal olarak yordadığı görülmüştür.

Çizelge 8. Üniversite Birinci Sınıf Öğrencilerinin Kategorik Yaşam Doyumu Puanı ve Aylık Gelir Dağılımı

		4. Sınıf Aylık Gelir		
		1.201		
		1 - 1.200	- 2.500	2.501
		tl	tl	tl ve üstü
Kategorik Yaşam Doyumu Puanı	Büyük ölçüde Memnuniyetsiz	n KYDÖ Aylık Gelir	2 50.0% 7.7%	2 50.0% 10.5%
	Memnuniyetsiz	n KYDÖ Aylık Gelir	6 66.7% 23.1%	1 11.1% 5.3%
	Az	n KYDÖ Aylık Gelir	5 41.7% 19.2%	6 50.0% 31.6%
	Orta	n KYDÖ Aylık Gelir	8 50.0% 30.8%	3 18.8% 15.8%
	Yüksek	n KYDÖ Aylık Gelir	4 20.0% 15.4%	5 25.0% 26.3%
	Çok Yüksek	n KYDÖ Aylık Gelir	1 25.0% 3.8%	2 50.0% 10.5%
				1 25.0% 5.0%

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

Çizelge 8 incelendiğinde 4. Sınıfa devam eden öğrencilerin yaşam doyumu düzeyinde alt ve üst gelir arasında fark olduğu görülmüştür. Üst gelir düzeyindeki öğrencilerin yaşam doyumu düzeyleri daha yüksek bir orana sahiptir.

Yapılan bir çalışma (Özkul, 2007) üniversite öğrencilerinin %96'sının "ekonomik bağımsızlığa" önem verdiklerini göstermektedir. Bir başka çalışmaya göre (Tuzgöl Dost, 2007), üniversite öğrencilerinde algılanan ekonomik durum yükseldikçe yaşam doyumu da artmaktadır. Üniversite öğrencilerinin genellikle ailelerinin ekonomik desteğini alarak öğrenimlerini sürdürdükleri bilinmektedir. Moller (1996), Güney Afrikalı üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada, yaşam doyumunun gelir düzeyi ve etnik özellikler ile anlamlı ilişki içinde olduğunu ortaya koymuştur. Diener ve Diener (1996) sosyo-ekonomik durumun, yaş ve cinsiyete göre öznel iyi oluşla nispeten daha güçlü ilişkiler gösterdiğini ve iyi oluşun belki de en güçlü sosyo-yapısal yordayıcısının gelir ve sosyal statü olduğunu belirtmektedirler (Akt. Staudinger vd., 1999). Chow (2005), Paolini vd., (2006) ve Tuzgöl Dost'un (2006) araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Ekonomik durum, bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılayabilmelerinden, kendilerini geliştirebilecek etkinliklere katılabilmeye kadar pek çok hedef için bir gereklilik durumundadır. Bu nedenle ekonomik durumun bireylerin ve üniversite öğrencilerinin mutluluğu ile ilişkili olması şaşırtıcı gelmemektedir (Young ve Miller, 1995). Yapılan bir çalışma da öğrencilerin yurttan kalması ve evde kalması durumunda yaşam doyumları arasında fark bulunmuştur, fakat bu çalışmada bu ayırt edici bir durum değildir (Özgür vd., 2010).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bulgular, yalnızca ergenlik sorunlarının önlenmesi için değil aynı zamanda sağlıklı ergen artması için, pozitif gençlik geliştirme programlarının geliştirilmesinin önemini de

beraberinde getirmektedir. Ergenlerin gelişimsel anlamda desteklenmesi ve ergenlik dönemindeki sorun davranışlarının hafifletilmesi için yaşam doyumunu arttırmaya dönük sürekli çaba sarfedilmelidir.

- Elde edilen sonuçlarda öğrencilerin yalnızlık düzeylerinin yaşam doyumlarını etkilediği görülmüştür. Anne baba tutumunun demokratik olması da yaşam doyumunu etkilemektedir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda şu önerilerde bulunulmuştur.
- Üniversite öğrencilerinin kendi yeterliklerini ortaya çıkararak başarıma ihtiyaçlarını karşılayabilecekleri ve yalnız hissetmemelerini sağlayacak; akademik ve sosyal etkinliklere katılımlarının teşvik edilmesi önerilebilir.
- Yalnızlık düzeyleri yaşam doyumunu etkilediği için üniversite bünyesinde öğrencilerin katılabileceği etkinlikler oluşturulmalıdır. Öğrenciler bu etkinlikler için teşvik edilmelidir.
- Anne babalara yönelik uzaktan eğitim programlarının oluşturulması ebeveyn tutumları konusunda bilgilendirici çalışmalar yapılması gerektiği düşünülmektedir.
- Bununla birlikte bu çalışma örneklem büyüklüğü ve yöntem bakımından bazı sınırlılıklara sahiptir. Çalışmada yaşam doyumunu etkileyebilecek bağımsız değişkenler sınırlı tutulmuştur. Bu açıdan gelecekteki çalışmaların daha geniş öğrenci gruplarında ve farklı değişkenleri göz önünde bulundurarak yapılması önerilmektedir.
- Yaşam doyumu, umut, iyimserlik ve öznel iyi oluş gibi pozitif psikoloji temalı çalışmaların sayısında gerek dünyada gerekse Türkiye'de hızlı bir artışın olduğu görülmektedir. Bu çalışmalar incelendiğinde ise çalışmaların daha çok ilişkisel ve kuramsal olduğu görülmektedir. Bu çalışmalara ek olarak müdahale çalışmalarının yapılması alanyazına ve

* Bu çalışma, II. Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

okullarda yürütülen rehberlik hizmetlerine ayrıca ergenlere ve ailelerine önemli bir katkı sağlayacaktır.

- Ayrıca, katılımcıların sadece iki üniversitedeki Çocuk Gelişimi Bölümündeki öğrencilerden oluşması, bulguların genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Benzer konulu araştırmaların, farklı bölgelerdeki ve şehirlerdeki ergenler üzerinde gerçekleştirilmesi, bulguların genellenebilmesine yardımcı olabilir. Son olarak bu araştırmada kendini ifade etmeye dayalı (self-report) bir ölçek kullanılmıştır. Dolayısıyla ergenlerin yaşam doyumu düzeyleri kendi algı ve değerlendirmeleri ile sınırlıdır.

KAYNAKLAR

1. Akyol A. (1993). Yaşam kalitesi ve yaklaşımları. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 9, 75-7.
2. Binay, B.A. (2005). *Sosyal Destek, Sosyal Ağ, Yaşam Kalitesi ve Yaşam Doyumu: Duygu-Durum ve Anksiyete Bozukluğu Tanısı Alan Kişiler ve Düzenli Hemodiyaliz Tedavisi Gören Hastalar Açısından Bir Karşılaştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Mersin.
3. Bradley, R. H. ve Corwyn, R. F. (2004). Life Satisfaction Among European American, African American, Chinese American, Mexican American, And Dominican American Adolescents. *International Journal Of Behavioral Development*, 28(5), 385-400.
4. Chappel, A. M., Suldo, S. M., & Ogg, J. A. (2014). Associations between adolescents' family stressors and life satisfaction. *Journal of child and family Studies*, 23(1), 76-84.
5. Deniz, M. E. ve Yılmaz, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Yetenekleri ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişki, XIII. Ulusal Eğitim

Bilimleri Kurultayı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Malatya.

6. Dew, T. ve Huebner, E. S. (1994). Adolescents' Perceived Quality Of Life: An Exploratory Investigation. *Journal Of School Psychology*, 32, 185-199.
7. Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
8. Diener, E. ve Suh, M. (2000). Culture and subjective well-being. Cambridge, MA: MIT Press.
9. Diener, E., Suh, E. ve Oishi, M. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
10. Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J. & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
11. Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (2009). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. *Assessing well-being*, 213-231.
12. Ehrhardt, J. J., Saris, W. E. ve Veenhoven, R. (2000). Stability of Life-Satisfaction Over Time: Analysis of Change in Ranks in a National Population. *Journal of Happiness Studies*, 1, 177-205.
13. Eid, M. ve Diener, E. (2004). Global Judgements of Subjective Well-Being: Situational Variability and Long-Term Stability. *Social Indicators Research*, 65, 245-277.
14. Gable, S. L. and Haidt, J. (2005). What (and Why) is Positive Psychology?. *Review of General Psychology*, 9(2), 103-110.
15. Gilman, R., & Huebner, E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 293-301.
16. Huebner, E. S. (2004). Research on assessment of life satisfaction of children and adolescents. In *Quality-of-Life Research on Children and*

* Bu çalışma, II. Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

- Adolescents (pp. 3-33). Springer Netherlands.
17. Köker, S. (1991). Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.*
18. Leung, J. P. ve Leung, K. (1992). Life satisfaction, self-concept, and relationship with parents in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21, 653– 665.
19. Lewinsohn, P., J. Redner ve J. Seeley. (1991). *The Relationship Between Life Satisfaction Psychosocial Variables: New Perspectives* F. Strack, M. Argyle ve N. Schwartz (ed.), *Subjective Well-being* (s. 141– 169). New York: Plenum Press.
20. Luthans, F. and Youssef, C. M. (2004). Human, Social, and Now Positive Psychological Capital Management: Investing in People for Competitive Advantage. *Organizational Dynamics*, 33(2), 143-160.
21. Martin, K. M., Huebner, E. S. ve Valois, R. F. (2008). Does Life Satisfaction Predict Victimization Experiences in Adolescence?. *Psychology in the Schools*, 45(8), 705-714.
22. Mcknight, C. Huebner, E. S. ve Suldo, S. M. (2002). Relationships Among Stressful Life Events, Temperament, Problem Behavior, And Global Life Satisfaction In Adolescents. *Psychol. Sch*, 39, 677–687.
23. Moller, V. (1996). Life satisfaction and expectations for the future in sample of university students: A research note. *South African Journal of Sociology*, 27 (1), 109-125.
24. Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: a developmental perspective on happiness. *Journal of personality and social psychology*, 75(5), 1333.
25. Myers, D. G. ve Diener, E. (1995). Who is happy?, *Psychological Science*, 6, 10-19.
26. Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. ve Tobin, S. S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16, 134-143.
27. Ohkay, S. M. (2006). *Sinir Dili Eğitimlerinin İstatistiksel Analizi-Örnek Olay Çalışması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,
28. Özkul, A. S. (2007). Yaşam ve çalışma değerlerini etkileyen faktörler SDÜ öğrencileri üzerine bir araştırma (Doctoral dissertation, Sosyal Bilimler).
29. Özgür, G., Gümüş, A. B., & Durdu, B. (2010). Evde ve yurttan kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1(1), 25-32.
30. Paolini, L., Yanez, A. P. ve Kelly, W. E. (2006). An examination of worry and life satisfaction among college students. *Individual Differences Research*, 4 (5), 331-339.
31. Pavot, W. ve Diener, E. (1993). The Affective And Cognitive Context Of Self Reported Measures Of Subjective Well-Being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20.
32. Peterson, C., Park, N. ve Seligman, M. E. P. (2005), Orientations to Happiness and Life Satisfaction: The Full Life Versus the Empathy Life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41.
33. Proctor, C., Linley, P. A., & Maltby, J. (2010). Very happy youths: Benefits of very high life satisfaction among adolescents. *Social indicators research*, 98(3), 519-532.
34. Rojas, M. (2006). Life Satisfaction and Satisfaction in Domains of Life: Is It a Simple Relationship? *Journal of Happiness Studies*, 7, 467-497.
35. Seligman, M. E. P. and Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology, *American Psychologist*, 55(1), 5-14.

* Bu çalışma, II. Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.

36. Shek, D. T. L. (1999). Parenting characteristics and adolescent psychological well-being: A longitudinal study in a Chinese context. *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, 125 (1), 27-55.
37. Staudinger, U. M., Fleeson, W. ve Baltes, P. B. (1999). Predictors of subjective physical health and global well-being: Similarities and differences between the United States and Germany. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (2), 305-319.
38. Suldo, S. M. ve Huebner, E. S. (2006). Is Extremely High Life Satisfaction During Adolescence Advantageous? *Social Indicators Research*, 78, 179-203.
39. Suldo, S. M. ve Huebner, E. S. (2004). Does Life Satisfaction Moderate The Effects Of Stressful Life Events On Psychopathological Behavior During Adolescence? *School Psychology Quarterly*, 19, 93-105.
40. Suldo, S., Thalji, A., & Ferron, J. (2011). Longitudinal academic outcomes predicted by early adolescents' subjective well-being, psychopathology, and mental health status yielded from a dual factor model. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 17-30.
41. Tuzgöl Dost, M. (2006). Subjective well-being among university students. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 188-197.

* Bu çalışma, II.Uluslararası Doğunun Batısı Batının Doğusu Konferansı'nda (2017) sunulan bildirinin makale haline getirilmiş halidir.