

Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeğinin Geliştirilmesi Development of Adults Life Satisfaction Scale

İlker Kaba - Murat Erol - Kadir Güç

Başvuru Tarihi: 08.01.2016

Kabul Tarihi: 24.01.2017

Öz

Bu çalışmada, Türk kültüründe geliştirilmiş olan Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği (YYDÖ) tanıtılmaya çalışılmıştır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları toplam 416 yetişkin birey (kadın: 83, erkek: 333) ile gerçekleştirilmiştir. Veriler SPSS 22.0 ve M Plus 7.0 programı ile analiz edilmiştir. YYDÖ'nün yapı geçerliği, açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizi ile incelenmiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda YYDÖ'nün beş faktörlü bir yapı içerdiği ve toplam varyansın % 65.98'ini açıklayabildiği görülmüştür. Doğrulayıcı faktör analizi sonucuna göre ölçeğin uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu belirlenmiştir ($\chi^2/sd=1.48$, TLI=.93, CFI=.94, RMSEA=.063, SRMR=.065). Ölçüt geçerliği için yapılan uygulama sonucunda ise YYDÖ ile Genel Yaşam Doyumu Ölçeği (Diener, Emmons, Laresen&Griffin, 1985) arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=.67$, $p<.01$). YYDÖ'nün güvenilirlik çalışmasında ölçekte yer alan 21 sorunun cronbach alpha iç tutarlılık katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin 2 hafta ara ile yapılan test-tekrar test güvenilirlik çalışmasında ise pearson momentler korelasyon katsayısı $r =.891$ ($p<.01$) bulunmuştur. Ayrıca, ölçeğin madde-toplam korelasyonlarının .41 ile .67 arasında değiştiği ve t-testi sonuçlarına göre %27'lik alt-üst grupların ortalamaları arasındaki tüm farkların anlamlı olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgular YYDÖ'nün geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler: Yaşam Doyumu, Yetişkin Birey, Ölçek Geliştirme

Abstract

In this study, the adults life satisfaction scale (ALSS), developed in Turkish culture, has been introduced. Validity and reliability studies of ALSS have been applied to 416 adults (female: 83, male: 333). The data have been analyzed with the SPSS 22.0 and M Plus 7.0 packages. ALSS' construct validity has been analyzed with exploratory and confirmatory factor analysis. As a result of the exploratory factor analysis, it has been determined that ALSS includes a five factor structure and it explains 65.98 % of total variance. Confirmatory factor analysis indicates that the fit indexes are at acceptable level ($\chi^2/sd=1.48$, TLI=.93, CFI=.94, RMSEA=.063, SRMR=.065). In the result of the application done for criterion validity, it has been understood that there is positively meaningful relation between ALSS and the General Life Satisfaction Scale(Diener, Emmons, Laresen&Griffin, 1985) ($r=.67$, $p<.01$). In the study of ALSS' reliability, Cronbach Alpha coefficient of internal consistence has been found as .89. In the scales test-retest reliability study which applied every two weeks, Pearson moment correlation coefficient has been found $r =.891$ ($p<.01$). Item-total correlations ranged .41 to .67, and according to t-test results differences between each item's means of upper 27% and lower 27% points were significant. Based on these findings, it's possible to say that ALSS is a valid and reliable assesment evaluation instrument.

Keywords: Life Satisfaction, Adults, Scale Development

İlker Kaba, ikabapdr@gmail.com

Murat Erol, muraterol1980@gmail.com

Kadir Güç, kadircuc1988@gmail.com

Giriş

19. yüzyılın son yarısına kadar psikoloji biliminde, depresyon ve kaygı gibi olumsuz duygular üzerine yoğunlaşıldığı için olumlu duygular üzerinde durulmamıştır. Son yarım yüzyıldır ise pozitif psikoloji anlayışının gelişmesi ile olumlu duygular ön plana çıkartılmış ve bireyin ruhsal iyi oluşuna yönelik çeşitli kavramlar üzerinde durulmuştur. Bu kavramlardan biri yaşam doyumudur. Yapılan araştırmalar, yaşamdan doyum almanın bireylerin ruh sağlığında olumlu yönde önemli etkiye sahip olduğunu göstermiştir (Diener, 1995; Diener, Horwitz & Emmons, 1985; Diener & Suh, 1997; Gündoğar, Gül, Uskun, Demirci & Keçeci, 2007; Güngör, 2011; Myers & Diener, 1995; Neugarten, Havighurst&Tobin, 1961; Özgür, Babacan-Gümüş & Durdu, 2010; Wan, Jaccard&Ramey, 1996; Wardle & diğerleri, 2004).

Doyum, beklentilerin, gereksinimlerin, istek ve dileklerin karşılanmasıdır. “Yaşam doyumunu” ise bir insanın beklentileriyle (ne istediği), elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılmasıyla elde edilen durum ya da sonuçtur. Yani kişinin beklentilerinin, gerçek durumla karşılaştırılmasıyla ortaya çıkan sonucu ifade etmektedir (Özer ve Karabulut, 2003). Yaşam doyumunu öznel iyi oluş ile ilgili bir kavramdır. Öznel iyi oluşun duygusal ve bilişsel olmak üzere iki bileşeni bulunmaktadır. Öznel iyi oluşun duygusal bileşenini olumlu ve olumsuz duygular, bilişsel bileşenini ise yaşam doyumunu oluşturmaktadır (Diener, 1984, 1994; Pavot&Diener, 1993; Pavot, Diener, Colvin&Sandvik, 1991).

Yaşam doyumunu kavramı ilk kez Neugarten, Havighurst & Tobin (1961) tarafından ele alınmıştır. Neugarten ve diğerleri (1961) yaşam doyumunu, bireyin beklentileri (ne istediği) ile elinde olanların (neye sahip olduğu) karşılaştırılması sonucu elde edilen durum ya da sonuç olarak tanımlarken, Diener ve arkadaşları ise yaşam doyumunu, bireyin yaşamına ilişkin bilişsel değerlendirmesi olarak tanımlamıştır (Diener, 1984, 1994; Diener, Emmons, Larsen & Griffen, 1985; Diener, Oishi & Lucas, 2003). Vara (1999) yaşam doyumunu, kişinin beklentilerinin, gerçek durumla karşılaştırılmasıyla ortaya çıkan bir sonuç olduğunu, yaşam doyumunu ile genel olarak kişinin tüm yaşamını ve bu yaşamın çok çeşitli boyutlarını içerdiğini belirtmektedir. Yaşam doyumunu denildiğinde, belirli bir duruma ilişkin doyum değil, tüm yaşantılardaki doyum anlaşılmalıdır. Genel olarak bireyin

istek ve başarıları arasındaki uyum ne kadar çok ise yaşamdan o kadar çok doyum alınacağı varsayılmaktadır (Diener, Oishi & Lucas, 2003). Beklentilerin ve gereksinimlerin karşılanması durumunda bireylerde yüksek yaşam doyumunu, karşılanmaması durumunda ise düşük yaşam doyumunu görüldüğü farklı çalışmalar ile ortaya konulmuştur (Diener, 2000; Diener, Emmons, Larsen & Griffen, 1985, Oishi, Diener, Lucas & Suh, 1999). Yaşam doyumunu, kişinin bir bütün olarak kendi yaşamının genel kalitesini olumlu olarak değerlendirmesinin derecesidir. Başka bir ifadeyle, kişinin kendi yönlendirdiği yaşamından ne kadar çok hoşlandığıdır ve bu kavram, yaşam ile ilgili olumlu duyguları ifade etmektedir. Yaşam doyumunu, yaşamın belirli alanlarından tatmin gibi bir seviyede değerlendirilebileceği gibi yaşamın geneli içinde de değerlendirilebilmektedir. Çünkü yaşam doyumunu, yaşam hakkındaki genel duyguları da yansıtmakta ve duygusal mutluluğun bir ölçütü olarak kabul edilmektedir (Aşan ve Erenler, 2008). Yaşamlarından memnun olan bireylerin, toplum içerisinde daha uyumlu ve üretken olduğu; yaşam doyumunun, temel olarak o toplumdaki refah düzeyi, sağlık hizmetleri ve eğitim olanakları ile ilişkili olduğu; bireylere verilen eğitim, sağlık ve çevre alanındaki hizmetlerin temel amacının yaşam memnuniyetini artırarak insanları mutlu etmesi gerektiği belirtilmektedir (Diener, 2000; Diener & Seligman, 2004; Seligman, 2000; Diener & Suh, 1997). Yapılan araştırmalar, yaşam doyumunu yüksek bireylerin her yönden sağlıklı bir yaşama, yüksek düzeyde sosyal işlevselliğe, çevrelerinde daha olumlu sosyal ilişkilere, yaşamları ile uyumlu bir mizaca ve kişisel gelişime açık bir bilişsel yapıya sahip olduğunu göstermektedir (Diener, 1984, 1994, 2000; Diener & Suh, 1997; Diener vd., 1999). Ayrıca, yaşam doyumunu yüksek bireylerin daha etkili problem çözdükleri ve stres oluşturan yaşam olaylarına karşı daha dirençli oldukları bilinmektedir (Huebner, Suldo, Smith & McKnight, 2004; Kabasakal& Uz-Baş, 2013; Karatekin, 2013; Matheny & diğerleri, 2002; Sahranç, 2007). Çeşitli araştırmalarda, yaşam doyumunun sosyo-demografik özellikler, evlilik, kültür, din, sağlık durumu, iş yaşamı, sosyal destek imkânları, maddi imkânlar, çevresel koşullar, yaşam deneyimleri gibi çeşitli değişkenlerden etkilendiği görülmektedir (Chow, 2005; Diener, 1984, 1994, 2000; Diener & Diener, 2009; Diener, Suh, Lucas & Smith, 1999; Paolini, Yanez & Kelly, 2006). Farklı gruplar üzerinde yapılan çeşitli çalışmalarda ise yaşam doyumunun bireylerin kendine yönelik algıları ile pozitif yönde anlamlı ilişkili ol-

duğu ortaya konulmuştur (Aydiner, 2011; Caprara & Steca, 2005; Chow, 2005; Diener & Diener, 2009; Erol, Çelik & Üçok, 2015; Lightsey Jr & diğerleri, 2013; Mowrer & Parker, 2004; Özbay, Palancı, Kandemir & Çakıcı, 2012; Telef & Ergün, 2013; Vecchio, Gerbino, Pastorelli, Del Bove & Caprara, 2007; Yiğit, 2012).

Yaşam doyumuna ilişkin yurtdışı alanyazında, yetişkin bireyler üzerine yapılan çalışmalarda farklı ölçme araçlarının kullanıldığı görülmüştür. Ülkemizde yapılan çalışmaların neredeyse tamamında Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Köker (1991) ve Yetim (1993) tarafından yapılan, geniş bir yaş grubuna uygulanabilen ve sadece genel yaşam doyumunu hakkında fikir veren "Genel Yaşam Doyumu Ölçeği"nin kullanıldığı görülmüştür (Akandere, Acar & Baştuğ, 2009; Akgündüz, 2013; Altay & Avcı, 2009; Ardahan, 2012; Arslan, Çelebioğlu & Tezel, 2008; Atak, 2011; Bilge, Sayan & Kabakçı, 2009; Çivilidağ, 2007; Doğan, Eryılmaz & Ercan, 2011; Eryılmaz, 2011; Eryılmaz & Ercan, 2011; Karademir, Türkçapar, Ulucan & Bahadır, 2013; Telef, 2011; Toros, Akyüz, Bayansalduz & Soyer, 2000; Tümkaya, Hamarta, Deniz, Çelik & Aybek, 2008; Ünal, Karlıdağ & Yoloğlu, 2001; Yılmaz & Altınok, 2009; Yılmaz & Sümbül, 2009; Yiğit, 2012).

Alanyazında, doğrudan yetişkin bireylere yönelik olan ve yetişkin bireylerin yaşam doyumunu farklı yönleriyle ölçebilen bir ölçme aracına rastlanmamıştır. Ülkemizde alanyazında sıklıkla kullanılan 5 maddelik "Genel Yaşam Doyumu Ölçeği" (Diener ve ark., 1985)'nin soru sayısının az olması ve sadece genel yaşam doyumunu ölçmesi nedeniyle, bireylerin yaşam doyumlarına dair daha ayrıntılı bir ölçek geliştirmeye ihtiyaç duyulmuştur. Bu nedenlerle, yetişkin bireylerin yaşam doyumunu yeni bir bakış açısıyla ölçmek için "Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği"nin (YYDÖ) geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Çalışma Grubu

YYDÖ'nün geliştirilmesinde, Ankara ilinde bulunan Hacettepe Üniversitesi, Ankara Üniversitesi, Kara Harp Okulu ve Gazi Üniversitesi'nde çalışan ve uygulamayı kabul eden toplam 416 yetişkin bireyle (83 kadın; %19.95 ve 333 erkek; %80.05) çalışılmıştır. Çalışma grubunun yaş aralığı 26 ile 40 yaş arasında değişmektedir. Araştırmanın çalışma grubu, kolay-

lıkla bulunabilen örnekleme (convenience sampling) yöntemi ile oluşturulmuştur. Kolaylıkla bulunabilen örnekleme yöntemi, yakın çevrede bulunan ve ulaşılması kolay, araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen bireyler üzerinde yapılan örneklemedir (Erkuş, 2011). Araştırma verileri, 2014 yılı Nisan ve Mayıs ayı içerisinde araştırmacılar tarafından toplanmıştır. Veriler 427 bireyden toplanmış; ancak 11 birey veri toplama aracında eksik ve hatalı cevaplama yaptıkları gerekçesiyle çalışma grubuna dâhil edilmemiştir.

Ölçek Geliştirme Süreci

Ölçek Maddelerinin Oluşturulması

YYDÖ'nün geliştirilmesi amacıyla, öncelikle ilgili alanyazın incelenmiş ve 45 maddelik ölçek madde havuzu oluşturulmuştur. Daha sonra Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanından üç kişilik bir uzman grubun görüşü alınarak ölçeğin 42 maddelik deneme formu oluşturulmuştur. Bu aşama literatürde görünüş geçerliliği (face validity) olarak bilinmektedir. Görünüş geçerliliği, bir ölçme aracının adı, açıklamaları ve sorularıyla ölçmeyi amaçladığı özelliği ölçüyor görünmesidir (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2017).

Ön Deneme Aşaması

YYDÖ'nün 42 maddeden oluşan deneme uygulaması 53 birey üzerinde yapılmıştır. Deneme uygulaması sonucunda bireyler tarafından çok iyi anlaşılmadığı tespit edilen maddeler daha anlaşılır biçimde yeniden düzenlenmiş ve 2 madde ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğin Likert tipi, beşli derecelendirmeli (Hiç uygun değil=1, Tamamen uygun=5) olması ve ölçekte 4 tane tersine çevrilmiş (reverse) madde bulunması kararlaştırılmıştır.

Ölçeğe Uygulanan İstatistiksel Analizler

YYDÖ'nün yapı geçerliliği açılımlı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile incelenmiştir. Verilerin açılımlı faktör analizine uygunluğunun değerlendirilmesinde Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Barlett küresellik testi kullanılmıştır. Açılımlı faktör analizinde; birbiriyle ilişkili maddelerin bir araya gelerek faktör oluşturması ve faktörlerin daha kolay yorumlanabilmesi amacıyla varimax eksen döndürme tekniği seçilmiştir. Deneme uygulaması sonucunda oluşturulan ölçeğin 40 maddelik uygulama formu ilk gruptan farklı 243 bireye uygulanmıştır. Bu formun uygulanmasından elde edilen veriler üzerinde ölçeğin faktör yapısı ve

maddelerin faktör yükleri incelenmiştir. İnceleme sonucunda birinci faktörde faktör yük değerleri .30'dan düşük çıkan, faktör yük değerleri farklı faktörlerde birbirine .10'dan yakın olan ve bir boyutun altında yalnızca 2 sorunun elde edildiği toplam 19 madde ölçekten çıkarılmıştır. AFA sonucunda oluşan faktör yapısını test etmek amacıyla 120 birey üzerinden doğrulayıcı faktör analizi uygulanmış ve sonuçlar aktarılmıştır. Daha sonra, YYDÖ'nün ölçüt geçerliğini test etmek için Genel Yaşam Doyumu Ölçeği ile birlikte 120 bireye uygulanmıştır. YYDÖ'nün ölçüt geçerliğini incelemek için ise pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

YYDÖ'nün güvenilirliği cronbach alpha güvenilirlik katsayısı ve test-tekrar test yöntemi ile incelenmiştir. Ölçeğin güvenilirlik çalışmaları için öncelikle 21 maddeden oluşan YYDÖ ölçeğine tümüne ve alt boyutlarına ait cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları elde edilmiştir. Daha sonra 243 kişilik grup içerisinde 113 bireye 2 hafta arayla ölçek uygulanmış ve test-tekrar test yöntemi ile güvenilirliği incelenmiştir. Ayrıca, YYDÖ'nün madde analizleri, madde toplam korelasyonları ve alt ve üst grup ortalamaları dikkate alınarak bağımsız örneklem t-testi ile incelenmiştir.

Sonuç olarak deneme uygulaması için 53 birey, açım- layıcı faktör analizi ve güvenilirlik analizi ve alt-üst grupların arasında anlamlı fark olup olmadığını test etmek için 243 birey, ölçüt geçerliği ve doğrulayıcı faktör analizi için 120 birey olmak üzere toplam 416 bireyin cevapları doğrultusunda YYDÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları tamamlanmıştır.

Bulgular

Bu bölümde, YYDÖ'nün geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin elde edilen bulgular sunulmuştur.

YYDÖ'nün Geçerliliği

YYDÖ'nün geçerliği, yapı geçerliği ve ölçüt geçerliği ile incelenmiştir. YYDÖ'nün yapı geçerliğinin incelenmesinde, açım- layıcı ve doğrulayıcı faktör analizinden yararlanılmıştır.

Ölçeğin Yapı Geçerliliği ve Ölçüt Geçerliliğinin İncelenmesi

Açım- layıcı Faktör Analizi

YYDÖ'nün yapı geçerliği ilk olarak açım- layıcı faktör analizi ile test edilmiştir. Yapı geçerliği için öncelikle

verilerin analiz için uygun olup olmadığı incelenmiştir. Verilerin faktör analizine uygunluğu için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısının .60'tan yüksek ve Barlett testinin anlamlı çıkması gerekmektedir (Büyüköztürk, 2004). Yapılan analizde, YYDÖ'ye ilişkin KMO katsayısı .856 ve Barlett testi anlamlı ($p < .001$) çıkmıştır. Bu sonuçlar ölçeğe açım- layıcı faktör analizi uygulanabileceğini göstermektedir.

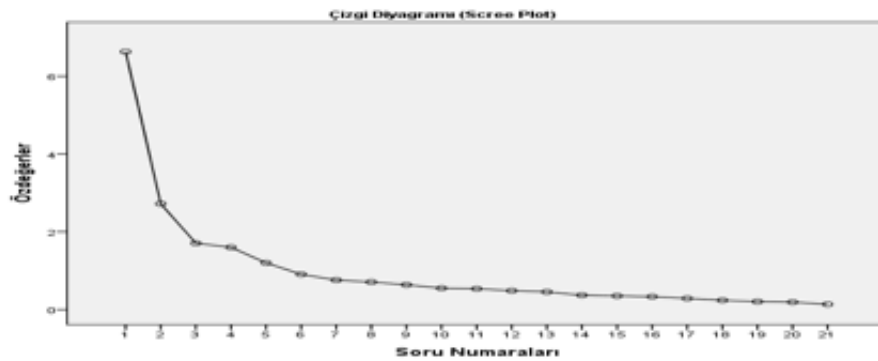
Açım- layıcı faktör analizinde faktör yükü .30'dan düşük olan maddeler, farklı faktörler altında faktör yükleri birbirine .10'dan daha yakın olan maddeler, anti-image matrisinde köşegen üzerinde .50'den daha düşük değere sahip olan maddeler analize dahil edilmemektedir. Ayrıca bir faktör altında en az üç soru bulunmalıdır; yalnızca bir ya da iki sorunun elde edildiği maddelerden oluşan faktörler de analiz dışı bırakılmalıdır (Yaşar, 2014). Uygulanan açım- layıcı faktör analizi sonucunda faktör yük değeri .30'un altında kalan 12 madde (1, 7, 8, 11, 12, 19, 20, 26, 30, 31, 37, 38), farklı faktörler altında çok yakın faktör yükleri (faktör yükleri arasındaki fark .10'dan düşük) olan 5 madde (10, 14, 25, 32, 35) ve bir boyut altında sadece 2 sorunun elde edilebildiği 2 madde (39,40) olmak üzere toplam 19 madde ölçekten çıkartılmıştır. Bu işlemler yapılırken maddeler ölçekten teker teker çıkarılıp yeni faktör yükleri dikkate alınarak açım- layıcı faktör analizine devam edilmiştir. Faktörlerin her bir değişken üzerindeki ortak faktör varyansının (communalities) .33 ile .83 arasında değiştiği görülmüştür. AFA sonucunda öz değeri (eigenvalue) 1 ya da 1'den büyük olan faktörler önemli faktör olarak değerlendirilmektedir (Büyüköztürk, 2004). YYDÖ'de öz değeri 1'den büyük olan 5 faktör saptanmıştır. Ölçek geliştirme çalışmalarında açıklanan toplam varyansın %41'in üzerinde olmasının ve maddelerin faktör yüklerinin .32'nin üzerinde olmasının ölçeğin geçerli sayılabilmesi için yeterli olduğu belirtilmektedir (Çokluk, Şekercioğlu & Büyüköztürk, 2012). YYDÖ'de açıklanan toplam varyansın % 65.98 olduğu, birinci faktörün tek başına varyansın % 31,57'sini açıkladığı ve maddelerin faktör yüklerinin birinci faktörde .40 ile .68 arasında değiştiği görülmektedir. Varimax eksen döndürme tekniği sonrasında birinci faktörün altı maddeden (2, 3, 4, 5, 6, 9), ikinci faktörün beş maddeden (13, 15, 16, 17, 18), üçüncü faktörün dört maddeden (21, 22, 23, 24,), dördüncü faktörün üç maddeden (33, 34, 36); beşinci faktörün üç maddeden (27, 28, 29) oluştuğu belirlenmiştir. Maddelerin

içerikleri incelenerek birinci faktör “genel yaşam doyumu”; ikinci faktör, “ilişki doyumu”; üçüncü faktör, “benlik doyumu”; dördüncü faktör, “sosyal çevre do-

yumu”; beşinci faktör, “iş doyumu” olarak adlandırılmıştır. Uygulanan açımlayıcı faktör analizine dair sonuçlar Tablo 1’de verilmektedir.

Tablo 1. YYDÖ’ye İlişkin Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Faktörler	Madde No.	Faktör Ortak Varyansı	Faktör-1 Yük Değeri						Cronbach alfa
				Fak.1	Fak.2	Fak.3	Fak.4	Fak.5	
Genel Yaşam Doyumu	6	.805	.684	.852					.849
	3	.775	.617	.832					
	2	.724	.654	.791					
	4	.647	.583	.768					
	5	.607	.617	.724					
İlişki Doyumu	9	.327	.548	.343					.849
	17	.821	.627		.864				
	16	.530	.569		.860				
	18	.825	.636		.855				
	15	.791	.443		.675				
Benlik Doyumu	13	.365	.426		.484				.774
	23	.698	.534			.787			
	24	.598	.474			.730			
	21	.568	.404			.720			
Sosyal Çevre Doyumu	22	.627	.572			.698			.737
	34	.781	.520			.854			
	33	.828	.672			.805			
İş Doyumu	36	.762	.672			.742			.867
	28	.718	.479				.809		
	27	.673	.419				.787		
	29	.568	.443				.687		
Açıklanan Varyans: Toplam: %65,988									
Faktör-1: 31,569 Faktör-2: 12,956 Faktör-3: 8,126 Faktör-4: 7,618 Faktör-5: 5,719									0,891



Şekil 1. YYDÖ Çizgi Diyagramı

Uygulanan faktör analizinin sonuçlarını değerlendirmek açısından kullanılan bir diğer yöntem ise çizgi diyagramının incelenmesidir. Çizgi diyagramında birinci çizgiden sonraki hızlı düşüş, ortak faktör varyansına ilişkin değerler ve birinci faktördeki yük değerleri göz önünde bulundurulduğunda, YYDÖ'nün beş faktörlü olmasının yanı sıra genel bir faktöre de sahip olduğu düşünülmektedir. YYDÖ'ye ilişkin çizgi diyagramı Şekil 1'de verilmiştir.

Doğrulayıcı Faktör Analizi

YYDÖ'nün yapı geçerliği ikinci bir yöntem olarak doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. Doğrulayıcı faktör analizinde, açıklayıcı faktör analizi sonucu oluşan beş faktör gizil değişkenler; faktörler altında yer alan değerler ise gözlenen değişkenler olarak, modele sokulmuştur. Modelde tüm gizil değişkenlerin birbirleriyle olan kovaryansları da modele dahil edilmiştir. Modelin uygunluğu incelenirken,

χ^2/sd , TLI (Tucker-Lewis Index), CFI (Comparative Fit Index), RMSEA (theRoot Mean Square Error of Approximation) ve SRMR (Standardized Root Mean Square Residual) değerleri kritik ölçüt olarak alınmıştır. Maximum Likelihood yöntemi ile gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi sonucunda RMSEA değeri .063, CFI değeri .94, TLI değeri .93 SRMR değeri .065ve χ^2/sd değeri 1.48 olarak bulunmuştur. Modelin uygun olarak kabul edilebilmesi için RMSEA ve SRMR değerinin 0.08'den küçük; TLI ve CFI değerlerinin 0.90 ve üzeri; χ^2/sd değerinin ise 5'ten küçük olması gerektiği bilinmektedir (Browne & Cudeck, 1993; Hu & Bentler, 1999; Meydan & Şeşen, 2011). Bu modelde TLI, CFI, RMSEA ve SRMR değerleri modelin kabul edilebilir uyumuna işaret ederken, χ^2/sd 'nin ise modelin iyi uyumuna işaret ettiği görülmektedir. YYDÖ'ye ilişkin doğrulayıcı faktör analizi bulguları Tablo 2'de verilmiştir.

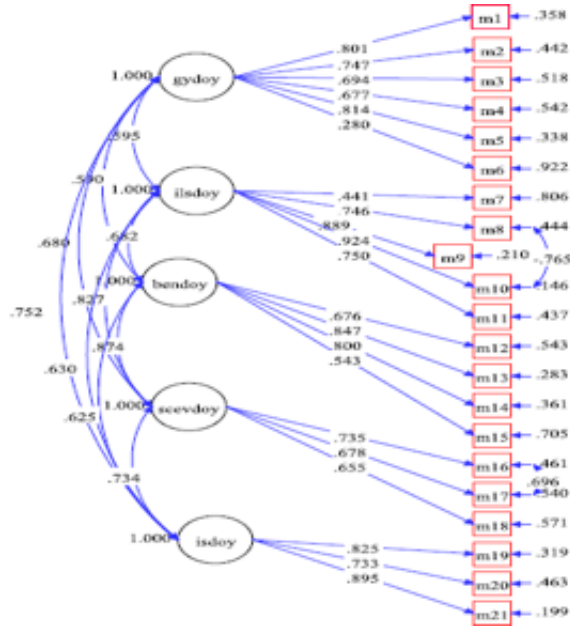
Tablo 2. YYDÖ'ye İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Uyum İndeksi	İyi Uyum*	Kabul Edilebilir Uyum*	Elde Edilen Değer	Sonuç
Ki-kare/sd	≤ 3.00	$3.00 \leq \chi^2/sd \leq 5.00$	1.48	İyi Uyum
TLI	≥ 0.95	≥ 0.90	0.933	Kabul Edilebilir
CFI	≥ 0.95	≥ 0.90	0.944	Kabul Edilebilir
RMSEA	≤ 0.05	≤ 0.08	0.063	Kabul Edilebilir
SRMR	≤ 0.05	≤ 0.08	0.065	Kabul Edilebilir

* Gürbüz ve Şahin (2016)

Açıklayıcı ve doğrulayıcı faktör analizlerinden elde edilen sonuçlara göre YYDÖ'nün bir ölçek için gerekli olan yapı geçerliği kriterlerini sağladığı söylenebilir.

Gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizine ait standartlaştırılmış katsayıları içeren model Şekil 2 de aktarılmıştır. Ayrıca, gerçekleştirilen analize ait M Plus komutları ise EK 1'de verilmiştir.



Şekil 2. YYDÖ'ye İlişkin DFA Modeli

Ölçüt Geçerliliği

YYDÖ'nün yapı geçerliliği incelendikten sonra, ölçüt geçerliliğini (benzer ölçekler) test etmek için Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılan Genel Yaşam Doymu Ölçeği (GYDÖ) kullanılmıştır. Ölçek, "yaşam koşullarım çok iyi", "yaşamımdan hoşnutum" gibi toplam 5 maddeden oluşmaktadır. Ergen bireylerden yetişkin bireylere kadar geniş bir yaş grubuna uygulanabilen likert tipi, yedili derecelendirilen (hiç uygun değil=1, tamamıyla uygun=7) ölçeğin toplam puanı 5-35 arasında değişebilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar bireyin kendi yaşamıyla ilgili olumlu algılara sahip olduğuna işaret etmektedir. Orijinal çalışmada, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .87; Köker (1991) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .76; bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. YYDÖ ve GYDÖ birlikte 120 bireye uygulanmış ve yapılan analiz sonucunda YYDÖ ile GYDÖ arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=.67$, $p<.01$). İki ölçme aracından elde edilen puanlar arasındaki korelasyon katsayısının pozitif ve yüksek (.05 veya .01 düzeyinde manidar) olmasının, geliştirilen ölçme aracının geçerliliğine ilişkin

kanıt oluşturduğu belirtilmektedir (Tavşancıl, 2010). Elde edilen bu sonuçlara göre YYDÖ'nün bir ölçek için gerekli olan ölçüt geçerliliği ölçütlerini sağladığı söylenebilir.

Ölçeğin Güvenilirliğinin İncelenmesi

YYDÖ'nün güvenilirliği, iç tutarlılık (cronbachalfa güvenilirlik) katsayısı ve test-tekrar test yöntemi ile incelenmiştir. Bir ölçekte Cronbach Alpha katsayısı; $0.00 \leq \alpha < .40$ ise ölçeğin güvenilir olmadığı, $.40 \leq \alpha < .60$ ise ölçeğin düşük güvenilirlikte olduğu, $.60 \leq \alpha < .80$ ise ölçeğin güvenilir olduğu, $.80 \leq \alpha < 1.00$ ise ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğu belirtilmektedir (Özdamar, 1999). YYDÖ'deki toplam 21 maddenin Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .89 olarak hesaplanmıştır. Boyutların kendi aralarındaki cronbach alfa katsayıları incelendiğinde ise, 6 sorudan oluşan genel yaşam boyutu için 0.849, 5 sorudan oluşan aile ve arkadaş ilişkileri için 0.849, 4 sorudan oluşan benlik doymu için 0.774, 3 sorudan oluşan yakın çevre doymu için 0.737, 3 sorudan oluşan iş ve meslek doymu için ise cronbach alfa katsayısı 0.867 olarak belirlenmiştir (Tablo 1). Bu sonuçlar cronbach alfa katsayılarının yeterli düzeyde olduğuna ve elde edilen 5 boyut için hiçbir boyuttan madde çıkarılmaması gerektiğine işaret etmektedir.

YYDÖ, test-tekrar test güvenilirliği için 113 kişilik bir gruba iki hafta ara ile uygulanmıştır. Test-tekrar test güvenilirlik çalışmasında, güvenilirlik katsayısının pozitif ve en az .70 olması beklenmektedir (Tavşancıl, 2010). İki uygulamadan elde edilen puanlar arasındaki pearson momentler korelasyon katsayısı $r=.891$ ($p<.01$) bulunmuştur. Elde edilen bu sonuçlara göre YYDÖ'nün bir ölçek için gerekli olan iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenilirliği kriterlerini sağladığı söylenebilir.

Ölçeğin Madde Analizlerinin İncelenmesi

YYDÖ'nün madde analizi, madde toplam korelasyonlarına ve %27'lik alt-üst grup maddele-

rinin arasındaki farklara bakılarak incelenmiştir. YYDÖ'nün madde toplam korelasyonlarının .41 ile .67 arasında değişiklik gösterdiği ve t-değerlerinin bütün maddelerde anlamlı olduğu ($p<.05$) görülmektedir. Madde-toplam korelasyonlarının .30'dan büyük olması ve %27'lik alt-üst grup madde karşılaştırmaları için kullanılan t-testi sonuçlarının tüm maddeler için anlamlı çıkması ölçekteki maddelerin güvenilirliklerinin yüksek olduğunu ve aynı davranışları ölçmeye yönelik olduklarını göstermektedir (Büyüköztürk, 2004). Elde edilen bu sonuçlara göre YYDÖ'nün bir ölçek için gerekli olan madde analizi kriterlerini sağladığı söylenebilir. YYDÖ'nün madde analizine ilişkin sonuçlar Tablo 3'te verilmiştir

Tablo 3. YYDÖ'nün Madde Analizi Sonuçları

Madde No	Madde-Toplam Korelasyonu	t (Alt%27-Üst%27)
1	.649	11.24*
2	.520	8.27*
3	.585	8.91*
4	.601	9.97*
5	.670	12.15*
6	.570	8.60*
7	.411	3.72*
8	.438	6.11*
9	.544	7.29*
10	.594	7.41*
11	.625	8.29*
12	.434	6.24*
13	.562	7.94*
14	.536	7.53*
15	.488	6.72*
16	.465	6.68*
17	.533	8.24*
18	.493	7.52*
19	.651	10.03*
20	.515	6.56*
21	.669	11.22*

* $p<.05$

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmada Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği geliştirilmiştir. YYDÖ'nün geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına ilişkin elde edilen sonuçlar, YYDÖ'nün yetişkin bireylerin yaşam doyumlarını ölçmek amacıyla kullanılabileceğini göstermektedir. YYDÖ'de 1 tanesi tersine çevrilmiş (reverse) olmak üzere toplam 21 madde bulunmaktadır. Ölçek Likert tipi, beşli derecelendirmeli (1=Hiç uygun değil, 2=Uygun değil, 3=Kısmen uygun, 4=Uygun, 5=Tamamen uygun) olarak tasarlanmıştır. Ölçekte 6. madde tersinden puanlanmaktadır. YYDÖ'den alınabilecek puan 21 ile 105 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, bireyin kendi yaşamıyla ilgili olumlu algılara sahip olduğu anlamına gelmektedir.

YYDÖ, beş faktörlü bir yapı içermektedir ve birinci faktör, genel yaşam doyumunu (1, 2, 3, 4, 5 ve 6. maddeler); ikinci faktör, ilişki doyumunu (7, 8, 9, 10 ve 11. maddeler); üçüncü faktör, benlik doyumunu (12, 13, 14 ve 15. maddeler); dördüncü faktör, sosyal çevre doyumunu (16, 17 ve 18. maddeler); beşinci faktör, iş doyumunu (19, 20 ve 21. maddeler) olarak adlandırılmıştır. YYDÖ'nün son hali EK-2'de verilmiştir.

Ölçeğe istatistiksel testlerden; yapı geçerliği için açılımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizinin yanında ölçüt geçerliği için benzer ölçek geçerliği, güvenilirlik çalışmaları için cronbach alfa (iç tutarlılık) katsayısı ve test tekrar test yöntemi, madde analizleri içinse madde toplam korelasyonları ve alt-üst grup ortalamaları arası t-testi uygulanmıştır. Analizlerden elde edilen bulgulara göre ölçeğin yeterli istatistiklere sahip olduğu ve geçerlik-güvenirlik koşullarını sağladığı sonucuna varılmaktadır.

Bireylerin yaşam doyumunu düzeyinin, temel olarak o toplumdaki refah düzeyi, sağlık hizmetleri ve eğitim olanakları ile ilişkili olduğu; bireylere verilen eğitim, sağlık ve çevre alanındaki hizmetlerin temel amacının yaşam memnuniyetini artırarak insanları mutlu etmesi; başka bir deyişle yaşam doyumunu artırması gerektiği öne sürülmektedir (Diener ve ark.,2000). Bu amaçla; rehberlik ve psikolojik danışma (RPD) birimlerinde çalışan alan uzmanları YYDÖ'yü kendi amaçları doğrultusunda kullanabilirler. Kamu kurumları ve özel kurumlar kendi çalışanlarının yaşam doyumlarını incelemek ve yapılacak kurumsal düzenlemelerde fikir edinmek için YYDÖ'yü kulla-

nabilir. Türkiye İstatistik Kurumu ve özel anket şirketleri de ülkemizde veya farklı ülkelerde yaşayan Türkiye Cumhuriyeti vatandaşlarının yaşam doyumlarına ilişkin yapacakları araştırmalarda YYDÖ'yü kullanabilir. Ayrıca, araştırmacılar da kendi amaçları doğrultusunda YYDÖ'yü kullanabilir. Sonuç olarak geliştirilen ölçeğin bireylerin yaşam memnuniyetini ölçmede alanyazında çok sık kullanılan "Genel Yaşam Doyumu Ölçeği" (Diener ve ark., 1985)'ne alternatif olarak kullanılması ve literatüre katkı sağlaması amaçlanmaktadır.

Çalışmada, bireylere ölçek maddelerinin yanında demografik özellik olarak yalnızca yaş ve cinsiyet özellikleri sorulmuştur. Yapılacak çalışmalarda bireylere ait meslek, eğitim düzeyi, medeni durum gibi başka demografik özellikler de incelenerek bireylerin yaşam doyumları hakkında karşılaştırmalar yapılabilir. Ölçeğin soru havuzu 45 maddeden oluşmaktadır ve uygulanan teknikler ve uzman değerlendirmeleri sonucunda 21 maddelik nihai ölçek elde edilmiştir. İleride yapılacak çalışmalarda soru havuzunun geniş tutulmasının daha nitelikli bir ölçek geliştirilmesi açısından daha sağlıklı olacağı değerlendirilmektedir. Nitekim ölçeğin boyutlarından birinde sadece 2 soru olduğu için ölçekten çıkarılmıştır (39, 40. maddeler). Çalışmada açılımlayıcı faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi için farklı örneklem grupları kullanılmıştır. Yapılan bazı ölçek geliştirme çalışmalarında her iki analiz için de aynı örneklem gruplarının kullanıldığı görülmektedir. İleride yapılacak çalışmalarda bu duruma dikkat edilmesi önem arz etmektedir.

Kaynakça

- Akandere, M., Acar, M. & Baştuğ, G. (2009). Zihinsel ve fiziksel engelli çocuğa sahip anne ve babaların yaşam doyumunu ve umutsuzluk düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22(1), 23-32.<http://dergisosyalbil.selcuk.edu.tr/susbed/article/view/268>
- Akgündüz, Y. (2013). Konaklama işletmelerinde iş doyumunu, yaşam doyumunu ve öz yeterlilik arasındaki ilişkinin analizi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(1), 180-204.<http://dergipark.ulakbim.gov.tr/cbayarsos/article/view/5000056683>

- Altay, B., & Avcı, İ. A. (2009). Huzurevinde yaşayan yaşlılarda özbakım gücü ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Dicle Tıp Dergisi*, 36(4), 275-282.
- Ardahan, F. (2012). Duygusal zekâ ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin doğa sporu yapanlar örneğinde incelenmesi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 3(3), 20-33. <http://psbd.pau.edu.tr/article/view/1062000119>
- Arslan, S., Çelebioğlu, A., & Tezel, A. (2008). Kemoterapi alan kanserli hastalarda depresyon ve yaşam doyumunun belirlenmesi. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 28(5), 628-634. <http://www.turkiyeklinikleri.com/article/tr-kemoterapi-alan-kanserli-hastalarda-depresyon-ve-yasam-doyumunun-belirlenmesi-51600.html>
- Aşan, Ö. ve Erenler, E. (2008). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, Sayı 2, 203-216.
- Atak, H. (2011). Yetişkinliğe geçiş yıllarında sigara içme davranışının psiko-sosyal belirleyicileri ve sigara içmenin yaşam doyumu yaşam doyumu ve öznel iyi oluş ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 14, 29-43. <http://klinikpsikiyatri.org/files/journals/1/2569.pdf>.
- Aydiner, B. B. (2011). Üniversite öğrencilerinin yaşam amaçlarının alt boyutlarının genel öz-yeterlik yaşam doyumu ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Bilge, F., Sayan, A., & Kabakçı, Ö. F. (2009). Aile mahkemesi uzmanlarının meslek doyumları, yaşam doyumları ve ilişkilere yönelik inançlarının incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(32), 20-31. <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000022>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternativeways of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Newsbury Park, CA: Sage.
- Büyüköztürk, Ş. (2004). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: PegemA.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Caprara, G. V. & Steca, P. (2005). Self-efficacybeliefs as determinants of prosocial behavior conducive to life satisfaction acrossages. *Journal of Socialand Clinical Psychology*, 24(2), 191-217. doi: 10.1521/jscp.24.2.191.62271
- Çivilidağ, A. (2007). Okul psikolojik danışmanlarının psikolojik taciz ve yaşam doyumu düzeylerinin incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 129-144. <http://www.efdergi.ibu.edu.tr/index.php/efdergi/article/view/9>
- Chow, H. P. H. (2005). Life satisfaction among university students in a Canadian prairie-city: A multivariate analysis. *Social Indicators Research*, 70, 139-150. http://www.jstor.org/stable/27522159?seq=1#page_scan_tab_contents
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları*. (2.Baskı). Ankara: PegemA.
- Diener, E. (1984). Subjectivewell-being. *Psychological Buletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Laresen, R. J. & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Horwitz, J. & Emmons, R. (1985). Happiness of very wealthy. *Social Indicators Research*, 16, 263-274. doi:10.1007/BF00415126
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31, 103-157. doi:10.1007/BF01207052
- Diener, E. (1995). A value based index for measuring national quality of life. *Social Indicators Research*, 36, 107-127. doi:10.1007/BF01079721
- Diener, E. (2000). Subjective well-being, the science of happiness and a proposal for a nationalindex. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <http://psycnet.apa.org/psycinfo/2000-13324-004>

- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annu.Rev.Psychol*, 54, 403-25. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12172000>
- Diener, E. & Diener, M. (2009). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. E. Diener (Eds.). *In culture and well-being* (pp. 71-91). Netherlands: Springer
- Diener, E., & Seligman, M. E. (2004). Beyond money toward an economy of well-being. *Psychological Science in the Public Interest*, 5(1), 1-31.
- Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: Economic, social, and subjective indicator. *Social Indicators Research*, 40, 189-216.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Doğan, T., Eryılmaz, A., & Ercan, L. (2014). İşe bağlılığın öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü: akademisyenler üzerine bir çalışma. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 48-57. <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/esef/article/view/5000091847>
- Erkuş, A. (2011). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci* (3.baskı). Ankara: Seçkin.
- Erol, M., Çelik, H., & Üçok, A. (2015). Öğrenci seçme ve yerleştirme sınavlarına giren ergenlerin "benlik algılarının" ve "yaşam doyumlarının" incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama Dergisi*, 11(1), 321-345. <http://canakkale-onsekiz-mart-universitesi-1.dergipark.gov.tr/eku/issue/5464/74160>
- Eryılmaz, A. & Ercan, L. (2011). Öznel iyi oluşun cinsiyet, yaş grupları ve kişilik özellikleri açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 139-151. <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000064>.
- Gündoğar, D., Gül, S. S., Uşkun, E., Demirci, S., & Keçeci, D. (2007). Üniversite öğrencilerinde yaşam doyumunu yordayan etkenlerin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 10(1), 14-27. <http://psikiyatridizini.net/viewarticle.aspx?articleid=6013>
- Güngör, T. (2011). Selçuk Üniversitesi Resim-İş Eğitimi Anabilim Dalı öğrencilerinin kaygı ve yaşam doyumunu düzeyleri. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2016). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: Felsefe-Yöntem-Analiz*. (3.Baskı) Ankara: Seçkin.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1995). Evaluating model fit. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 76-99). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Huebner, E. S., Suldo, S. M., Smith, L. C., & McKnight, C. G. (2004). Life satisfaction in children and youth: Empirical foundation and implications for school psychologists. *Psychology in the Schools*, 41(1), 81-93. doi: 10.1002/pits.10140.
- Kabasakal, Z. & Uz-Baş, A. (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 27-35. http://www.jret.org/FileUpload/ks281142/File/03a.zekavet_kabasakal.pdf.
- Karademir, T., Türkçapar, Ü., Ulucan, H., & Bahadır, Z. (2013). Haltercilerde benlik saygısı ile yaşam doyum ve vücut benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 14(3), 285-294. http://kefad.ahievran.edu.tr/archieve/pdfler/Cilt14Sayi3/JKEF_14_3_2013_285-294.pdf.
- Karatekin, H. (2013). Benlik yapılarına göre başa çıkma stratejileri ve yaşam doyumunun incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Köker, S. (1991). Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumunu düzeyinin karşılaştırılması. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Lightsey Jr, O. R., McGhee, R., Ervin, A., Gharghani, G. G., Rarey, E. B., Daigle, R. P., Wright, K. F., & Powell, K. (2013). Self-efficacy for affect regulation as a predictor of future life satisfaction and moderator of the negative affect-life satisfaction relationship. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 1-18.

- Matheny, K. B., Curlette, W. L., Aysan, F., Herrington, A., Gfroerer, C. A., Thompson, D., & Hamarat, E. (2002). Coping resources, perceived stress, and life satisfaction among Turkish and American university students. *International Journal of Stress Management*, 9(2), 81-97. doi: 10.1023/A:1014902719664
- Meydan, C. H., & Şeşen H. (2011). *Yapısal eşitlik modellemesi AMOS uygulamaları*. Ankara: Detay.
- Mowrer, R. R., & Parker, K. N. (2004). Revised multicultural perspective index and measures of depression, life satisfaction, shyness, and self-esteem. *Psychological Reports*, 95(3f), 1227-1228. doi: 10.2466/pr0.95.3f.1227-1228
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19. doi: 10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of gerontology*, 16, 134-143. doi: 10.1037/a0016777
- Oishi, S., Diener, E., Lucas, R. E., & Suh, E. (1999). Cross cultural variations in predictors of life satisfaction: Perspectives from needs and values. *Personal. Soc. Psychol. Bull.*, 25, 980-990. doi: 10.1177/01461672992511006
- Özbay, Y., Palancı, M., Kandemir, M., & Çakıcı, O., (2012). Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal düzenleme, mizah, sosyal özyeterlik ve başa çıkma davranışları ile yordanması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(2), 325-345. <http://www.tebd.gazi.edu.tr/index.php/tebd/article/view/93>
- Özdamar, K. (1999). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi-I* (2. Baskı). Eskişehir: Kaan.
- Özer, M. ve Karabulut, Ö. (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. *Geriatrics*, 6(2), 72- 74.
- Özgür, G., Babacan-Gümüş, A., & Durdu, B. (2010). Evde ve yurttan kalan üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 1, 25-32. phdergi.org/jvi.aspx?pdire=phd&plng=tur&un=PHD-44153
- Pavot, W. G., Diener, E., Colvin, C. R., & Sandvik, E. (1991). Further validation of the satisfaction with life scale: Evidence for the cross method convergence of well-being measures. *Journal of Personality Assessment*, 57(1), 149-161. doi:10.1207/s15327752jpa5701_17
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). The affective and cognitive context of self reported measures of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 28, 1-20. DOI :10.1007/BF01086714
- Paolini, L., Yanez, A. P., & Kelly, W. E. (2006). An examination of worry and life satisfaction among college students. *Individual Differences Research*, 4(5), 331-339. <http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?sid=e3e05a36-c2a3-445e-a9b8-6300275df08a%40sessionmgr400&vid=0&hid=4211>
- Sahranç, Ü. (2007). *Stres kontrolü, genel öz-yeterlik, durumluluk kaygı ve yaşam doyumuyla ilişkili bir akış modeli*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Seligman, M. E. P. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14. doi/10.1037/0003-066X.55.1.5
- Tavşancıl, E. (2010). *Tutumların ölçülmesiyle SPSS ile veri analizi* (4. Baskı). Ankara: Nobel.
- Telef, B. B. (2011). Öğretmenlerin öz-yeterlikleri, iş doyumları, yaşam doyumları ve tükenmişliklerinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 10(1), 91-108. <http://ilkogretim-online.org.tr/vol10say1/v10s1m8.pdf>
- Telef, B. B., & Ergün, E. (2013). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının yordayıcısı olarak öz-yeterlik. *Kuramsal Eğitim Bilim Dergisi*, 6(3), 423-433. <http://keg.aku.edu.tr/arsiv/c6s3/article6.html>
- Toros, T., Akyüz, U., Bayansaldız, M., & Soyer, F. (2000). Görev ve ego yönelimli hedeflerin yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi (dağcılık sporu yapanlarla ilgili bir çalışma). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 1039-1050. <https://www.j-humansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/view/1473/635>

- Tümkiye, S., Hamarta, E., Deniz, M. E., Çelik, M. & Aybek, B. (2008). Duygusal zekâ mizah tarzı ve yaşam doyumu: Üniversite öğretim elemanları üzerine bir araştırma. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 1-18.<http://dergipark.ulakbim.gov.tr/tpdrd/article/view/1058000100>
- Ünal, S., Karlıdağ, R. & Yoloğlu, S. (2001). Hekimlerde tükenmişlik ve iş doyumu düzeylerinin yaşam doyumu düzeyleri ile ilişkisi. *Klinik Psikiyatri*, 4(2), 113-118.
- Vara, Ş. (1999). *Yođun bakım hemşirelerinde iş doyumu ve genel yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Vecchio, G. M., Gerbino, M., Pastorelli, C., Del Bove, G., & Caprara, G. V. (2007). Multi-faceted self-efficacy beliefs as predictors of life satisfaction in late adolescence. *Personality and Individual Differences*, 43(7), 1807-1818. doi: 10.1016/j.paid.2007.05.018
- Wardle, J., Steptoe, A., Guliş, G., Sartory, G., Sêk, H., Todorova, I., Vögele, C. & Ziarko, M. (2004). Depression, perceived control, and life satisfaction in university students from Central-Eastern and Western Europe. *International journal of behavioral medicine*, 11(1), 27-36. doi: 10.1207/s15327558ijbm1101_4
- Wan, C. K., Jaccard, J. & Ramey, S. L. (1996). The relationship between social support and life satisfaction as a function of family structure: An analysis of four types of support. *Journal of Marriage and the Family*, 58, 502-513. <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1997-41406-019>.
- Yaşar, M. (2014). Eğitimde ölçme değerlendirme dersine yönelik tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Journal of Educational Science Research*, 4(1), 259-279.
- Yetim, Ü. (1993). *Kişisel projelerin organizasyonu ve örüntüsü açısından yaşam doyumu*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Yılmaz, E. & Altınok, V. (2009). Okul yöneticilerinin yalnızlık ve yaşam doyum düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 15(3), 451-470. <http://www.kuey.net/index.php/kuey/issue/view/59/showToc>
- Yiğit, R. (2012). Çevik kuvvet görevlilerinin benlik saygıları ile yaşam doyumu ve stresle başa çıkma tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KE-FAD)*, 13(1), 61-75. http://kefad.ahievran.edu.tr/archieve/pdfler/Cilt13Sayi1/JKEF_13_1_2012_61-75.pdf
- Yılmaz, E., & Sünbül, A. M. (2009). Öğretmenlerin yaşam doyumları ve okullardaki örgütsel güven düzeyi. *Journal of Qafqaz University*, (26), 172-179. http://journal.qu.edu.az/content.php?page=article&j_id=1004&s_id=103&a_id=49

EK 1: DFA için M Plus Komut Dosyası

```

Mplus - [dfa.inp]
File Edit View Mplus Plot Diagram Window Help
TITLE: Beş Boyutlu Doğrulayıcı Faktör Analizi Modeli
DATA: FILE IS "dfa.dat";
VARIABLE:
  NAMES ARE m1 m2 m3 m4 m5 m6 m7 m8 m9 m10
  m11 m12 m13 m14 m15 m16 m17 m18 m19 m20 m21;
  USEVARIABLES ARE m1 m2 m3 m4 m5 m6 m7 m8 m9 m10
  m11 m12 m13 m14 m15 m16 m17 m18 m19 m20 m21;
ANALYSIS:
  TYPE IS GENERAL;
  ESTIMATOR IS ML;
  ITERATIONS=1000;
  CONVERGENCE=0.00005;
MODEL:
  qvdcy by m1 m2 m3 m4 m5 m6;
  ildcy by m7 m8 m9 m10 m11;
  bendcy by m12 m13 m14 m15;
  scevcy by m16 m17 m18;
  ledcy by m19 m20 m21;
  m8 with m10;
  m16 with m17;
OUTPUT: SAMPSTAT STDYX MODINDICES RESIDUALS;

```

EK 2. Yetişkin Yaşam Doyumu Ölçeği

YETİŞKİN YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ (YYDÖ)						
		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Kusmen Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
Sevgili katılımcılar,						
Bu ölçek, yaşamınızla ilgili düşüncelerinizi öğrenmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte 21 madde bulunmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz. Okuduğunuz maddeye ne derecede katılıp katılmadığınıza karar veriniz. Seçeneklerinden size uygun gelen seçeneği çarpı işareti (X) ile belirtiniz. Bütün maddelere tepkide bulununuz. Ölçek üzerine adınızı ve adresinizi yazmayınız. Duyarlılığınız için teşekkür ederim.						
Cinsiyet: K () E ()	Yaş :					
1.	Hayatımdan memnunum.	()	()	()	()	()
2.	Hayat şartlarım mükemmel.	()	()	()	()	()
3.	Hayatım, çoğu arkadaşımın hayatından daha iyidir.	()	()	()	()	()
4.	Hayattan şimdiye kadar önemli şeyleri elde ettim.	()	()	()	()	()
5.	İyi bir hayatım var.	()	()	()	()	()
6.	Hayatımda “keşke”lerim çoktur.	()	()	()	()	()
7.	Ailemle vakit geçirmeyi severim.	()	()	()	()	()
8.	Yeterince arkadaşım var.	()	()	()	()	()
9.	İhtiyacım olduğunda arkadaşlarım bana yardımcı olurlar.	()	()	()	()	()
10.	Arkadaşlarım bana iyi davranır.	()	()	()	()	()
11.	Arkadaşlarımdan memnunum.	()	()	()	()	()
12.	Eğlenceli birisiyim.	()	()	()	()	()
13.	Kendimi seviyorum.	()	()	()	()	()
14.	İyi bir insanım.	()	()	()	()	()
15.	Kendimi başarılı bulurum.	()	()	()	()	()
16.	Mahallemden memnunum.	()	()	()	()	()
17.	Komşularımdan memnunum.	()	()	()	()	()
18.	Yaşadığım yerde yapılabilecek eğlenceli birçok aktivite var.	()	()	()	()	()
19.	İşimden memnunum.	()	()	()	()	()
20.	İşe gitmek için sabırsızlanırım.	()	()	()	()	()
21.	Hayata tekrar başlama şansı verilse aynı işi yaparım.	()	()	()	()	()