

## Medeni Durumları Farklı Olan Çalışanların Psikolojik İyi Olma Düzeylerinin İncelenmesi<sup>1</sup>

## Examining The Psychological Well-Being Of Employees In Terms Of Marital Status

Zeynep Dündar<sup>2</sup>  
Cihat Demirli<sup>3</sup>

### Özet

Bu çalışmada medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi oluş düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda İstanbul'da özel sektörde farklı firmalarda çalışan 241 çalışanın medeni durumlarının psikolojik iyi oluş düzeylerine etkisi araştırılmıştır. Katılımcıların 98'i kadın ve 143'ü erkektir. Çalışmada veri toplama aracı olarak "Psikolojik İyi Olma Ölçekleri Kısa Formu" kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeline uygun olarak yürütülen çalışmada elde edilen verilerin analizinde parametrik olmayan tek yönlü varyans analizi yöntemi olan Kruskal Wallis H testi; anlamlı fark çıkmışsa, farklılığın hangi boyutlar arasında olduğunu belirlemek için Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların psikolojik iyi olma düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşmadığı; evli, bekâr ya da eşinden boşanmış katılımcıların benzer şekilde psikolojik iyi olma düzeylerine sahip oldukları saptanmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Psikolojik iyi olma; Medeni durum; Çalışan

### Abstract

In this study it is aimed to examine the psychological well-being of the employees in terms of their marital status. In this respect, the effect of marital status on psychological well-being of 241 employees working in different firms in private sector in Istanbul was investigated. 98 of the participants were female and 143 were male. The Psychological Well-being Scales-Short Form was used as data collection tools in the study. The Mann Whitney U test and the Kruskal Wallis H test was used to analyze the data obtained in the study conducted in accordance with the relational screening model. Results of the analysis indicated that, the psychological well-being of the participants did not differ according to the marital status. Participants who were married, single or divorced were found to have similar psychological well-being levels.

**Keywords:** Psychological well-being; Marital status; Employees

<sup>1</sup> Bu makale 2018 yılında İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde Doç.Dr. Cihad DEMİRLİ danışmanlığında hazırlanan tezden türetilmiştir.

<sup>2</sup> İstanbul Ticaret Üniversitesi, Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Yüksek Lisans Öğrencisi, zeynepdunar18@gmail.com

<sup>3</sup> Doç. Dr., İstanbul Ticaret Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, cdemirli@ticaret.edu.tr

## 1. GİRİŞ

Psikolojinin özellikle İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra büyük oranda ruhsal hastalıklara odaklanan bir bilim olmasının ve hastalık modeline yoğunlaşarak kendini insanları iyileştirmeye adanmasının birçok olumlu sonucu olmasına karşın bu yaklaşım 1990'lı yıllardan itibaren eleştirilmeye başlanmıştır. Psikolojinin psikolojik rahatsızlıklara çok fazla önem vermesi ve kendini gerçekleştirmiş birey ve gelişmiş toplum fikirlerini ihmal ederek terapide kullanılabilecek en önemli ve potansiyel silahları görmezden gelmesi tartışma konusu olmuştur. 1990'lı yılların sonundan itibaren psikolojinin hastalık modelinden daha çok sağlık modeline odaklanması gerektiğini savunan pozitif psikoloji akımı gelişmeye ve yaygınlaşmaya başlamıştır. Pozitif psikoloji akımının yaygınlaşması ile birlikte psikolojinin yalnızca insan hayatındaki kötü şeyleri onarmaya öncelik veren bir bilim olmaktan çok, bireyin yaşamındaki iyi özelliklere odaklanması gerektiği fikri ön plana çıkmaya başlamıştır (Gable ve Haidt, 2005; Seligman, 2002). Sheldon ve King (2004) pozitif psikolojiyi sıradan bir insanın güçlü yönlerini ve erdemlerini inceleyen ve ortalama bir insanı tekrardan gözden geçiren bilim dalı olarak tanımlamaktadır.

Pozitif psikoloji alanı öznel düzeyde birey için çok değerli olan iyi olma, memnuniyet ve yaşam doyumu (geçmişe ilişkin); umut ve iyimserlik (geleceğe ilişkin); akış ve mutluluk (şu anki deneyimlere ilişkin) gibi öznel deneyimlere önem verir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000). İyi olma, bireyin bedensel, ruhsal ve mental olarak iyi olduğu, bütüncül bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Bireyin en ideal seviyede sağlıklı ve iyi olduğu, yaşamının her alanında işlevsellik gösterdiği, beden, ruh ve mental olarak bütünleştiği, dolu bir yaşam sürdüğü bir yaşam tarzı olarak değerlendirilmektedir (Timur, 2008).

İyi olma, literatürde öznel iyi olma, psikolojik iyi olma, duygusal iyi olma, ruhsal-manevi iyi olma, mesleki iyi olma, sosyal iyi olma gibi farklı türleriyle kullanılmaktadır (Bayram, 2004). Kullanılan bu farklı kavramlardan biri olan psikolojik iyi olma bireyin yaşamı boyunca karşı karşıya kaldığı kendini geliştirme, diğer insanlarla kaliteli ilişkilere sahip olma ve anlamlı hedefler belirleyerek bunları sürdürme gibi çeşitli varoluşsal zorlukları ve mücadeleleri yönetebilme olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik iyi olma bireyin olumlu işlevde bulunmasını sağlayan tüm yapıların bileşimi olarak kabul edilebilir. Bireyin hem olumlu hem de olumsuz deneyimlerinin bir sonucu olarak ortaya çıkan ideal psikolojik işlevselliği ifade eden psikolojik iyi olma bireyin yaşama ilişkin tutumlarını kapsayan çok boyutlu bir yapıdır (Telef, 2013).

Ryff (1989, 1995) temelde psikolojik iyi olmanın öznel iyi olmadan farklı olduğunu ve psikolojik iyi olmanın pozitif duygulanım, negatif duygulanım ve yaşam doyumunun basit bir birleşimi olarak değerlendirilmesinden çok daha fazlası olduğunu öne sürmektedir. Çok boyutlu bir yapı olan psikolojik iyi olmanın temel yapısını yalnızca öznel iyi olmanın bileşenleri ile açıklamak mümkün değildir. Psikolojik iyi olmayı kuramsal olarak açıklayacak bir yapının eksikliğinden hareketle Ryff günümüzde araştırmacılar tarafından yaygın olarak kabul gören "Psikolojik İyi Oluş" Modeli'ni ortaya koymuştur.

Psikolojik iyi oluş modeli çeşitli kişilik ve gelişim kuramcılarının görüşleri temel alınarak oluşturulmuş ve psikolojik iyi olmanın altı boyuttan meydana geldiği öne sürülmüştür. Bu modelde yer alan altı boyut kendini kabullenme, özerklik, kişisel gelişim, yaşama amacı, çevresel hâkimiyet ve başkalarıyla olumlu ilişkiler olarak adlandırılmaktadır (Keyes ve Singer, 2006; Keyes ve Ryff, 2002). Bu boyutlar psikolojik iyi oluşu hem pratik hem de kuramsal olarak tanımlamakta; duygusal ve fiziksel sağlığın nasıl geliştirilebileceğini ortaya koymaktadır (Birsell, 2010).

Psikolojik iyi olmanın çeşitli faktörlerden etkilendiği ve bireyin psikolojik iyi olma düzeyinin çeşitli faktörlerin etkisiyle değişim gösterebileceği bilinmektedir. Bireyin kişilik özellikleri, sosyo-demografik değişkenler, sosyal destek düzeyi, fiziksel sağlık, duygular, durumsal, kurumsal, çevresel ve ekonomik faktörler gibi etkenler psikolojik iyi oluşu etkileyen faktörler olarak değerlendirilmektedir. Yapılan farklı çalışmalarda psikolojik iyi oluşun öncüllerinin neler olduğu sorusuna cevap aranmıştır (Austin, Saklofske ve Egan, 2005).

Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2). 1-10.

Medeni durum bireyin psikolojik durumunu etkileyebilecek bir başka değişken olarak karşımıza çıkmaktadır. Farklı cinsten iki kişinin beraberliklerini resmi bir şekilde büründürerek oluşturdukları evlilik yapısının temel işlevi bireylerin biyolojik, psikolojik ve sosyal ihtiyaçlarının karşılanmasıdır. Bireyin evli olduğu ya da birlikte olduğu kişi ile olan ilişkisinin kalitesi, ondan aldığı ya da alamadığı sosyal destek gibi etkenler psikolojik iyi oluş düzeyini etkileyebilmektedir (Birsal, 2010). Yapılan farklı çalışmalar bireyin medeni durumu ile psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır. Aile ve evlilik kurumu hem bireyin yaşamında hem de toplumsal yaşamda önemli bir yere sahiptir. İnsanın sosyal yapısı başkalarıyla kurduğu ilişkilerin önemini arttırmakta, yaşamında doyurucu ilişkilere sahip olan bireyler psikolojik olarak daha sağlıklı olabilmektedir (Marks ve Lambert, 1998; Yeşiltepe ve Çelik, 2014).

Evlilik ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar (Kim ve McKenry, 2002; Tütüncü, 2012; Williams ve Dunne-Bryant, 2006) genel olarak evli bireylerin, ekonomik kaynakları ve duygusal desteği eşleri ile paylaşımlarının olumlu etkilerine işaret ederek, evlenmiş bireylerin, evlenmemiş kişilerle karşılaştırıldığında daha yüksek seviyede psikolojik iyi oluşa sahip olma eğiliminde olduklarını rapor etmektedir. Benzer şekilde evli bireylerin daha önce evlenmiş bireylere (boşanmış ya da eşini kaybetmiş) göre iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Evlilik temel ve evrensel insan ihtiyaçlarının karşılanmasını sağlamakta, bireyi yalnızlıktan kurtarmaktadır. Ayrıca eşlerin birbirlerine duygusal destek olmaları iyi oluş düzeylerini olumlu etkilemektedir (Diener vd., 2010; Soulsby ve Bennett, 2015).

Evli olup olmama dışında boşanmanın da psikolojik iyi oluşu etkileyen bir diğer etken olduğu ortaya konulmuştur. Boşanmış olma bireyin psikolojik iyi oluş düzeyini tehdit eden bir durum olarak değerlendirilmektedir (Proulx, Helms ve Buehler, 2007). Günümüzde özellikle boşanma sayılarının yıldan yıla artış göstermesi, cinselliğin hatta ebeveynliğin evliliğe gittikçe daha az bağlı hale gelmeye başlaması, kadınların daha fazla iş yaşamında yer almaya başlaması, eş rollerinin değişim göstermesi, bekar yetişkinlerin sayısının artması gibi etkenlere bağlı olarak medeni durumun psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisi de değişim gösterebilmektedir (Marks ve Lambert, 1998). Benzer şekilde son dönemde batı toplumlarında daha sık görülmeye başlayan arada evlilik bağı olmadan birlikte çift olarak yaşamının da bireylerin iyi oluşlarını etkilediği görülmektedir (Brown, 2000; Reneflot ve Mamelund, 2012).

Bütün bu bilgiler ışığında ilgili alan yazında bireyin medeni durumunun ve evlilik statüsünün ruh sağlığını ve iyi oluşunu doğrudan etkileyen bir değişken olduğu görülmektedir. Ancak bireyin medeni durumunun psikolojik iyi oluşunu ne düzeyde etkilediğinin farklı kültürlerde ve farklı sektörlerde çalışan bireylerde değerlendirilmesi önemlidir. Bu noktadan hareketle, bu çalışmada hizmet sektöründe çalışan bireylerin medeni durumlarının (evli, bekar, eşi vefat etmiş/boşanmış) psikolojik iyi olma düzeylerini ne derecede etkilediği ve medeni durumlarına göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin farklılaşp farklılaşmadığının çeşitli değişkenlere göre incelenme gereksinimi bu araştırmanın problemi oluşturmaktadır.

### 1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi oluş düzeylerini incelemektir. Bu temel amaç çerçevesinde aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır: özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz-kabul. Katılımcıların medeni durumlarına göre;

1. Psikolojik iyi olma toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından biri olan “Özerklik” puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından biri olan “Çevresel Hâkimiyet” puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2). 1-10.

4. Psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından biri olan “Bireysel Gelişim” puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından biri olan “Diğerleriyle Olumlu İlişkiler” puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
6. Psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından biri olan “Yaşam Amaçları” puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
7. Psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından biri olan “Öz-kabul” puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırma Deseni

Özel sektörde çalışan nitelikli çalışanların medeni durumlarının (evli, bekâr, eşi vefat etmiş, boşanmış) psikolojik iyi olma düzeylerini ne derecede etkilediği ve medeni durumlarına göre psikolojik iyi oluş düzeylerinin farklılaşp farklılaşmadığını çeşitli değişkenlere göre incelemeyi amaçlayan bu çalışma, var olan durumu sorgulayan betimsel bir araştırmadır ve geçmişte ya da halen var olan bir durumu betimlemeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeline uygun olarak düzenlenmiştir (Karasar, 2000).

### 2.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın evrenini, İstanbul’da özel sektörde, çeşitli firmalarda çalışan nitelikli çalışanlar oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise; araştırmacının iş dünyası ve olanaklarına yönelik kurulan ve iş amaçlı yaygın olarak kullanılan bir sosyal medya sitesi aracılığı ile ulaştığı ve araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden 241 nitelikli çalışan oluşturmaktadır. Katılımcıların 98’i (%40,7) kadın; 143’ü (%59,3) erkektir. Ayrıca katılımcıların 98’i (%40,7) evli, 137’si bekar (%48,5), 22’si (%9,1) eşinden ayrılmış, 4’ü ise (%1,7) çift olarak birlikte yaşamaktadır.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Psikolojik İyi Olma Ölçekleri (PİOÖ): Ryff (1989) tarafından geliştirilen daha sonra Ryff ve Keyes (1995) tarafından revize edilen Psikolojik İyi Olma Ölçekleri (PİOÖ) ölçek, toplam 84 madde ve altı boyutlu psikolojik iyi olma modeli dikkate alınarak oluşturulmuş 6 alt ölçekten (özerklik, çevresel hâkimiyet, bireysel gelişim, diğerleriyle olumlu ilişkiler, yaşam amaçları ve öz-kabul) oluşmaktadır. Farklı formları düzenlenerek çeşitli araştırmalarda kullanılan PİOÖ’nün bu çalışmada 42 maddelik formu kullanılmıştır. Ölçek 6’lı Likert derecelendirmeye sahiptir (1=Hiç katılmıyorum, 6 = Tamamen katılıyorum). Puanlama yapılırken ölçekte bazı maddeler ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 42 ile 294 arasında değişmektedir. Alt ölçeklerden elde edilen yüksek puanlar bireyin ilgili alt ölçeğin değerlendirdiği özelliklere yüksek düzeyde sahip olduğunu göstermektedir. Ölçekten ayrıca toplam bir psikolojik iyi olma puanı da alınabilmektedir. Cronbach alfa güvenirlik katsayısı alt ölçekler için sırasıyla 86, .90, .87, .91, .90, ve .93 olarak bulunmuştur. Bu çalışma örneklemini için yapılan güvenirlik analizinde ölçeğin tamamı için Cronbach alfa güvenirlik katsayısı .86, alt ölçekler için ise sırasıyla .81, .83, .92, .87, .83, ve .88 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin Türkçeye uyarlanması üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem üzerinde Akın, Demirci, Yıldız, Gediksiz ve Eroğlu (2012) tarafından yapılmıştır. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda orijinal forma uygun olarak altı boyutlu bir yapı elde edilmiş ve uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmüştür ( $\chi^2=2689.13$ ,  $sd=791$ ,  $p=0.00000$ ,  $RMSEA=.048$ ,  $NFI=.92$ ,  $NNFI = 94$ ,  $CFI=.95$ ,  $IFI= .95$ ,  $RFI=.92$ ,  $GFI=.90$  ve  $SRMR=.048$ ). Ayrıca yapılan analiz sonucunda ölçeğin tamamı için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

### 2.4. İşlem

Verilerin Toplanması: Araştırmada kullanılan veriler araştırmacı tarafından iş dünyası ve olanaklarına yönelik kurulan ve iş amaçlı yaygın olarak kullanılan bir sosyal medya sitesi aracılığı ile katılımcılarla iletişime geçilerek elde edilmiştir. Araştırmacı tarafından çalışmanın amacına uygun

Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2). 1-10.

olduğu düşünülen çalışanlara e-posta gönderilerek “SurveyMonkey” anket sitesi üzerinde hazırlanmış olan kişisel bilgi formu ve ölçeği yanıtlamaları istenmiştir. Alınan yanıt sayısı 312’yi bulmuş ancak soruların çok az bir kısmını yanıtlayan ya da yalnızca kişisel bilgi formunu yanıtlayan 71 kişinin yanıtları değerlendirme kapsamına alınmamıştır. Başka bir deyişle toplamda 241 form değerlendirilmiştir.

Verilerin Analizi: Araştırma kapsamında veri setinden elde edilen verilerin çözümlenmesi “SPSS 21 for Windows” paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler tanımlayıcı istatistikler kullanılarak değerlendirilmiştir. Öncelikle toplanan verilere ilişkin katılımcıların puanlarının normal dağılıma uygunluğu incelenmiştir. Normal dağılımın incelenmesinde Kolmogorov-Smirnov testi ve histogram grafiklerinden yararlanılmıştır. Elde edilen sonuçlardan verilerin normal dağılım göstermediği ortaya çıkmıştır. Bu nedenle katılımcıların psikolojik iyi olma düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla ise parametrik olmayan tek yönlü varyans analizi yöntemi olan Kruskal Wallis H testi tekniği kullanılmıştır.

### 3. BULGULAR

Çalışmada öncelikle katılımcılardan elde edilen verilerin parametrik testlere uygun olup olmadığı test edilmiştir. Parametrik testlerin kullanılabilmesi için gerekli olan varsayımlardan biri verilerin normal dağılım sergilemesi gerektiğidir (Büyüköztürk, 2012). Bu amaçla Kolmogorov-Smirnov testinden yararlanılmış ve elde edilen bulgular Tablo 1’de sunulmuştur.

**Tablo 1.** Katılımcıların ölçek puanlarına ait kolmogrov-smirnov normallik testi sonuçları

Değişken	Kolmogorov-Smirnov		
	İstatistik	df	p
Psikolojik İyi Olma	.064	241	.019

Tablo 1 incelendiğinde, Kolmogorov-Smirnov değerlerine göre katılımcılara ait psikolojik iyi olma puanlarının normal dağılım göstermediği ( $p < .05$ ) saptanmıştır.

Katılımcıların psikolojik iyi oluş düzeylerinin medeni durumlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular Tablo 2’de sunulmuştur.

**Tablo 2.** Katılımcıların medeni durumlarına göre psikolojik iyi olma toplam puanları arasındaki farka ilişkin Kruskal Wallis H testi tablosu

Değişken	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	$\chi^2$	sd	p
Psikolojik İyi Oluş	Bekâr	98	113.60	3.065	3	.382
	Evli	117	127.59			
	Eşinden Ayrılmış	22	113.70			
	Çift Olarak Yaşayan	4	149.63			

Tablo 2’de görüldüğü gibi katılımcıların psikolojik iyi olma toplam puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $\chi^2=3.065$ ;  $sd=3$ ;  $p > .05$ ).

Katılımcıların özerklik düzeylerinin medeni durumlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular Tablo 3’de sunulmuştur.

Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2). 1-10.

**Tablo 3.** Katılımcıların medeni durumlarına göre özerklik puanları arasındaki farka ilişkin Kruskal Wallis H testi tablosu

Değişken	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	$\chi^2$	sd	p
Özerklik	Bekâr	98	117.65	.728	3	.866
	Evli	117	124.67			
	Eşinden Ayrılmış	22	115.32			
	Çift Olarak Yaşayan	4	126.88			

Tablo 3'te görüldüğü gibi katılımcıların özerklik puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $\chi^2=.728$ ;  $sd=3$ ;  $p>.05$ ).

Katılımcıların çevresel hâkimiyet düzeylerinin medeni durumlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular Tablo 4' de sunulmuştur.

**Tablo 4.** Katılımcıların medeni durumlarına göre çevresel hâkimiyet puanları arasındaki farka ilişkin Kruskal Wallis H testi tablosu

Değişken	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	$\chi^2$	sd	p
Çevresel Hâkimiyet	Bekâr	98	108.74	7.746	3	.047
	Evli	117	132.52			
	Eşinden Ayrılmış	22	108.18			
	Çift Olarak Yaşayan	4	155.00			

Tablo 4'te görüldüğü gibi katılımcıların çevresel hâkimiyet puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir ( $\chi^2=7.746$ ;  $sd=3$ ;  $p<.05$ ). Bu farklılığın hangi gruplar arasında kaynaklandığını belirlemek için ikili karşılaştırmalarda tercih edilen Mann Whitney-U testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda farklılığın evli olan katılımcıların çevresel hâkimiyet puan ortalamalarının bekâr olan katılımcıların çevresel hâkimiyet puan ortalamalarından ( $U=4595.0$ ;  $z=-2,510$ ;  $p<.05$ ) yüksek olmasından kaynaklandığı belirlenmiştir.

Katılımcıların bireysel gelişim düzeylerinin medeni durumlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular Tablo 5' de sunulmuştur.

**Tablo 5.** Katılımcıların medeni durumlarına göre bireysel gelişim puanları arasındaki farka ilişkin Kruskal Wallis H testi tablosu

Değişken	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	$\chi^2$	sd	p
Bireysel Gelişim	Bekâr	98	116.45	.778	3	.855
	Evli	117	123.91			
	Eşinden Ayrılmış	22	126.55			
	Çift Olarak Yaşayan	4	116.75			

Tablo 5'de görüldüğü gibi katılımcıların bireysel gelişim puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $\chi^2=.778$ ;  $sd=3$ ;  $p>.05$ ).

Katılımcıların diğerleriyle olumlu ilişkiler düzeylerinin medeni durumlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular Tablo 6' da sunulmuştur.



Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2). 1-10.

**Tablo 6.** Katılımcıların medeni durumlarına göre diğerleriyle olumlu ilişkiler puanları arasındaki farka ilişkin Kruskal Wallis H testi tablosu

Değişken	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	$x^2$	<i>sd</i>	<i>p</i>
Diğerleriyle Olumlu İlişkiler	Bekâr	98	118.72	1.435	3	.697
	Evli	117	124.53			
	Eşinden Ayrılmış	22	108.68			
	Çift Olarak Yaşayan	4	141.25			

Tablo 6’da görüldüğü gibi katılımcıların diğerleriyle olumlu ilişkiler puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $x^2=1.435$ ;  $sd=3$ ;  $p>.05$ ).

Katılımcıların yaşam amaçları düzeylerinin medeni durumlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular Tablo 7’ de sunulmuştur.

**Tablo 7.** Katılımcıların medeni durumlarına göre yaşam amaçları puanları arasındaki farka ilişkin Kruskal Wallis H testi tablosu

Değişken	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	$x^2$	<i>sd</i>	<i>p</i>
Yaşam Amaçları	Bekâr	98	118.17	1.060	3	.787
	Evli	117	124.58			
	Eşinden Ayrılmış	22	111.75			
	Çift Olarak Yaşayan	4	136.50			

Tablo 7’de görüldüğü gibi katılımcıların yaşam amaçları puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $x^2=1.060$ ;  $sd=3$ ;  $p>.05$ ).

Katılımcıların öz-kabul düzeylerinin medeni durumlarına göre anlamlı biçimde farklılık gösterip göstermediği ile ilgili bulgular Tablo 8’ de sunulmuştur.

**Tablo 8.** Katılımcıların medeni durumlarına göre öz kabul puanları arasındaki farka ilişkin Kruskal Wallis H testi tablosu

Değişken	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	$x^2$	<i>sd</i>	<i>p</i>
Öz-kabul	Bekâr	98	112.99	3.517	3	.319
	Evli	117	125.37			
	Eşinden Ayrılmış	22	125.20			
	Çift Olarak Yaşayan	4	166.13			

Tablo 8’de görüldüğü gibi katılımcıların öz-kabul puan ortalamaları medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir ( $x^2=3.517$ ;  $sd=3$ ;  $p>.05$ ).

#### 4. SONUÇ

Çalışan bireylerin psikolojik iyi olma düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşmadığı,  
 Çalışan bireylerin Ryff tarafından öne sürülen psikolojik iyi olma modelinin alt boyutları olan kendini kabul düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşmadığı,  
 Özerklik düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşmadığı,  
 Kişisel gelişim düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşmadığı,

Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2). 1-10.

Yaşama amacı düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşmadığı,

Başkalarıyla olumlu ilişkiler düzeylerinin medeni durumlarına göre farklılaşmadığı,

Çevresel hâkimiyet düzeylerinin ise; medeni durumlarına göre farklılaştığı belirlenmiştir.

## 5. TARTIŞMA

Sosyal bir kurum olan evliliğin bireyin iyi oluş düzeyi üzerindeki etkisi özellikle aile araştırmacıları için önemli bir çalışma alanı olmaya devam etmektedir. İlgili alan yazında yapılan çalışmalar evli, boşanmış ya da bekâr olmanın özellikle erkeklerin psikolojik iyi oluşları üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (Kim ve McKenry, 2002; Tütüncü, 2012; Williams ve Dunne-Bryant, 2006). Benzer şekilde bu çalışma sonucunda evli ya da çift olarak yaşayan bireylerin psikolojik iyi olma puanları bekâr ya da eşinden ayrılmış bireylerden daha yüksek olmasına karşın bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Yapılan birçok çalışmada evlilikle psikolojik iyi olma arasında ilişki olduğu ve evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Evli bireylerin birbirlerine sosyal ve ekonomik destek sağlaması, gerekli durumlarda birbirlerini duygusal yönden desteklemeleri, evliliğin toplum tarafından kabul edilen resmi bir kurum olmasına bağlı olarak sosyal ilişkileri daha güçlendirmesi gibi nedenlere bağlı olarak evli bireylerin psikolojik iyi olma düzeyleri daha yüksek olabilmektedir. Evlilik bireyin sahip olduğu çeşitli kaynakları daha güçlü ve etkin kullanmasını sağlayan bir olgu olarak değerlendirilebileceğinden dolayı bireyin psikolojik iyi olma düzeyini olumlu etkileyebilmektedir (Waite, 1995; Williams ve Umberson 2004). Bireyin yaşamdan daha fazla doyum almasını sağlayan evlilik psikolojik iyi oluşu arttıran bir faktördür (Yeşiltepe ve Çelik, 2014). Evliliğin depresyon, mutluluk, öz-saygı ve yaşam amaçları gibi psikolojik iyi olma ile ilişkili birçok kavramla ilişkili olduğu bilinmektedir (Marks ve Lambert, 1998). Evlilik ayrıca beslenmelerine ve çeşitli ihtiyaçlarının giderilmesine doğrudan destek olan birinin yaşamlarında var olmasına bağlı olarak evli erkeklerin yaşam kalitelerini yükseltmektedir (Akın, 2009). Boşanmış olmanın ise psikolojik iyi oluşu olumsuz etkilediğini gösteren çalışmalar mevcuttur (Proulx vd., 2007). Daha az bağlılık olmasına karşın benzer bir durum partnerlerin birbirlerine sağladıkları sosyal destekle ilişkili olarak birlikte yaşayan bireyler için de geçerlidir (Reneflot ve Mamelund, 2012; Soulsby ve Bennett, 2015). Dolayısıyla bu çalışmada evli bireylerin psikolojik iyi olma puanlarının daha yüksek çıkması literatürdeki bulgularla benzerlik göstermektedir.

Öte yandan bazı araştırmalar evli olmanın tek başına bireyin psikolojik iyi olma düzeyini olumlu ya da olumsuz etkilemesinden daha çok farklı faktörlerin de önemli olduğunu vurgulamaktadır. Örneğin evli bireylerin ekonomik destek görebilmeleri için çiftlerin birbirlerine destek olabilecek düzeyde ekonomik güce ya da gelire ihtiyacı vardır. Dolayısıyla ekonomik sorunlar yaşayan ailelerde bireylerin psikolojik iyi olma düzeyleri de olumsuz etkilenmektedir (Akın, 2013). Ayrıca bireylerin evli olup olmamalarından daha çok evliliklerinde mutlu olup olmadıkları ya da evliliklerinden aldıkları doyum düzeyi psikolojik iyi oluşlarını etkileyebilmektedir (Gülyüksel-Akdağ ve Cihangir-Çankaya, 2015). Bekâr ya da boşanmış bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri daha düşük bulunmasına karşın psikolojik iyi oluşun alt boyutlarından özerklik ve bireysel gelişim düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Marks, 1996). Dolayısıyla medeni durumları farklı olan bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamasının çeşitli araştırma bulguları ile uyumlu olduğu söylenebilir. Ayrıca çalışmanın örneklemini oluşturan bireylerin hepsinin çalışan ve düzenli ekonomik geliri olan bireyler olması, ülkemizde özellikle evlenmemiş kadınların ailelerinden sosyal destek alıyor olması, evliliğe bakışın ve evlilik yaşının değişmesi, veri toplama sürecinde kullanılan yöntem gibi faktörler de bu sonucun elde edilmesinde etkili olabilir.

Yapılan analizler sonucunda katılımcıların medeni durumlarına göre psikolojik iyi olmanın alt boyutlarından olan çevresel hâkimiyet düzeylerinin farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Çevresel hâkimiyet bireyin bir parçası olduğu çevreyi düzenlemesi ve fiziksel ya da psikolojik ihtiyaçlarını karşılayabilmek için kendisini çevreye veya çevreyi kendisine uydurabilme becerisidir (Keyes ve Ryff, 2002). Yapılan çalışmalar çevresel hâkimiyetin ergenlik genç yetişkinlikten orta yaşa doğru artış



Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2), 1-10.

gösterdiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca bekârlıktan evliliğe geçen bireylerin çevresel hâkimiyet puanlarında artış saptanmıştır (Keyes ve Singer, 2006). Özellikle çalışan bireylerin evlenme yaşları göz önüne alındığında ve evli bireylerin genel olarak bekâr bireylerden yaşlarının daha büyük olduğu göz önüne alındığında elde edilen sonucun literatür ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

Ülkemizde bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin çeşitli çalışmalar yapılmış olmasına karşın medeni durumun psikolojik iyi oluşa doğrudan etkisini inceleyen çalışma sayısı çok sınırlıdır. Dolayısıyla elde edilen sonuçların alan yazına katkılar sağlayacağı, araştırmacı ve uygulamacılara yol göstereceği düşünülmektedir. Öte yandan ilerleyen çalışmalarda farklı sektörlerde çalışan ya da çalışmayan bireylerin medeni durumlarının psikolojik iyi oluş düzeylerine ilişkin çalışmalar yapılarak alana katkı sağlanabilir. Bu çalışmada kullanılan veri toplama yönteminden farklı yöntemler kullanılarak bireylerin psikolojik iyi olma düzeyleri araştırılabilir.

## KAYNAKÇA

- Akın, A. (2009). *Akılcı duygusal davranışçı terapi odaklı grupla psikolojik danışmanın psikolojik iyi olma ve öz-duyarlık üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Akın, A. (2013). Psikolojik iyi olma. Ahmet Akın (Ed.), *Güncel psikolojik kavramlar 1: Pozitif psikoloji içinde* (s. 23-52). Sakarya: Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yayınları
- Akın, A., Demirci, İ., Yıldız, E., Gediksiz, E., & Eroglu, N. (2012). *The Short form of the Scales of Psychological Well-being (SPWB-42): The validity and reliability of the Turkish version*. In International Counselling and Education Conference (pp. 3-5).
- Austin, E. J., Saklofske, D. H., & Egan, V. (2005). Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 547-558.
- Bayram, N., Kuşdil, E. M., Aytaç, S., & Bilgel, N. (2004). İşe İlişkin Duyuşsal İyilik Algısı Ölçeğinin Türkçe versiyonunun güvenilirlik çalışması, *Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi: Öneri*, 6, 22, 1-7.
- Birsel, M. (2010). Esenlik. Güler İslamoğlu (Ed.), *Kurumlarda iyilik de var içinde* (s. 91-110). İstanbul: Nobel Yayınları
- Brown, S. L. (2000). The effect of union type on psychological well-being: Depression among cohabitators versus marrieds. *Journal of Health and Social Behavior*, 241-255.
- Gable, S. L., & Haidt, J. (2005). What (and why) is positive psychology?. *Review Of General Psychology*, 9(2), 103.
- Gülyüksel-Akdağ, F., & Cihangir-Çankaya Z. (2015). Evli bireylerde psikolojik iyi oluşun yordanması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 646-662.
- Karasar, N. (2000). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- 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.
- Marks, N. F. (1996). Flying solo at midlife: Gender, marital status, and psychological well-being. *Journal of Marriage and the Family*, 917-932.

- Dündar, Z. & Demirli, C. (2018). Medeni durumları farklı olan çalışanların psikolojik iyi olma düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Educational Reflections*, 2(2). 1-10.
- Marks, N. F., & Lambert, J. D. (1998). Marital status continuity and change among young and midlife adults: Longitudinal effects on psychological well-being. *Journal of Family Issues*, 19(6), 652-686.
- Proulx, C.M., Helms, H.M. ve Buehler, C. (2007). Marital ouality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marrisge and Family*. 69, 576-593.
- Reneflot, A., & Mamelund, S. E. (2011). The association between marital status and psychological well-being in Norway. *European Sociological Review*, 28(3), 355-365.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- 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.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35(4), 1103-1119.
- Ryff, C. D., & Keyes C. L. M.,(1995) The structure of psychological wellbeing revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69(4), 719-727.
- Seligman, M. E. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of Positive Psychology*, 2, 3-12.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Sheldon, K. M., & King, L. (2001). Why positive psychology is necessary. *American Psychologist*, 56, 216-217.
- Soulsby, L. K., & Bennett, K. M. (2015). Marriage and psychological wellbeing: The role of social support. *Psychology*, 6(11), 1349
- Telef, B. B. (2013). Psikolojik iyi oluş ölçeği: Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(28-3).
- Timur, S. M. (2008). *Boşanma sürecinde olan ve olmayan evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeylerini etkileyen faktörlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tütüncü, M. (2012). *Yönetici ve çalışanların psikolojik iyi olma ve stres düzeyleri açısından karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Waite, L. J. (1995). Does marriage matter? *Demography*, 32, 483-50
- Williams, K., & Umberson, D. (2004). Marital status, marital transitions, and health: A gendered life course perspective. *Journal of Health and Social Behavior*, 45(1), 81-98.
- Yeşiltepe, S. S., & Çelik, M. (2014). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi olma ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 13(3), 992-1013.