

Bireysel ve Ailevi Yaşamda Başarı ve Doyum İlişkisinin İncelenmesi^a

 AYŞEGÜL YILMAZ^b

Öz: Bu çalışmada aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmanın demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediği bunun yanı sıra aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılan çalışmanın örneklemi toplam 545 katılımcıdan oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Aile Yaşam Doyumu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Başarılı Yaşlanma Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma kapsamında toplanan verilerin analizi SPSS programı ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma kapsamında tanımlayıcı istatistiksel analizler, güvenilirlik analizi, normal dağılım analizi, fark testleri (t-testi ve ANOVA) ve korelasyon analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği, buna karşın yaşa, medeni duruma, çocuk sayısına, çalışma durumuna ve sağlıklarını nasıl algıladıklarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Ayrıca aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasında pozitif ve anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Başarı, doyum, yaşam doyumu, aile yaşam doyumu, başarılı yaşlanma.

^a Bu makale, yazarın İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nde hazırladığı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

^b İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, LEE, Aile Danışmanlığı Programı
aysegul_yilmaz77@hotmail.com

Examining the Relationship between Success and Satisfaction in Individual and Family Life

Abstract: This study aims to examine whether family life satisfaction, life satisfaction and successful aging differ according to demographic characteristics. In addition, it was also aimed to examine the relationships between family life satisfaction, life satisfaction, and successful aging. In this descriptive and cross-sectional study, the relational screening model was adopted. The study sample consists of a total of 545 participants, reached by convenience sampling. A Survey technique was used for data collection in the research. The questionnaire form used in the study includes Personal Information Form, Family Life Satisfaction Scale, Life Satisfaction Scale and Successful Aging Scale, respectively. The analysis of the data collected within the scope of the research was carried out with SPSS v26 software. Within the scope of the study, descriptive statistical analyzes, reliability analysis, normal distribution analysis, difference tests (t-test and ANOVA) and correlation analysis were performed. As a result of the difference analysis, it was determined that the family life satisfaction, life satisfaction and successful aging levels of the participants did not differ significantly according to their gender, but differed significantly according to age, marital status, number of children, employment status and how they perceived their health. As a result of the correlation analysis, it was determined that there were positive and significant relationships between family life satisfaction, life satisfaction and successful aging.

Keywords: Success, satisfaction, life satisfaction, family life satisfaction, successful aging.

Giriş

Bu çerçevede bu çalışmanın konusunu yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma değişkenlerinin hem birbirleriyle hem de demografik değişkenlerle arasındaki ilişkilerin incelenmesi oluşturmaktadır. Devam eden başlıklarda; problem durumu, problem cümlesi, alt problemler, araştırmanın amacı ve önemi, sayıtlar, sınırlılıklar ve tanımlara yer verilmiştir.

Problem

Literatürde yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkilere odaklanan çalışmalarda anılan değişkenler arasında pozitif bir ilişki olduğuna yönelik nispeten bir fikir birliği sağlandığı (Carver ve Jones, 1992; Reboussin vd., 2000; WHO, 2002; Diener vd., 2003; Bowling ve Dieppe, 2005; Corey, 2008; Nazlı, 2014; Martin vd., 2015; Dağlı ve Baysal, 2016; Fakirullahoğlu, 2016; Çalışkan vd., 2017; Bubb ve Jones, 2020; Tunç, 2020) görülse de; bireylerin demografik özelliklerinin yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmalarına etkilerine yönelik birbirinden farklı sonuçlara ulaşıldığı (Yetim, 1991; Braun, 2000; Greene ve Yoon, 2003; Dağdelen, 2008; Jan ve Masood, 2008; Kahyaoğlu, 2008; Akandere vd., 2009; Gwozdz ve Sousa-Poza, 2009; Frijins, 2010; Fitz-Roy vd., 2011; Giusta vd., 2011; Şimşek, 2011; Al-Attayah ve Nasser, 2013; Meggiolaro ve Ongaro, 2013; Tiefenbach ve Agekohlbacher, 2013; Yıldız, 2016) görülmektedir. Bu bağlamda özellikle demografik değişkenlerin yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmaya etkilerine yönelik literatürdeki tartışmaya ampirik kanıtlar sunmak üzere bu çalışmanın problem cümleleri aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

Problem Cümlesi 1: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesi sosyo-demografik özelliklere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

- Alt Problem 1: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesi yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Alt Problem 2: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve

başarılı yaşlanma seviyesi cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

- Alt Problem 3: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesi medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Alt Problem 4: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesi çocuk sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Alt Problem 5: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesi çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Alt Problem 6: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların sağlıklarını nasıl algıladıklarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Problem Cümlesi 2: Yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasında nasıl bir ilişki vardır?

Amaç

Bu çalışmada yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmanın demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bunun yanında yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkilerin incelenmesi de amaçlanmıştır.

Araştırmanın Önemi

Daha önce de belirtildiği üzere literatürde bireylerin demografik özelliklerinin yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmalarına etkilerine yönelik birbirinden farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Bu bağlamda demografik değişkenlerin yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmaya etkilerine yönelik literatürdeki tartışmaya sunulacak ampirik kanıtların önemli bir katkı olduğu değerlendirilmektedir. Bunun yanında literatürde yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma değişkenlerinin bir arada ele alındığı çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu açıdan literatürde yer alan boşluğa sağlanacak katkının da önem arz ettiği düşünülmektedir. Son olarak ise çalışma bulgularına

dayalı olarak bireylere ve araştırmacılara sunulacak önerilerin de çalışmanın önemli bir çıktısı olduğu değerlendirilmektedir.

Varsayımlar

Katılımcıların, araştırma değişkenlerini ölçmek için kendilerine yöneltilen anket sorularına doğru ve samimi yanıtlar verdikleri varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

Araştırmanın örnekleme önemli bir sınırlılık oluşturmaktadır. Farklı bir örneklemden elde edilecek verilerle gerçekleştirilecek bir çalışmada farklı sonuçlara ulaşılabilmesi dikkate alınmalıdır.

Araştırmada yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkiler korelasyon analizi ile incelenmiş, anılan değişkenlerle bir regresyon modeli kurulmamıştır. Oluşturulacak bir regresyon modeli ve bu modele eklenecek özellikle demografik değişkenler olmak üzere başka değişkenler ile gerçekleştirilecek bir çalışmada daha açıklayıcı sonuçların elde edilebileceği değerlendirilmektedir. Ancak araştırma için ayrılan süre, maliyet, gizlilik, alınması gereken izinler ve pandemi sürecinin getirdiği kısıtlamalar gibi konular göz önüne alınarak araştırmanın mevcut model ile gerçekleştirilmesine karar verilmiştir. Başka bir sınırlılık ise araştırma verilerinin tek bir zaman diliminde toplanarak kesitsel olarak yürütülmesidir. Değişkenler arasındaki zamana bağlı ilişki değişimlerini de kapsayabilecek boyutsal bir çalışma ile daha açıklayıcı ve/veya farklı sonuçlara ulaşılabilir.

Araştırmada katılımcıların kendilerini değerlendirdikleri öz bildirim dayalı ölçeklerin kullanılması ise bir diğer sınırlılıktır. Ölçeklerde yer alan ve katılımcıların yaşamlarına yönelik hususları içeren soruları bizzat katılımcının kendisinin cevaplaması, yanıtların beğenilme, yanlışlık, korku vb. gibi faktörlerden etkilenme ihtimalini doğurabileceği göz ardı edilmemelidir.

1. Literatür Taraması

1.1. Yaşam Doyumu Kavramı

Yaşam doyumu kavramı ilk olarak 1961 yılında, Neugarten ve arkadaşları tarafından ele alınmıştır. Neugarten'in tanımladığı

haliyle yaşam doyumu, bireyin yaşamda sahip oldukları ve elde etmeyi umduklarının karşılaştırılması durumunda elde edilen bir sonuçtur. Bu tanım göz önüne alındığında bireyin hayatında sahip oldukları ve sahip olmayı umdukları arasındaki fark ne kadar az ise, yaşam doyumu düzeyinin de o oranda yüksek olması beklenir. (Altıntaş 2020).

Sosyal sistem dahilinde yaşam doyumu insanlar arasında doğal olarak farklılık gösterir. Yaşam doyumu kültürel çevresel sosyal faktörlerin toplamının sonucunda ortaya çıkmaktadır. Her insanın değişik şartlarda olması sebebiyle kişiden kişiye değişmektedir (Kiefer, 2008). Yaşam doyumunun pek çok farklı tanımı bulunmaktadır. Bireylerin hayatta elde etmek istediklerinin ve hayattan beklentilerinin farklı olması, ayrıca bu isteklerin zamana bağlı olarak değişiklik gösterebiliyor olması yaşam doyumunun farklı tanımlara sahip olmasının sebebi olarak görülmektedir. Bir diğer deyişle, bireysel farklılıkların söz konusu olması yaşam doyumunun tek ve kesin bir tanımının yapılmasına engel olmaktadır (Keser, 2005).

Yaşam doyumu kişiler ve toplumlar arasında farklılık göstermekle beraber genel olarak kişinin yaşamına ilişkin beklenti, istek ve ihtiyaçlarının ne düzeyde karşılandığına ilişkin algısı ile ilgili bir kavramdır (Ezgi vd., 2020). Yaşam doyumu bir kişinin sahip olduğu şey ile elde etmek istediği şeyi karşılaştırması sonrasında elde ettiği duygudur (Gündoğar vd., 2007). Yaşam doyumu bireyin hedeflerini ve beklentilerini gerçekleştirmesi, sahip olduğu ve olmak istediği şey arasında gerçekleşen etkileşim sonucu yapılan bir değerlendirme, sahip olduğu şeyleri düşünerek bireysel olarak hoşnutsuzluk duyma biçimidir (Dilmaç ve Ekşi, 2008).

1.2. Yaşam Doyumunu Etkileyen Faktörler

Literatürde yaşam doyumu üzerinde etkisi olduğu belirtilen faktörler (Aydiner Boylu ve Paçacıoğlu, 2016) devam eden maddelerde ele alınmıştır.

Yaş: Yaş faktörünün yaşam doyumu üzerindeki etkisi konusunda farklı görüşler bulunmaktadır. Bu görüşlerden birisi yaş ile yaşam doyumu arasında negatif bir ilişki olduğu şeklindedir.

İnsanın yaşı ilerledikçe sorumlulukları artmakta ve başarması gereken bazı gelişim görevleri ortaya çıkmaktadır. İnsanlar hayatlarının tüm dönemlerinde çeşitli problemler ya da çatışmalarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Yaşın ilerlemesiyle insanlar fiziksel açıdan güç kaybına uğramaktadır. Yaşlılık döneminde çocuklar evden ayrıldığı için yalnızlık başlamakta, ekonomik sıkıntılar, boş zamanı değerlendirme gibi birtakım problemler ortaya çıkmaktadır. Söz konusu sorunlar yaşlı insanların yaşam doyumunu üstünde negatif yönlü bir etki yaratmaktadır (Bilir vd., 2005).

Cinsiyet: Kadın ve erkeklerin yaşam doyum düzeylerinin hangisinin yüksek olduğuna ilişkin literatürde görüş farklılıkları bulunmaktadır. Bazı araştırmacılara göre erkekler daha fazla yaşam doyumuna sahipken, bazıları kadınların yaşam doyum oranlarının daha fazla olduğunu iddia etmiştir. Diğer taraftan bazı araştırmalarca da cinsiyet ve yaşam tatmini arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenememiştir. Anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını iddia eden araştırmacılara göre cinsiyet tek başına yaşam tatmini noktasında etkili değildir; cinsiyet faktörü diğer demografik niteliklerle irdelendiğinde anlamlı ilişkiler ortaya çıkabilmektedir (Yıldız, 2016).

Medeni Durum: Toplumsal hayat, kişisel hayattan doyum için önemli bir faktör şeklinde görülür. Bu görüşe göre toplumsal çevrenin sahibi olmanın, evli olmanın veya bir partnerle beraber yaşamının kişilere çeşitli hazlar verdiğinden yaşamdan alınan tatmini pozitif yönde etkileyebilmektedir (Çelik vd., 2017).

Gelir: Gelir düzeyi ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiye odaklanan çalışmalar genellikle gelir düzeyi arttıkça bireyin yaşam doyumunun dadoğrusal olarak arttığını ortaya koymaktadır (Akan-dere vd., 2009; Yıkılmaz ve Demir-Güdü, 2015; Özkara vd., 2015; Sungur vd., 2016). İşsizlik üzerine yapılan bir araştırma, işsizlerin ruh hallerini tam olarak yansıttıkları için mutsuz olduklarını göstermektedir. İş tatmini ile psikolojik iyi oluşun aralarında güçlü bir bağlantı kurulmuştur. Kişiler mutlu, işini seven mesleklere sahip olmaya devam ettikçe hayattan aldığı zevk ve tatmin artmaktadır (Çirkin ve Göksel, 2016).

Eğitim: Genel olarak, eğitim seviyesinin daha yüksek olduğu bireyler, daha yüksek bir gelire sahip ve daha iyi bir statüleri bulunmaktadır. Bu bağlamda yaşam tatminlerinin de daha yüksek olması beklenmektedir. Ancak mutluluk ve eğitim ilişkisi ile ilgili çalışmaların sonuçları çelişkili olmakla beraber, genellikle eğitim düzeyi yükseldikçe yaşam doyumunun da arttığı belirtilmektedir (Akandere vd., 2009; Koçak, 2016).

Aile: Aile bir insanın doğduğu ve yetiştiği hayata gözlerini açtığı, korunduğu, duygusal ve fiziki kazanımlar elde ettiği bir ortamdır. Aile insanı topluma hazırlayan kurumdur. Ailenin maddi ve manevi şartları insanı pek çok farklı açıdan etkiler. Ailenin sosyal ve ekonomik düzeyi, ebeveynlerin bir arada yaşaması, ailenin diğer fertleri ile duygusal bağın kurulması bireyin yaşam doyumunu da yükseltmektedir (Bozkurt, 2019).

Psikolojik Özellikler: Yaşam doyumunu bireyin psikolojik yapısı ile yakından ilişkili olduğu için sahip olunan bazı psikolojik özellikler yaşam doyumunu etkilemektedir. Bu konuda yapılan bir çalışmada yaşamın anlamı ve bilinçli farkındalık düzeyi ile yaşam doyumunu arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu rapor edilmiştir (Yıkılmaz ve Demir Güdül, 2015).

Kişilik Özellikleri: İnsanlar durumlara karşı diğerlerinden farklı tepkiler göstermekte ve belirli durumlarda farklı yollar izlemektedirler. Bu durumun ana sebebi kişilik özelliklerindeki değişkenliktir (Tekin vd., 2012). Beş faktör modeli kişiliğin değerlendirilmesinde çoğunlukla kullanılmaktadır. Beş faktör; duygusal dengesizlik, dışadönüklük, deneyimlere açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluğu kapsamaktadır. Bu doğrultuda literatürde yer alan çalışmalarda duygusal dengesizlik ve dışadönüklüğün önemli bir belirleyici olduğu ancak yaşam doyumuyla ilişkisinin daha az olduğu belirlenmiştir (Schimmack vd., 2004).

Sosyal Destek: Kişinin yaşamını sürdürdüğü toplum tarafından kabul edilme ve beğenilme arzusu bulunmaktadır. Kişinin mensubu olduğu toplumsal çevreden destek alması onun kendine özgüvenli mutlu ve huzurlu bir hayat sürmesine katkı sağlamaktadır. Kişinin sosyal çevresi çocukluk çağında ebeveynlerinden oluşmakta,

ergenlik dönemine girdiğinde ise arkadaş çevresine doğru kaymaktadır. Yetişkinlik çağında ise çalışma arkadaşları artık kişinin sosyal çevresini meydana getirmektedir (Eriş, 2012).

1.3. Başarılı Yaşlanma Kavramı

Gerontoloji bilimi üzerine çalışma yapan araştırmacılar, normal yaşlanma olgusunu "olağan yaşlanma" ve "başarılı yaşlanma" şeklinde iki başlık altında incelemiştir. Olağan yaşlanma, patolojik olmayan ve bireyin yaşına bağlı olarak yaşadıkları değişimler şeklinde tanımlanmaktadır. Başarılı yaşlanma ise, bireyin kendi yaş grubuna oranla ortalama olarak çok daha az veya neredeyse hiç işlev kaybına maruz kalmayan yaşlanma şekli olarak tanımlanmıştır (Bayraktar, 2004).

Başarılı yaşlanma kavramına yönelik çalışmaların derinlemesine ele alınması ve kavramın tanımlanarak bir modele oturtulması ilk defa Rowe ve Kahn tarafından gerçekleştirilmiştir. Rowe ve Kahn bu kavramı ilk olarak 1987 yılında yayımladıkları "Human aging: usual and successful" adlı makalede kullanmış olup bu makalenin yayımlanmasından sonra kavram pek çok alanda kullanılmaya başlanmış ve "aktif yaşlanma", "pozitif yaşlanma", "sağlıklı yaşlanma", "ideal yaşlanma" gibi kavramlarla genişleyerek literatürde yerini almıştır (Demir Çelebi, 2020). Rowe ve Kahn geliştirdikleri başarılı yaşlanma modelinde başarılı yaşlanmayı üç bileşenden oluşturmaktadırlar. Bunlar; hastalıktan ve engellilikten kaçınma, bilişsel ve fiziksel fonksiyonun koruma ve hayata aktif katılımıdır. Bu üç bileşenin bir arada bulunması başarılı yaşlanmayı sağlamaktadır (Strawbridge vd., 2002).

Başarılı yaşlanmanın tanımı konusunda herhangi bir fikir birliği olmamasına rağmen, çoğu tanım aynı temel bileşenleri içerir. Biyolojik yönler arasında hastalıkların ve risk faktörlerinin önlenmesi, iyi fiziksel ve bilişsel sağlık ve işleyişin sürdürülmesi ve kişisel bakım uygulamaları yer alır (Bowling ve Iliffe, 2011). Başarılı yaşlanma, yaşlının kendini yaşlılık dönemine hazırlama süreci içinde sahip olduğu sosyal çevresini ve ilişkilerini sürdürmesi, maruz kaldığı sağlık sorunlarını en alt düzeyde tutması ve koruyucu önlemler alması, bellek ve fiziksel fonksiyonlarını geliştirmeye

devam etmesi için çeşitli çabalar içinde olması ve yaşama karşı pozitif bakış açısına sahip olması şeklinde tanımlanmaktadır (Güngör Ergan, 2007).

1.4. Başarılı Yaşlanmayı Etkileyen Faktörler

Fiziksel Faktörler: Başarılı yaşlanma için fiziksel sağlık; engelli olmamak, genel sağlık düzeyinin yüksek olması, yapılacak etkinlikler için engel teşkil edecek bir sağlık engelinin olmaması durumunu ifade etmektedir (Bowling vd., 2003). Ayrıca bireyin maruz kaldığı ağrı; günlük yaşam aktivitelerini sınırlayan, yaşamdan alınan hazzı düşüren önemli bir etkidir. Karşılaşılan fiziksel engeller ise sosyal katılım ve günlük aktiviteler için sorun teşkil etmektedir (Escuder-Mollon, 2012).

Psikolojik Faktörler: Başarılı yaşlanmayı etkileyen psikolojik faktörler açıklanırken, pozitif yaşlanma düşüncesinden bahsedilmektedir. Pozitif yaşlanma, pozitif psikolojinin bir uzantısı olarak nitelendirilmektedir. Pozitif yaşlanma; gizli kalmış ya da fark edilmemiş güçleri harekete geçirebilme kabiliyeti, sahip olunan düşünce ve davranışlarda esneklik, bireysel iyi oluş için destekleyici karar verme yetisi, yaşlanmaya bağlı ortaya çıkan düşüş ve gerilemeler üzerine iyimser bakış açısına sahip olma olarak tanımlanmaktadır. Pozitif yaşlanma düşüncesinin başarılı yaşlanma olgusunun gerçekleşmesi için destek rol oynayabileceği belirtilmektedir (Hill, 2011).

Sosyal Faktörler: Aile fertleriyle, arkadaşlarla, bireyin içinde bulunduğu çevrede bulunan bireylerle ve sosyal destek mekanizmaları ile kurulan ilişkiler bireyin sosyal ilişkilerini oluşturmaktadır. Sosyal ilişkilere sahip olan bireyler, kendilerinin değerli olduklarının farkında olurlar ve sosyal çevre ile kurulan ilişkilerin geliştirilmesi için çaba harcarlar (Diener vd., 2003). Çeşitli sosyal aktivitelere katılmanın bireye kendisini zinde hissettirdiği ve dolayısıyla psikolojik iyileşme sağlayarak yaşlanmayı pozitif yönde etkilediği bilinmektedir (McNamara vd., 2016).

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli

Tanımlayıcı ve kesitsel olarak yürütülen bu çalışmada, incelenen durumu olduğu haliyle betimlemeyi ve değişkenler arasındaki birlikte değişimin varlığını ve derecesini tespit etmeyi amaçlayan ilişkisel tarama modeli (Karasar, 2020) benimsenmiştir.

Çalışmanın amacı aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmanın demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir. Bunun yanında aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkileri incelenmesi de amaçlanmaktadır. Bu çerçevede geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H₁: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₂: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₃: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₄: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₅: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₆: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₇: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₈: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₉: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₀: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₁: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çocuk sayılarına

göre anlamlı farklılık göstermektedir.

- H₁₂: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₃: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₄: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₅: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₆: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₇: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₈: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₉: Aile yaşam doyumu ile yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.
- H₂₀: Aile yaşam doyumu ile başarılı yaşlanma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.
- H₂₁: Yaşam doyumu ile başarılı yaşlanma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.

2.2. Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini, 18 yaş yaş üzeri yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise bu evrenden kolayda örnekleme tekniği ile ulaşılan toplam 545 katılımcı oluşturmaktadır. Örneklem miktarının yeterliliği istatistiksel olarak hesaplanabilmektedir. Örneklem miktarının 0,95 güvenilirlik ve 0,05 örneklem hatası ile temsil edebileceği evren büyüklükleri Tablo 1’de sunulmuştur (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Tablo 3.1’de belirtilen değerler incelendiğinde 545 kişilik bir örneklem miktarının 1.000.000’den fazla kişiden oluşan bir evren büyüklüğünü temsil edebileceği görüldüğünden yeterli örneklem miktarına ulaşıldığı kabul edilmiştir.

Tablo 1: Evren Büyüklükleri ve Örneklem Miktarları

Evren Büyüklüğü	100	500	750	1.000	2.500	5.000	10.000	25.000	50.000	100.000	1.000.000
Örneklem Sayısı	80	217	254	278	333	357	370	378	381	383	384

2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama maksadıyla anket tekniği kullanılmıştır. Yaşanan pandemi süreci nedeniyle araştırma verileri çevrimiçi anket formu aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcılara, anket formu sunulmadan önce araştırmanın amacı hakkında bilgi verilmiş ve katılımın gönüllülüğe dayalı olduğu hatırlatılmıştır. Veriler, 01-31 Mart 2022 tarihleri arasında toplanmıştır. Çalışmada kullanılan anket formu dört bölümden oluşmaktadır. Anket formunda sırasıyla Kişisel Bilgi Formu, Aile Yaşam Doyumu Ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Başarılı Yaşlanma Ölçeği yer almaktadır. Ölçeklere ilişkin bilgiler müteakip maddelerde sunulmuştur.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, çocuk sayısı, çalışma durumu ve sağlıklarını nasıl algıladıklarına yönelik olmak üzere toplam 6 soru yer almaktadır.

2.3.2. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği

Aile yaşam doyumu ölçeği, bireylerin aileleri ile birlikte olduklarında yaşadıkları doyumu belirlemeye yönelik olarak Çalışkan, Toker ve Özbay (2017) tarafından geliştirilmiştir. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği tek boyut içeren ve 27 maddeden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 27, en yüksek puan 135'tir. Puanın yüksek olması bireyin ailesi ile birlikte olduğunda yüksek bir yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alpha güvenilirliği $\alpha=0.95$ olarak belirlenmiştir (Çalışkan vd., 2017).

2.3.3. Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam doyumu ölçeği Neugarten, Havighurst ve Tobin (1961) tarafından geliştirilmiş ve Aydoğan Direk (2019) tarafından Türkçe uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir. Tek boyuttan oluşan ölçekte

“evet” ve “hayır” cevaplarını içeren toplam 20 soru yer almaktadır. 1 puan olan “evet” cevaplarının toplanması ile ölçek puanı hesaplanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 20’dir. Puanın yüksek olması bireyin yüksek bir yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alfa İç tutarlılık sayısı 0.86 olarak bulunmuştur (Aydoğan Direk, 2019).

2.3.4. Başarılı Yaşlanma Ölçeği

Başarılı yaşlanma ölçeği Reker (2009) tarafından geliştirilmiş ve Hazer ve Özsungur (2017) tarafından Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiştir. Toplam 10 madde içeren ölçek yedili likert tipindedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 70’dir. Ölçeğin Cronbach alpha güvenilirliği $\alpha=0.85$ olarak belirlenmiştir (Hazer ve Özsungur, 2017).

2.4. Analiz Yöntemi

Araştırma kapsamında toplanan verilerin analizi SPSS v26 yazılımı ile gerçekleştirilmiştir.

Çalışma kapsamında öncelikle katılımcıların demografik özelliklerine yönelik tanımlayıcı istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir. Ardından ölçeklerin güvenilirlikleri Cronbach Alpha katsayısı üzerinden incelenmiştir. Daha sonra verilerin normal dağılım gösterip göstermediklerini belirlemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri üzerinden normal dağılım analizi yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği belirlendiğinden çalışmanın devamında parametrik analizler tercih edilmiştir.

Daha sonra katılımcıların aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma düzeylerinin incelenmesi amacıyla katılımcıların araştırma ölçeklerine verdikleri yanıtlara yönelik tanımlayıcı istatistiksel analizler gerçekleştirilmiştir.

Müteakiben aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma düzeylerinin katılımcıların demografik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla fark analizleri gerçekleştirilmiştir. Bu analizlerde, iki kategorili demografik değişkenlere yönelik t-testi, ikiden fazla kategorili demografik değişkenlere yönelik ise ANOVA analizi kullanılmıştır.

Son olarak aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir.

3. Araştırma Bulguları

Bu bölümde saha araştırmasının sonucunda elde edilen bulguların analizine yer verilmiştir. Öncelikle araştırmada yer alan katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin veriler analiz edilmiş, ardından da araştırmanın temel sorusu olan konularla ilgili veriler üzerinde durulmuştur.

3.1. Demografik Bilgiler

Katılımcıların demografik özelliklerine yönelik frekans ve yüzde değerlerini içeren tanımlayıcı istatistiksel analiz sonuçları Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2: Katılımcıların Demografik Bilgileri

Değişken	Kategori	Frekans	Yüzde
Yaş $\bar{x}=38,10$; $ss=11,862$ min=18; maks=69	18-29 arası	144	26,4
	30-39 arası	173	31,7
	40-49 arası	120	22,0
	50 ve üzeri	108	19,8
Cinsiyet	Kadın	400	73,4
	Erkek	145	26,6
Medeni durum	Bekar	197	36,1
	Evli	348	63,9
Çocuğunuz var mı?	Yok	198	36,3
	1 çocuk	92	16,9
	2 çocuk	131	24,0
	3 çocuk	85	15,6
	4 ve üzeri çocuk	39	7,2
Çalışıyor musunuz?	Hayır	235	43,1
	Evet	310	56,9

Sağlığını nasıl algıyorsunuz?	Kötü	31	5,7
	Orta	155	28,4
	İyi	359	65,9

Tablo 2’de yer alan bulgular incelendiğinde katılımcıların yaş ortalamasının 38,10 olduğu (ss=11,862; min=18; maks=69) belirlenmiştir. Yanında katılımcıların çoğunluğunun 30-39 yaş arasında (n=173; %31,7), kadın (n=400; %73,4), evli (n=348; %63,9), çocuğu olmayan (n=198; %36,3), çalışan (n=310; %56,9) ve sağlığını iyi olarak algılayan (n=359; %65,9) bireylerden oluştuğu görülmektedir.

3.2. Güvenilirlik Analizi

Araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilirliğini incelemek maksadıyla gerçekleştirilen güvenilirlik analizi sonuçları Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3: Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach Alpha (α)
Aile Yaşam Doyumu Ölçeği	27	,933
Yaşam Doyumu Ölçeği	20	,860
Başarılı Yaşlanma Ölçeği	10	,856

Genel olarak bir ölçeğin Cronbach Alpha (α) güvenilirlik katsayısının 0,7’den büyük olması ölçeğin güvenilir olduğu şeklinde yorumlanmaktadır (Gürbüz ve Şahin, 2014). Tablo 4.2’de yer alan bulgular incelendiğinde ölçeklerin tamamının güvenilirlik katsayısının 0,7’den büyük olduğu görüldüğünden araştırmada kullanılan ölçeklerin güvenilir olduğu belirlenmiştir.

3.3. Normal Dağılım Analizi

Araştırma kapsamında toplanan verilerin normal dağılıma uyup uymadıkları çarpıklık ve basıklık değerleriyle incelenmiş ve analiz sonuçları Tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4: Normal Dağılım Analizi Sonuçları

Ölçek	Çarpıklık	Basıklık
Aile Yaşam Doyumu Ölçeği	-,541	,074

Yaşam Doyumu Ölçeği	-,275	-,803
Başarılı Yaşlanma Ölçeği	-,981	1,686

Literatürde normal dağılıma ilişkin kesin kabul görmüş standartlar bulunmamaktadır. Verilerin normal dağılım gösterdiğinin ifade edilebilmesi için çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 arasında olması gerektiğini belirten kaynaklar olduğu gibi (Leech, Barrett ve Morgan, 2005), bu değerlerin -3 ile +3 aralığına kadar kabul edilebilir olduğunu belirten kaynaklar (Kline, 1998; Kalaycı, 2016) da bulunmaktadır. Bu kapsamda, elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiş ve bu nedenle çalışmada parametrik analizler kullanılmıştır.

3.4. Ölçeklerin Tanımlayıcı İstatistiksel Analizi

Katılımcıların araştırmada kullanılan ölçeklere verdikleri yanıtların ortalama ve standart sapma değerlerini içeren tanımlayıcı istatistiksel analiz sonuçları Tablo 5'te sunulmuştur.

Tablo 5: Tanımlayıcı İstatistiksel Analiz Sonuçları

Ölçek	Ort.	ss	Min.	Maks.
Aile Yaşam Doyumu Ölçeği	101,93	16,03	45	135
Yaşam Doyumu Ölçeği	11,51	4,89	0	20
Başarılı Yaşlanma Ölçeği	55,91	8,51	17	70

Tablo 5'te yer alan bulgular incelendiğinde katılımcıların aile yaşa doyumunu ($\bar{x}=101,93$; $ss=16,03$), yaşam doyumunu ($\bar{x}=11,51$; $ss=4,89$) ve başarılı yaşlanma ($\bar{x}=55,91$; $ss=8,51$) ölçeklerinden aldıkları puanların ortalamanın üzerinde olduğu görülmektedir. Diğer bir ifadeyle katılımcıların aile yaşam doyumunu, yaşam doyumunu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin yüksek olduğu belirtilebilecektir.

3.5. Fark Analizleri

Bu çalışmanın amaçlarından birisi aile yaşam doyumunu, yaşam doyumunu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların demografik özelliklerine göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir. Bu kapsamda çalışmanın bu kısmında iki kategorili demografik değişkenlere yönelik t-testi, ikiden fazla kategorili demografik

değişkenlere yönelik ise ANOVA analizleri gerçekleştirilmiş ve elde edilen bulgular aşağıda sırası ile sunulmuştur.

3.5.1. Yaşa Göre ANOVA Analizi Bulguları

Çalışma kapsamında aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların yaşlarına göre farklılık gösterme durumunu test etmeye yönelik olarak geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H₁: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₂: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₃: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Yukarıda sunulan üç hipotezi test etmek üzere aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların yaşlarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla gerçekleştirilen ANOVA analizlerinin sonuçları Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6: Yaşa Göre ANOVA Analizi Sonuçları

Değişken	Yaş	N	Ort.	ss	F	p	Farklı Gruplar
Aile Yaşam Doyumu	(1) 18-29 arası	144	97,07	17,71	6,272	,000	1 < 2, 3, 4
	(2) 30-39 arası	173	103,18	15,83			
	(3) 40-49 arası	120	104,23	14,80			
	(4) 50 ve üzeri	108	103,82	14,03			
Yaşam Doyumu	(1) 18-29 arası	144	9,65	4,77	11,859	,000	1 < 2, 3, 4

	(2) 30-39 arası	173	11,62	4,54			
	(3) 40-49 arası	120	12,22	4,99			
	(4) 50 ve üzeri	108	13,01	4,82			
Başarılı Yaşlanma	(1) 18-29 arası	144	53,67	9,43	8,848	,000	1 < 3, 4 2 < 4
	(2) 30-39 arası	173	55,26	8,61			
	(3) 40-49 arası	120	56,88	7,93			
	(4) 50 ve üzeri	108	58,85	6,62			

Tablo 6'da yer alan bulgular incelendiğinde aile yaşam doyumu seviyesinin katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=6,272$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek amacıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda 18-29 yaş arasındaki katılımcıların aile yaşam doyumu seviyeleri ($\bar{x}=97,07$; $ss=17,71$) ile 30-39 yaş arası ($\bar{x}=103,18$; $ss=15,83$), 40-49 yaş arası ($\bar{x}=104,23$; $ss=14,80$) ve 50 yaş üzeri ($\bar{x}=103,82$; $ss=14,03$) grupları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, 18-29 yaş arasındaki katılımcıların aile yaşam doyumu seviyelerinin 30-39 yaş arası, 40-49 yaş arası ve 50 yaş üzeri gruplarındaki katılımcıların aile yaşam doyumu seviyelerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_0 hipotezi kabul edilmiştir.

Benzer şekilde, yaşam doyumu seviyesinin de katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=11,859$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek amacıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda 18-29 yaş arasındaki katılımcıların yaşam doyumu seviyeleri ($\bar{x}=9,65$; $ss=4,77$) ile 30-39 yaş arası ($\bar{x}=11,62$; $ss=4,54$), 40-49 yaş arası ($\bar{x}=12,22$; $ss=4,99$) ve 50 yaş üzeri ($\bar{x}=13,01$; $ss=4,82$) grupları arasındaki farkın anlamlı

olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, 18-29 yaş arasındaki katılımcıların yaşam doyumu seviyelerinin 30-39 yaş arası, 40-49 yaş arası ve 50 yaş üzeri gruplarındaki katılımcıların yaşam doyumu seviyelerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_2 hipotezi kabul edilmiştir.

Bunun yanında, başarılı yaşlanma seviyesinin de katılımcıların yaşlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=8,848$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek amacıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda 18-29 yaş arasındaki katılımcıların başarılı yaşlanma seviyeleri ($\bar{x}=53,67$; $ss=9,43$) ile 40-49 yaş arası ($\bar{x}=56,88$; $ss=7,93$) ve 50 yaş üzeri ($\bar{x}=58,85$; $ss=6,62$) grupları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, 18-29 yaş arasındaki katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinin 40-49 yaş arası ve 50 yaş üzeri gruplarındaki katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilebilecektir. Ayrıca, 30-39 yaş arasındaki katılımcıların başarılı yaşlanma seviyeleri ($\bar{x}=55,26$; $ss=8,61$) ile 50 yaş üzeri ($\bar{x}=58,85$; $ss=6,62$) grupları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, 30-39 yaş arasındaki katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinin 50 yaş üzeri grubundaki katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_3 hipotezi kabul edilmiştir.

3.5.2. Cinsiyete Göre T-Testi Bulguları

Çalışma kapsamında aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların cinsiyetlerine göre farklılık gösterme durumunu test etmeye yönelik olarak geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H_4 : Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H_5 : Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H_6 : Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Yukarıda sunulan üç hipotezi test etmek üzere aile yaşam

doyumunu, yaşam doyumunu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların cinsiyetlerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla gerçekleştirilen t-testlerinin sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7: Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	Ort.	ss	t	sd	p
Aile Yaşam Doyumu	Kadın	400	101,95	16,369	,044	543	,965
	Erkek	145	101,88	15,111			
Yaşam Doyumu	Kadın	400	11,61	4,850	,800	543	,424
	Erkek	145	11,23	5,034			
Başarılı Yaşlanma	Kadın	400	55,99	8,369	,383	543	,702
	Erkek	145	55,68	8,943			

Tablo 7’de yer alan bulgular incelendiğinde katılımcıların aile yaşam doyumunu ($t=0,044$; $p>0,05$), yaşam doyumunu ($t=0,800$; $p>0,05$) ve başarılı yaşlanmanın ($t=0,383$; $p>0,05$) katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bu sonuçlara göre H_4 , H_5 ve H_6 hipotezleri reddedilmiştir.

3.5.3. Medeni Duruma Göre T-Testi Bulguları

Çalışma kapsamında aile yaşam doyumunu, yaşam doyumunu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların medeni durumlarına göre farklılık gösterme durumunu test etmeye yönelik olarak geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H_7 : Aile yaşam doyumunu seviyesi katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H_8 : Yaşam doyumunu seviyesi katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H_9 : Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların medeni durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Yukarıda sunulan üç hipotezi test etmek üzere aile yaşam doyumunu, yaşam doyumunu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların medeni durumlarına göre farklılık gösterip

göstermediğini incelemek maksadıyla gerçekleştirilen t-testlerinin sonuçları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8: Medeni Duruma Göre T-Testi Sonuçları

Değişken	Medeni	N	Ort.	ss	t	sd	p
Aile Yaşam Doyumu	Bekar	197	97,28	17,52	-	543	,000
	Evli	348	104,55	14,49	5,207		
Yaşam Doyumu	Bekar	197	9,63	4,66	-	543	,000
	Evli	348	12,57	4,71	7,003		
Başarılı Yaşlanma	Bekar	197	55,54	8,88	-	543	,446
	Evli	348	56,12	8,31	0,763		

Tablo 8’de yer alan bulgular incelendiğinde aile yaşam doyumu seviyesinin medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterdiği ($t=-5,207$; $p<0,01$) belirlenmiştir. Evli katılımcıların aile yaşam doyumu seviyesinin ($\bar{x}=105,55$; $ss=14,49$) bekar katılımcılardan ($\bar{x}=97,28$; $ss=17,52$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre H_1 hipotezi kabul edilmiştir.

Bunun yanında, yaşam doyumu seviyesinin de medeni duruma göre anlamlı farklılık gösterdiği ($t=-7,003$; $p<0,01$) belirlenmiştir. Evli katılımcıların yaşam doyumu seviyesinin ($\bar{x}=12,57$; $ss=4,71$) bekar katılımcılardan ($\bar{x}=9,63$; $ss=4,66$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre H_1 hipotezi kabul edilmiştir.

Diğer taraftan başarılı yaşlanma seviyesinin medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermediği ($t=-0,763$; $p>0,05$) belirlenmiştir. Bu sonuca göre H_0 hipotezi reddedilmiştir.

3.5.4. Çocuk Sayısına Göre ANOVA Analizi Bulguları

Çalışma kapsamında aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların çocuk sayılarına göre farklılık gösterme durumunu test etmeye yönelik olarak geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H_{10} : Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

- H₁₁: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₂: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Yukarıda sunulan üç hipotezi test etmek üzere aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların çocuk sayılarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla gerçekleştirilen ANOVA analizlerinin sonuçları Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9: Çocuk Sayısına Göre ANOVA Analizi Sonuçları

Değişken	Çocuk Sayısı	N	Ort.	ss	F	p	Farklı Gruplar
Aile Yaşam Doyumu	(1) Yok	198	98,51	17,51	3,77 4	,005	1 < 4
	(2) 1 çocuk	92	103,90	17,02			
	(3) 2 çocuk	131	103,16	14,11			
	(4) 3 çocuk	85	104,32	14,78			
	(5) 4 ve üzeri	39	105,28	11,46			
Yaşam Doyumu	(1) Yok	198	9,90	4,77	14,4 44	,000	1, 2, 3 < 4,5
	(2) 1 çocuk	92	11,98	4,61			
	(3) 2 çocuk	131	11,33	4,82			
	(4) 3 çocuk	85	13,66	4,66			
	(5) 4 ve üzeri	39	14,44	3,70			
Başarılı Yaşlanma	(1) Yok	198	54,84	9,18	2,39 4	,049	1 < 4
	(2) 1 çocuk	92	55,49	7,75			
	(3) 2 çocuk	131	56,12	8,20			
	(4) 3 çocuk	85	58,11	8,53			
	(5) 4 ve üzeri	39	56,79	7,02			

Tablo 9'da yer alan bulgular incelendiğinde aile yaşam doyumu seviyesinin katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=3,774$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek maksadıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda çocuğu olmayan katılımcıların aile yaşam doyumu seviyeleri ($\bar{x}=98,51$; $ss=17,51$) ile 3 çocuk sahibi ($\bar{x}=103,16$; $ss=14,11$) grupları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, çocuğu olmayan katılımcıların aile yaşam doyumu seviyelerinin 3 çocuğu olan katılımcıların aile yaşam doyumu seviyelerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_{10} hipotezi kabul edilmiştir.

Bunun yanında, yaşam doyumu seviyesinin de katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=14,444$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek maksadıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda çocuğu olmayan ($\bar{x}=9,90$; $ss=4,77$), 1 çocuğu olan ($\bar{x}=11,98$; $ss=4,61$) ve 2 çocuğu olan ($\bar{x}=11,33$; $ss=4,82$) gruplar ile 3 çocuğu olan ($\bar{x}=13,66$; $ss=4,66$) ve 4 üzeri çocuğu olan ($\bar{x}=14,44$; $ss=3,70$) grupları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, 2 ve altında çocuğa sahip katılımcıların yaşam doyumu seviyelerinin 3 ve üzeri çocuğa sahip katılımcıların yaşam doyumu seviyelerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_{11} hipotezi kabul edilmiştir.

Ayrıca, başarılı yaşlanma seviyesinin de katılımcıların çocuk sayılarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=2,394$; $p<0,05$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek maksadıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda çocuğu olmayan katılımcıların başarılı yaşlanma seviyeleri ($\bar{x}=54,84$; $ss=9,18$) ile 3 çocuk sahibi ($\bar{x}=58,11$; $ss=8,53$) grupları arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer ifadeyle, çocuğu olmayan katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinin 3 çocuklu katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinden anlamlı olarak daha düşük olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_{12} hipotezi kabul edilmiştir.

3.5.5. Çalışma Duruma Göre T-Testi Bulguları

Çalışma kapsamında aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve

başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların çalışma durumlarına göre farklılık gösterme durumunu test etmeye yönelik olarak geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H₁₃: Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₄: Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H₁₅: Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların çalışma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Yukarıda sunulan üç hipotezi test etmek üzere aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların çalışma durumlarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek maksadıyla gerçekleştirilen t-testlerinin sonuçları Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10: Çalışma Durumuna Göre T-Testi Sonuçları

Değişken	Çalışma	N	Ort.	ss	t	sd	p
Aile Yaşam Doyumu	Hayır	235	99,70	16,87	-2,844	543	,005
	Evet	310	103,62	15,17			
Yaşam Doyumu	Hayır	235	11,03	5,05	-1,983	543	,048
	Evet	310	11,87	4,75			
Başarılı Yaşlanma	Hayır	235	55,09	9,02	-1,969	543	,049
	Evet	310	56,53	8,07			

Tablo 10'da yer alan bulgular incelendiğinde aile yaşam doyumu seviyesinin çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği ($t=-2,844$; $p<0,01$) belirlenmiştir. Çalışan katılımcıların aile yaşam doyumu seviyesinin ($\bar{x}=103,62$; $ss=99,70$) çalışmayan katılımcılardan ($\bar{x}=99,70$; $ss=16,87$) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre H₁₃ hipotezi kabul edilmiştir.

Bunun yanında, yaşam doyumu seviyesinin de çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği ($t=-1,983$; $p<0,05$) belirlenmiştir. Çalışan katılımcıların yaşam doyumu seviyesinin ($\bar{x}=11,87$;

ss=4,75) çalışmayan katılımcılardan (\bar{x} =11,03; ss=5,05) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre H_{14} hipotezi kabul edilmiştir.

Ayrıca, başarılı yaşlanma seviyesinin de çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği ($t=-1,969$; $p<0,05$) belirlenmiştir. Çalışan katılımcıların başarılı yaşlanma seviyesinin (\bar{x} =56,53; ss=8,07) çalışmayan katılımcılardan (\bar{x} =55,09; ss=9,02) daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuçlara göre H_{15} hipotezi kabul edilmiştir.

3.5.6. Sağlık Durumuna Göre ANOVA Analizi Bulguları

Çalışma kapsamında aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların sağlık durumuna göre farklılık gösterme durumunu test etmeye yönelik olarak geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H_{16} : Aile yaşam doyumu seviyesi katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H_{17} : Yaşam doyumu seviyesi katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.
- H_{18} : Başarılı yaşlanma seviyesi katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

Yukarıda sunulan üç hipotezi test etmek üzere aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesinin katılımcıların sağlık durumlarına göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla gerçekleştirilen ANOVA analizlerinin sonuçları Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11: Sağlık Durumuna Göre ANOVA Analizi Sonuçları

Değişken	Sağlık Durumu	N	Ort.	ss	F	p	Farklı Gruplar
Aile Yaşam Doyumu	(1) Kötü	31	95,16	16,17	11,155	,000	1, 2 > 3
	(2) Orta	155	98,08	17,09			
	(3) İyi	359	104,17	15,08			
Yaşam	(1) Kötü	31	10,94	5,14	24,076	,000	2 > 3

Doyumu	(2) Orta	155	9,36	4,70			
	(3) İyi	359	12,48	4,67			
Başarılı Yaşlanma	(1) Kötü	31	52,77	9,09	12,627	,000	1, 2 > 3
	(2) Orta	155	53,55	9,36			
	(3) İyi	359	57,19	7,79			

Tablo 11’de yer alan bulgular incelendiğinde aile yaşam doyumu seviyesinin katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=11,155$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek maksadıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda sağlık durumunu iyi algılayan katılımcıların aile yaşam doyumu seviyeleri ($\bar{x}=104,17$; $ss=15,08$) ile sağlık durumunu kötü algılayan ($\bar{x}=95,16$; $ss=16,17$) ve orta algılayan ($\bar{x}=98,08$; $ss=17,09$) gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, sağlık durumunu iyi algılayan katılımcıların aile yaşam doyumu seviyelerinin sağlık durumunu kötü ve orta olarak algılayan katılımcıların aile yaşam doyumu seviyelerinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_{16} hipotezi kabul edilmiştir.

Bunun yanında, yaşam doyumu seviyesinin de katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=24,076$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek maksadıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda sağlık durumunu iyi algılayan katılımcıların yaşam doyumu seviyeleri ($\bar{x}=12,48$; $ss=4,67$) ile sağlık durumunu orta olarak algılayan ($\bar{x}=9,36$; $ss=4,70$) gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, sağlık durumunu iyi algılayan katılımcıların yaşam doyumu seviyelerinin sağlık durumunu orta olarak algılayan katılımcıların yaşam doyumu seviyelerinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_{17} hipotezi kabul edilmiştir.

Ayrıca, başarılı yaşlanma seviyesinin de katılımcıların sağlık durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiği ($F=12,627$; $p<0,01$) tespit edilmiştir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu incelemek maksadıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonucunda sağlık

durumunu iyi algılayan katılımcıların başarılı yaşlanma seviyeleri ($\bar{x}=57,19$; $ss=7,79$) ile sağlık durumunu kötü algılayan ($\bar{x}=52,77$; $ss=9,09$) ve orta algılayan ($\bar{x}=53,55$; $ss=9,36$) gruplar arasındaki farkın anlamlı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, sağlık durumunu iyi algılayan katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinin sağlık durumunu kötü ve orta olarak algılayan katılımcıların başarılı yaşlanma seviyelerinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtilebilecektir. Bu sonuçlara göre H_{18} hipotezi kabul edilmiştir.

3.6. Korelasyon Analizi

Bu çalışmanın amaçlarından bir diğeri aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışma kapsamında aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkileri test etmeye yönelik olarak geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- H_{19} : Aile yaşam doyumu ile yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.
- H_{20} : Aile yaşam doyumu ile başarılı yaşlanma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.
- H_{21} : Yaşam doyumu ile başarılı yaşlanma arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.

Yukarıda sunulan üç hipotezi test etmek üzere aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla gerçekleştirilen Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12: Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişken	Aile Yaşam Doyumu	Yaşam Doyumu	Başarılı Yaşlanma
Aile Yaşam Doyumu	1		
Yaşam Doyumu	,491**	1	
Başarılı Yaşlanma	,363**	,466**	1

** $p<0,01$

Pearson korelasyon katsayısı, 0 ile 1 arasında değişen bir değer almakta ve bu değer sifıra yaklaştıkça iki değişken arasındaki

ilişkinin kuvveti azalmakta iken bire yaklaştıkça ise artmaktadır. Korelasyon katsayısının pozitif bir değer alması değişkenler arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu anlamına gelirken, negatif bir korelasyon katsayısı ise ilişkinin ters orantılı olduğunu göstermektedir. Literatürde genel olarak Pearson korelasyon katsayısı;

- 0-0.2 arasında ise “zayıf”,
- 0.2-0.4 arasında ise “düşük”,
- 0.4-0.6 arasında ise “orta”,
- 0.6-0.8 arasında ise “güçlü”
- 0.8-1 arasında ise “yüksek”

korelasyon seviyesi olarak nitelenmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2014).

Tablo 12’de yer alan bulgular incelendiğinde aile yaşam doyumu ile yaşam doyumu arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu ($r=0,491$; $p<0,01$) görülmektedir. Bu sonuca göre H_{19} hipotezi kabul edilmiştir.

Bunun yanında, aile yaşam doyumu ile başarılı yaşlanma arasında düşük seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu ($r=0,363$; $p<0,01$) görülmektedir. Bu sonuca göre H_{20} hipotezi kabul edilmiştir. Ayrıca, yaşam doyumu ile başarılı yaşlanma arasında orta seviyede, pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu ($r=0,466$; $p<0,01$) görülmektedir. Bu sonuca göre H_{21} hipotezi kabul edilmiştir.

Sonuç

Bu çalışmanın amaçlarından birisi aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanmanın demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesidir.

Bu kapsamda gerçekleştirilen fark analizleri (t-test ve ANOVA) sonucunda katılımcıların yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği, buna karşın yaşa, medeni duruma, çocuk sayısına, çalışma durumuna ve sağlıklarını nasıl algıladıklarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bulgular aşağıda daha detaylı olarak ele alınarak tartışılmıştır.

Cinsiyete yönelik fark incelendiğinde katılımcıların yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bu bulguya günümüzde kadınların toplumsal cinsiyet rolleri açısından erkeklerle daha eşit bir seviyeye gelmeleri neticesinde yaşam doyumunu etkileyebilecek yaşam dinamikleri bağlamında erkeklerle aralarında önemli bir farkın kalmaması nedeniyle ulaşıldığı değerlendirilmektedir.

Yaşa göre fark incelendiğinde daha genç grubun (18-29 yaş arası) yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin daha yaşlı gruplara (30-39 yaş arası, 40-49 yaş arası ve 50 yaş üzeri) göre düşük seviyede olduğu belirlenmiştir. Bu bulguya bireylerin yaşları ilerledikçe yaşam doyumlarına katkı sağlayacak evlilik, çocuk sahibi olma, kariyer gelişimi, maddi imkanlarda artış gibi faktörlerin eşlik etmesiyle ulaşıldığı değerlendirilmektedir.

Medeni duruma göre fark incelendiğinde evli katılımcıların yaşam doyumu ve aile yaşamı doyumu seviyelerinin bekâr katılımcılardan daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bu bulgunun genel olarak mutlu bir aile ile açıklanabileceği, problemlerin çözümünde eşin destek olması, manevi ve maddi bir paylaşımın varlığı gibi çeşitli faktörlerin insanların yaşam doyumlarına katkı sağladığı değerlendirilmektedir.

Çalışma durumuna göre fark incelendiğinde çalışan katılımcıların yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin çalışmayan katılımcılardan daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bireylerin çalışma durumunun bu olumlu etkisinin çalışma hayatının gelir sağlaması, daha fazla sosyal destek imkânı sunması ve üretkenlik hissi vermesiyle ilgili olduğu değerlendirilmektedir.

Sonuç olarak bireylerin yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin sosyo-demografik özelliklerine farklılık gösterebildiği, bu kapsamda yapılan çalışmalarda sosyo-demografik özelliklerin etkisine yönelik farklı sonuçlara ulaşıldığı, çalışma sonuçları arasındaki bu farklılıkların ise çalışmaların bağlamlarından kaynaklandığı değerlendirilmektedir.

Bu çalışmanın bir diğer amacı ise aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Bu çerçevede gerçekleştirilen korelasyon analizi sonucunda aile yaşam doyumu, yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir.

Uygulamaya Yönelik Çıkarımlar

Çalışmada yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Bu çerçevede başarılı yaşlanma açısından bireylerin WHO (2022) tarafından belirtilen kriterleri karşılayacak bir yaşam tarzını benimsemeleri önerilebilecektir. Yaşam doyumu ve aile yaşam doyumu açısından ise her iki kavramın iç içe geçmiş olduğu göz önünde bulundurularak bireylerin aile üyeleri ile sağlıklı ve kaliteli etkileşimde olmaları, yaşama dair makul beklentiler geliştirerek pozitif bir tuma sahip olmaları, bu konularda bir problem yaşanması durumunda profesyonel destek almaları önerilmektedir.

Gelecek Çalışmalar İçin Öneriler

Bu çalışmada katılımcıların yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyelerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği, buna karşın yaşa, medeni duruma, çocuk sayısına, çalışma durumuna ve sağlıklarını nasıl algıladıklarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu çerçevede daha yaşlı, evli, daha çok çocuklu, çalışan ve sağlığını iyi algılayan katılımcıların daha yüksek yaşam doyumu, aile yaşam doyumu ve başarılı yaşlanma seviyesine sahip oldukları belirlenmiştir. Bu bağlamda araştırmacılara yaşam doyumu, aile yaşam doyumu veya başarılı yaşlanma değişkenlerinin bağımlı değişken olduğu bir regresyon modelinde anılan demografik faktörlerin düzenleyici (moderasyon) etkisinin incelenmesi önerilebilecektir.

Kaynaklar

Akandere, M., Acar, M. ve Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve Fiziksel Engelli Çocuğa Sahip Anne ve Babaların Yaşam Doyumu ve Umutsuzluk Düzeylerinin İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22: 23-32.

- Al Attiyah, A., & Nasser, R. (2013). 'Gender and Age Differences in Life Satisfaction Within a Sex-Segregated Society: Sampling Youth in Qatar'. *International Journal of Adolescence and Youth*, 21(1): 1-13.
- Altıntaş, A. (2020). *Lise Öğrencilerinde Problemlİ İnternet Kullanımının Duygusal Zeka ve Yaşam Doyumu Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Aydiner Boylu, A. ve Paçacıoğlu, B. (2016). Yaşam Kalitesi ve Göstergeleri. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi (AKAD)*, 8(15): 137-150.
- Aydoğan Direk, D. (2019). *Huzurevinde Kalan ve Aile Ortamında Yaşayan Yaşlıların Yaşam Doyumlarının İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bayraktar, R. (2004). *Orta Yaş ve Yaşlılıkta Psiko-Sosyal Değişmeler*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Geriatrik Bilimler Araştırma Derneđi Yayınları.
- Bilir, N., Özcebe, L. H., Vaizođlu, S. A., Aslan, D., Subaşı, N. ve Telatar, T. G. (2005). Van İlinde 15 Yaş Üzeri Erkeklerde SF-36 ile Yaşam Kalitesinin Deđerlendirilmesi. *Türkiye Klinikleri Tıp Bilimleri Dergisi*, 25(5): 663-668.
- Bowling, A., Gabriel, Z., Dykes, J., Dowding, L. M., Evans, O., & Fleissig, A. (2003). Let's Ask Them: A National Survey of Definitions of Quality of Life and Its Enhancement among People Aged 65 and Over. *The International Journal of Aging and Human Development*, 56 (4): 269-306.
- Bowling, A., & Dieppe, P. (2005). What is Successful Ageing and Who Should Define It?. *Bmj*, 331(7531): 1548-1551.
- Bowling, A., & Iliffe, S. (2011). Psychological Approach to Successful Ageing Predicts Future Quality of Life in Older Adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1): 1-10.
- Bozkurt, T. (2019). *Koroner Arter Bypass Greft Ameliyatı Olan Hastalarda Görülen Semptomların Bakım Memnuniyeti Üzerine Etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Bubb, S., & Jones, M. A. (2020). Learning from the COVID-19 Home-Schooling Experience: Listening to Pupils, Parents/Carers and Teachers. *Improving Schools*, 23(3): 209-222.

- Corey, G. (2008). *Psikolojik Danışma Kuram ve Uygulamaları* (T. Ergene, Çev.). Ankara: Mentis.
- Çalışkan, M., Toker, M. ve Özbay, Y. (2017). Aile Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(1): 1-9.
- Çirkin, Z., & Göksel, T. (2016). Mutluluk ve Gelir. *Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 71(2): 375-400.
- Dağdelen, M. (2008). *Üretim ve Hizmet Sektöründe Çalışan İşçilerde Ruhsal Sağlık Düzeyi, Ruhsal Belirti Dağılımı, Algılanan Sağlık, İş Doyumu, Yaşam Doyumu ve Sosyodemografik Özelliklerinin Karşılaştırılması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi, Malatya.
- Dağlı, A. ve Baysal, N. (2016). Yaşam Doyumu Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(59).
- Demir Çelebi, Ç. (2020). *Başarılı Yaşlanma ve Türkiye İçin Bir Program Denemesi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54(1): 403-425.
- Dılmaç, B. ve Ekşi, H. (2008). Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20: 279-289.
- Eriş, H. M. (2012). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Kalitesi Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Escuder-Mollon, P. (2012). Modelling the Impact of Lifelong Learning on Senior Citizens' Quality of Life. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 46: 2339-2346.
- Fakirullahoğlu P. (2016). *Öznel Aile Mutluluğu Ölçeği Geliştirilmesi ve Güvenirlik Geçerlik Çalışması* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Fitzroy, F. N., Steinhardt, M., & Max, F. (2011). Age, Life-Satisfaction, and

- Relative Income. *Hamburg Institute of International Economics (HWWI)*: 1-15.
- Greene, K. V., & Yoon, B. J. (2004). Religiosity, Economics and Life Satisfaction. *Review of Social Economy*, 62(2): 245-261.
- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uskun, E., Demirci, S. ve Keçeci, D. (2007) Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 10(1): 14-27.
- Güngör Ergan, N. (2007). Yaşlılıkta Sosyal Uyum. *I. Ulusal Yaşlılık Konseyi Kongresi*. TÜRYAK ve Hacettepe Üniversitesi, İstanbul.
- Gürbüz, S. ve Şahin, F. (2014). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Gwozdz, W., & Sousa-Poza, A. (2010). Ageing, Health and Life Satisfaction of the Oldest Old: An Analysis for Germany. *Social Indicators Research*, 97(3): 397-417.
- Hazer, O. ve Özsungur, F. (2017). Başarılı Yaşlanma Ölçeği (BYÖ) Türkçe Versiyonu. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 4: 184-206.
- Hill, R. D. (2011). A Positive Aging Framework for Guiding Geropsychology Interventions. *Behavior Therapy*, 42(1): 66-77.
- Jan, M., & Masood, T. (2008). An Assessment of Life Satisfaction among Women. *Studies on Home and Community Science*, 2(1): 33-42.
- Kalaycı, Ş. (2016). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Keser, A. (2005). Çalışma Yaşamı ile Yaşam Doyumu İlişikisine Teorik Bakış. *İstanbul Üniversitesi İktisat Fakültesi Mecmuası*, 55(1): 897-913.
- Kiefer, R. A. (2008). An Integrative Review of the Concept of Well-Being. *Holistic Nursing Practice*, 22(5): 244-252.
- Kline, R. B. (1998). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling*. New York: Guilford Press.
- Koçak, Ö. F. (2016). Kişilerarası Çatışmalar ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Üzerinde Bir Araştırma. *Journal of International*

- Social Research*, 9(43): 1-22.
- Leech, N. L., Barrett, K. C. & Morgan, G. A. (2005). *SPSS for Intermediate Statistics Use and Interpretation*. NJ: Lawrence Erlbaum.
- Martin, P., Kelly, N., Kahana, B., Kahana, E., Willcox, B. J., Willcox, D. C., & Poon, L. W. (2015). Defining Successful Aging: A Tangible or Elusive Concept?. *The Gerontologist*, 55(1): 14-25.
- McNamara, B., Rosenwax, L., Lee, E. A., & Same, A. (2016). Evaluation of A Healthy Ageing Intervention for Frail Older People Living in the Community. *Australasian Journal on Ageing*, 35(1): 30-35.
- Meggiolaro, S., & Ongaro, F. (2013). 'Life Satisfaction Among The Elderly in Italy in a Gender Approach. *Working Paper Series*, 6: 4- 23.
- Nazlı, S. (2014). Gelişimsel Odaklı Aile Danışmanlığı Süreci: Olgu Sunumu. *Aile Psikolojik Danışmanlığı Dergisi*, 2(1): 29-52.
- Neugarten, B., Havighurst, R. & Tobin, S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16: 134-143.
- Özkara, A. B., Kalkavan, A. ve Çavdar, S. (2015). Spor Bilimleri Alanında Eğitim Alan Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyum Düzeylerinin Araştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3, 336-346.
- Reboussin, B., Rejeski, J. W., Martin, K. A., Callahan, K., Dunn, A. L., & King, A. C. (2000). Correlates of Satisfaction with Body Function and Body Appearance in Middle and Older Aged Adults: The Activity Counseling Trial. *Psychology and Health*, 15(2): 239-254.
- Reker, G. T. (2009). A Brief Manual of the Successful Aging Scale (SAS). DOI, 10(2.1): 4238-720.
- Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R. M., & Funder, D. C. (2004). Personality and Life Satisfaction: A Facet-Level Analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(8): 1062-1075.
- Strawbridge, W. J., Wallhagen, M. I., & Cohen, R. D. (2002). Successful Aging and Wellbeing: Self-Rated Compared with Rowe and Kahn. *The Gerontologist*, 42(6): 727-733.
- Sungur, M. A., Şahin, M., Can, G., Şahin, M. F., Duman, K., Pektaş, B. ve Onuk, H. (2016). Düzce Üniversitesinde Yükseköğrenim Gören

- Yabancı Uyruklu Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Sosyal Uyumlarını Etkileyen Faktörler, *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 101-109.
- Şimşek, E. (2011). *Örgütsel İletişim ve Kişilik Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkileri* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Tekin, Ö. A., Turan, S. N., Özmen, M., Turhan, A. A. ve Kökçü, A. (2012). Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Örgütsel Çatışma Yönetimi Arasındaki İlişkiler: Ankara'daki Beş Yıldızlı Otel İşletmeleri Üzerine Bir Uygulama. *Journal of Yaşar University*, 27(7): 4611-4642.
- Tunç, B. (2020). *Manevi İyi Oluşla Aile Doyumu Arasındaki İlişkide Aile Desteği ve Bütünlüğünün Rolü* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- WHO. (2022). Active Ageing: A Policy Framework. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/67215>, (Erişim Tarihi: 19.04.2022).
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2004). *SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yıkılmaz, M. ve Demir Güdül, M., (2015). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumu, Yaşamda Anlam ve Bilinçli Farkındalık Arasındaki İlişkiler. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(2): 297-315.
- Yıldız, M. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Duygusal Zekâ Yaşam Doyumu ve Depresyonun Cinsiyet ve Sınıf Seviyelerine Göre Etkileri. *Opus Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(11): 451-474.