

## **EXAMINATION OF LIFE SATISFACTION OF UNIVERSITY STUDENTS: HONAZ VOCATIONAL SCHOOL CASE**

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YAŞAM DOYUMUNUN İNCELENMESİ:  
HONAZ MESLEK YÜKSEKOKULU ÖRNEĞİ<sup>1</sup>

**Volkan AKÇİT<sup>2</sup>**  
**Esin BARUTÇU<sup>3</sup>**

### **Abstract**

Life satisfaction, which expresses the satisfaction of the individual life in the society and the positive life evaluation, is a subject that needs to be emphasized for a healthy society. Because healthy society is built with healthy persons. Particularly, young people's positive thoughts about their life is very important data for healthy society life. In this context, it is necessary to take into consideration how university students think about their life. For this reason, research has been based on university students who represent the younger generation of the country. The aim of this study is to examine life satisfaction of Pamukkale University Honaz Vocational School students. Life satisfaction of Pamukkale University Honaz Vocational School students analyzed according to demographic factors. The sample consists from 340 students. When the outcomes were evaluated life satisfaction of students are found above average score, a significant relationship was found between life satisfaction and marital status, departments, income status, departments are enough for meet expectations. Life satisfaction of students does not differ meaningfully from the gender.

**Keywords:** University, Student, Life Satisfaction, Honaz Vocational School.

### **Özet**

Bireyin yaşadığı hayattan memnuniyeti, yaşadığı hayatı pozitif değerlendirmesi olarak ifade edilen yaşam doyumunu kavramı sağlıklı bir toplum yaşantısı için üzerinde durulması gereken bir konudur. Çünkü sağlıklı toplumun temeli sağlıklı bireyler ile atılır. Özellikle toplumun geleceği olan gençlerin yaşadığı hayatı olumlu olarak görmesi sağlıklı bir toplum yaşantısı için önem arz etmektedir. Bu bağlamda ülkelerin lokomotifleri olan üniversitelerde öğrenim gören öğrencilerin yaşadıkları hayatı nasıl gördükleri dikkate alınması gereken bir konudur. Bu sebeple araştırma ülkenin genç neslini oluşturan üniversite öğrencileri üzerine kurgulanmıştır. Bu araştırma Pamukkale Üniversitesi Honaz Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumlarını incelemek amacıyla yapılmıştır. Pamukkale Üniversitesi Honaz Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları demografik faktörlere göre incelenmiştir. Örneklem 340 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırma bulguları değerlendirildiğinde öğrencilerin yaşam doyumlarının ortalamanın üzerinde olduğu, yaşam doyumunu ile medeni durum, öğrenim görülen bölüm, bölümün beklentileri karşılaması, gelir arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yaşam doyumunu ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Üniversite, Öğrenci, Yaşam Doyumu, Honaz MYO

<sup>1</sup> Bu çalışma, 18-20 Mayıs 2017 tarihleri arasında Antalya'da Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi tarafından gerçekleştirilen II. Uluslararası Sosyal Bilimler Sempozyumu'nda sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

<sup>2</sup> Öğr. Gör. Pamukkale Üniversitesi Honaz Meslek Yüksekokulu.

<sup>3</sup> Doç.Dr. Pamukkale Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi.

## GİRİŞ

Bireylerin hayatlarındaki dönüm noktalarından biri olan üniversite ve üniversitede eğitim göreceği bölüm seçimi, onlar için her zaman zor olmuştur. Bazı öğrenci ortaokul, lise çağlarından itibaren okumak istediği bölümü ve üniversiteyi belirlemiş, bazı öğrenciler ise üniversite sınavı sonrasında aldığı puan doğrultusunda seçim yapmıştır. Bu seçim, her dönem öğrencilerin gelecekte nasıl bireyler olacakları konusunda önemli bir unsur olmuştur. Seçim dönemi öğrencilerin genellikle ergenlik dönemine rastladığından üniversite öğrencilerinin ne yetişkin ne de çocuk olduğunu söylemek mümkündür. Bu bireyler çocukluktan yetişkinliğe geçmenin sıkıntılarını taşımaktadırlar. Aynı zamanda kendi kimliklerini bulmak adına şimdiye kadar sahip oldukları değerlerle genelde örtüşmeyen toplumun benimsediği ulusal ve evrensel değerlere uyum sağlama ve sosyal olgunluğa erişme aşamasındadırlar (Özgüven, 1992). Bu aşamada bireyler çocukluktan olgunluğa geçerken ileride yaşayacakları hayatın temellerini de atmaktadırlar. Öğrencilerin gelecekte yaşayacakları hayatı bu kadar etkileyen bir süreç elbette zor ve streslidir. Ülkenin geleceği olan gençlerin büyük bir kısmını oluşturan üniversite öğrencilerinin yaşadıkları hayatı nasıl gördükleri bu sebeple önemlidir.

İyi bir toplum iyi bireylerle mümkündür. Yaşadıkları hayattan memnun olan bireyler mutlu bir toplum oluştururlar. Bu sebeple kişinin yaşadığı hayatı nasıl gördüğü, yaşadığı hayattan memnuniyet derecesini ifade eden yaşam doyumu seviyesinin belirlenmesi ülkelerin geleceği için önemlidir. Büyük Türkçe Sözlük'te (TDK) “doğumla ölüm arasında yaşanan süre, ömür, hayat” olarak açıklanan *yaşam* ile “eldekenden hoşnut olma durumu, doyma işi, yetinme, kanma, kanaat” olarak açıklanan *doyum* kelimelerinin birleşimi olan yaşam doyumunun ölçütlerinin belirlenmesinde üniversite hayatının etkisi yadsınamaz. Bu sebeple toplumlar sağlıklı gelecek nesillere sahip olmak ve gençlerin yaşam doyumunu üst seviyeye çıkarmak için neler yapmaları gerektiği üzerine tartışmalıdır.

### Yaşam Doyumu

Neugarten ve diğ. (1961) tarafından ortaya atılan *yaşam doyumu* kavramı bireyin mevcut yaşamını nasıl gördüğü, yaşadığı hayattan tatmin seviyesi, mutluluğu ile ilgili yaptığı değerlendirmeler sonucunda ulaştığı kanı olarak tanımlanmıştır. Yaşam doyumu bireyin kaliteli bir hayat tanımı için belirlediği ölçütler doğrultusunda yaşadığı hayatı olumlu algılaması olarak da tanımlanabilir (Diener ve diğ., 1985).

Yaşam doyumu ölçütlerinin kişiden kişiye farklılık göstermesi sebebiyle, kavramın tanımının yapılmasında ve kapsamının belirlenmesinde belirsizlik söz konusudur. Bu nedenle araştırmalarda birçok yaşam doyumu tanımına rastlamak mümkündür. Bunlardan bazıları şu şekilde sıralanabilir: Sapmaz ve Doğan (2012) bireyin hayatına dair boyutları (aile, iş, arkadaşlık, sağlık, sosyal hayat, maneviyat vb.) değerlendirip hayatı hakkında bir yargıya, olumlu ya da olumsuz bir sonuca varması; Özer ve Karabulut (2003) bireylerin gelecekte sahip olmayı umdukları ile elde ettikleri, sahip oldukları arasındaki pozitif ya da negatif ilişki, kısaca mevcut koşulların beklenen ile kıyaslanması sonrasındaki sonuç; Hofmann ve diğ. (2013) mutluluğun farklı bir çeşidi, Suldo ve Huebner (2006) bireylerin hayatlarının bütünü ya da aileleri, arkadaşları, sosyal çevreleri, kişilikleri gibi hayatlarının özel bölümleri için yaptıkları bilişsel ve evrensel bir değerlendirme sonucu ortaya çıkan neticeyi yaşam doyumu olarak tanımlamışlardır. Bu tanımlardan yola çıkarak kapsayıcı bir yaşam doyumu tanımı yapmak gerekirse yaşam doyumunu, bireyin hayatından ne ölçüde memnun

olduğu, sahip olduklarına ne ölçüde kanaat ettiği, yaşamını nasıl gördüğü şeklinde tanımlamak mümkündür.

Yaşam doyumunu, bireyin yaşamının farklı alanlarındaki deneyimleriyle ortaya çıktığı için onun etkileşime girdiği tüm sosyal ortamların yaşam doyumunun belirlenmesinde rol oynamaktadır (Keser, 2005). Dolayısıyla yaşam doyumunu toplumun diğer bireylerinin davranışlarından ve mevcut şartlarından güçlü bir şekilde etkilenebilir (Diener ve Seligman, 2004). Hayatımızın bir parçası olan sosyal medya kullanımının yaşam doyumunu ile ilişkisi olduğu, sosyal medya kullanımının artması sonucunda yaşam doyumunun olumsuz olarak etkilendiği ortaya koyulmuştur (Balcı ve Koçak, 2017). Benzer şekilde cep telefonu bağımlılığının strese yol açtığı ve yaşam doyumunu sosyal medyaya benzer şekilde olumsuz olarak etkilediği ortaya çıkmıştır (Samaha ve Hawi, 2016).

Pavot ve Diener (1993), yaşam doyumunu ile ilgili çalışmalar hakkında üç temel varsayım ortaya koymuşlardır:

1. Bireylerin yaşam doyumlarının seviyesi zaman içinde belirli bir dengeye ulaşacaktır.
2. Bireylerin uzun vadedeki yaşam doyumları hakkında belleklerinde biriktirdikleri bilgilere erişimleri vardır.
3. Bireyler yaşam doyumlarını başkalarına tasvir ederken belleklerinde biriktirdikleri bu bilgileri kullanırlar.

Buradan hareketle yaşam doyumunu etkileyen birçok faktör olduğu söylenebilir. Bu faktörler bireyin hayatının farklı her bir alanından oluşmaktadır. Birey hayatı ile ilgili bu bölümler hakkında sahip oldukları bilgileri yorumlayarak yaşamlarının nasıl olduğu konusunda bir yargıya varabilmektedirler.

Bireylerin mutluluk ve memnuniyet düzeyleri stabil olmasına karşın olaylara verdikleri tepkiler o andaki mutluluk ve memnuniyet düzeylerinde değişmeye sebep olur; bu bağlamda yaşam doyumunu uzun vadede stabil olmasına karşın bireyin hayatta deneyimledikleri, yaşam doyumunun oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır (Lucas ve diğ., 2004). Yaşam doyumunu bireyin yaşamına bakış açısı ile ilgili olduğundan, bireyin belirlediği hedeflere ulaşip ulaşamamasının, konuya hangi açıdan baktığının yani konu hakkındaki olumlu ya da olumsuz çıkarımlarının mutlu olmasını yakından etkilediği düşünülmektedir (Rask ve diğ., 2002). Yaşam doyumunu ölçüğünün sonuçları “sorulan soruların sırası”, “bireyin o andaki modu” ve “soruların sorulma şekli” gibi faktörlerle etkilenebilmesine rağmen bu faktörlerin çoğu kontrol edilebilir niteliktedir (Diener ve diğ., 2013). Dolayısıyla bireylerin farklı kişisel özellikleri ve algıları, sorulara verecekleri farklı yanıtlara yol açarak elde edilen sonuçların çeşitlenmesini sağlayacaktır.

Yaşam doyumunu çalışmaları yaşın, ırkın, cinsiyetin ve gelir düzeyinin yaşam doyumunu belirlemede neredeyse hiçbir etkisi olmadığını; psikolojik faktörlerin, karakter özelliklerinin, huyun, iş ilişkilerinin, sosyal ilişkilerin ve ait olunan kültür öğelerinin yaşam doyumunu açıklarken daha etkili olduğunu göstermektedir (Myers ve Diener, 1995). Yaşam doyumunu gelirle doğrudan bağlantısı olmayan birçok önemli faktörden etkilense de, mali gelirdeki memnuniyet dolaylı olarak (yoksulluktan kaçış, istediklerini elde etmek için araç olarak kullanma, oluşturduğu güven duygusu vb.) yaşam doyumunu etkileyen göz ardı edilmemesi gereken bir girdidir (Diener ve Biswas-Diener, 2002). Diener ve Diener (2009) yaptıkları çalışmada gelir durumundaki tatmin ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkinin kültürler arasında farklılık

gösterebileceğini, daha fakir ülkelerde yaşam doyumunu ile gelir arasında kuvvetli bir ilişki bulunduğunu, temel ihtiyaçları karşılanmış daha zengin ülkelerde ise bu ilişkinin azaldığını ve önemini kaybederek bu sonucun “İhtiyaçlar Hiyerarşi” teorisini desteklediğini ortaya koymuşlardır. Tsang ve diğ. (2014) materyalist bireylerin yaşam doyumlarının materyalist olmayanlara göre düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Bunun sebebini ise materyalist bireylerin her zaman sahip olduklarından daha fazlasını istemesine, materyalist olmayan bireylerin ise sahip olduklarıyla yetinmesine dayandırmışlardır. Bireylerin yaşam doyumunu birçok şeyden etkilenebilir. Bireylerin yaşam doyumunu etkileyen unsurlar şu şekilde sıralanabilir:

- Günlük yaşamdan mutluluk duymak,
- Yaşamı anlamlı bulmak,
- Amaçlara ulaşma konusunda uyum,
- Pozitif bireysel kimlik,
- Fiziksel olarak bireyin kendisini iyi hissetmesi,
- Ekonomik güvenlik,
- Sosyal ilişkiler (Schmitter 2003, akt. Keser, 2005)

Bireyler “Hayatınızdan ne ölçüde memnunsunuz?” sorusunu cevaplamadan önce kişisel, mesleki geçmişlerini gözden geçirmeli, yaşamlarının genelini göz önünde bulundurmalı ve sonrasında bir kaniya varmalıdırlar (Angeles, 2009). Bu muhakemeden sonra ortaya çıkacak sonuç bireyin nasıl bir hayatı olduğunu gösterecektir. Yaşam doyumunun üç bölümden oluştuğunu söylemek mümkündür. Bunlar: (1)Bireyin yaşamını dış etmenler ile karşılaştırması sonrasında olumlu yargıya varması, (2)yaşamını sorgulamasıyla bireyde ortaya çıkan duygu yükü, (3)bireyin gündelik hayatındaki ilişkilerinden tatmin olması şeklinde sıralanabilir (Serin ve Özbülak, 2006). Buradan hareketle bireyin hayattan beklentileri ile bunların karşılanma düzeylerini ifade eden yaşam doyumunun, bireyin çevresiyle olan ilişkilerini büyük oranda etkileyeceğini söylemek mümkündür.

Bireyin duygularının farkında olması, böylelikle onları istediği gibi yönlendirebilmesi ve bunu hayatına olumlu bir faktör olarak adapte etmesi kişinin yaşam kalitesini ve buna bağlı olarak yaşam doyumunu arttırmaktadır (Tümkiye ve diğ., 2008). Birçok birey yaşam doyumunu hayatında ulaşmak istediği temel hedeflerden bir tanesi olarak ortaya koymaktadır. Yaşam doyumunu, bireylerin hayatındaki üretkenliği ve verimliliği artırması, bireylerin ruhsal ve bedensel sağlıkları üzerinde pozitif etkiye sahip olması ile hem bireysel hem de toplumsal açıdan üzerinde durulması gereken önemli bir kavramdır (Gündoğar ve diğ., 2007). Ülkelerin mutluluk düzeylerinin ülkenin sağlık düzeyi, halkın zenginlik seviyesi, eğitim durumları ile yakından alakalı olduğunu ve bu üç değişkenin (sağlık, zenginlik ve eğitim) birbiri ile de ilişkili olduğunu söylemek mümkündür (Wagner, 2006). Buradan yaşam doyumunun ne denli önemli olduğu ile ilgili şöyle bir çıkarım yapılabilir: Sağlıklı birey eşittir sağlıklı toplum, sağlıklı toplum eşittir eğitilmiş birey ve üretken ekonomi, üretken ekonomi eşittir refah düzeyi yüksek millet.

Diener (1984) kişisel iyi oluşun üç belirgin özelliği olduğunu ortaya koymuştur. Bunlardan birincisi kişisel iyi oluşun “öznel” olmasıdır. Sağlık, ahlak, rahatlık veya iyi bir gelir gibi faktörler öznellik için gerekli ise de kişisel iyi oluş için bunların varlığı zorunlu değildir. İkincisi, “pozitif düşünce”dir. Bu, negatif düşüncenin tamamen ortadan kaybolduğu bir düşünce sistemini ifade etmemektedir. Mühim olan ikisi arasındaki dengedir. Üçüncüsü ise, “bireyin hayatındaki tüm unsurları içine alan bir değerlendirme”dir. Bu değerlendirmeler bireyin hayatının farklı kesimlerine ait

olmalarına rağmen onun hayatına derinden etki ederler. Veenhoven (1996) kaliteli yaşamı gösteren iki işaret bulunduğunu, bunlardan ilkinin, “iyi bir yaşam için gerekli görülen koşulların varlığı”, ikincisinin ise “bu koşullar çerçevesinde yaşamak” olduğunu ifade etmektedir. Bunun yanında yaşam doyumunun kaliteli yaşamın belirgin bir göstergesi olduğunu, yaşam doyumunun zihinsel ve fiziksel sağlığın belirtisi olmasının yanı sıra, bireylerin ne ölçüde başarıya ulaştığını gösterdiğini de söylemektedir.

Yaşam doyumunu kavramı ortaya atıldıktan sonra kavram ile ilgili birçok çalışma yapılmıştır. Yaşam doyumunun önemi zamanla daha net bir şekilde ortaya çıkmış, kriterleri, sebepleri, sonuçları birçok defa ortaya konulmuştur. Bu çalışmalardan bazılarında değinmek gerekirse; Tseng (2006), Diener ve diğ. (2003), Seligman (2004), Şimsek (2011), Özgür ve diğ. (2010), Keser (2005) yaşam doyumunu ile ilgili yaptıkları çalışmalarda yaş, cinsiyet, medeni durum gibi faktörlerin bireylerin yaşam doyumunda etkili olmadığını ifade etmişlerdir. Huebner (1991) yaşam doyumunu ile ilgili yapılan çalışmalarda evrensel boyuttaki yaşam doyumunun bireysel farklılıklarının demografik özelliklerle ( yaş, sınıf, cinsiyet, ebeveynlerin medeni durumlarıyla, ebeveynlerin mesleki durumlarıyla) ilişkilendirilmediğini, aksine kişisel özelliklerle ilişkilendirildiğini ifade etmektedir. Yüksek yaşam doyumunu olan öğrencilerin özsaygılarının, iç denetim odaklarının yüksek olduğunu, nevroitiklik ölçümlerinin düşük olduğunu, okul notları ile kişilerin yaşam doyumları arasında anlamlı fark olmadığını ifade etmektedir. Bu çalışmaların aksine Tuzlugöl Dost (2007) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada erkek ve kadın katılımcıların yaşam doyumları arasında anlamlı bir fark olduğunu, kadınların yaşam doyumlarının erkeklerden yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Benzer bir şekilde Keser (2005) otomotiv sektöründe yaptığı çalışmada kadınların yaşam doyumlarının erkeklerden fazla olduğunu belirtmiştir. Myers ve Diener (1995) yaptıkları çalışmada yaşam doyumunun yaş, cinsiyet, gelir durumu ile zayıf ilişkili olduğunu, özgüvenli olma, hayattaki olaylara pozitif bakma ve girişkenlik gibi kişisel özelliklerle kuvvetli ilişkisi olduğunu ifade etmektedir. Eryılmaz ve Atak (2011) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada iyimserlik eğilimi, öz saygı ile öznel iyi oluş arasında olumlu bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Seligman (2004), Diener ve diğ. (2003) kişilik özelliklerinin yaşam doyumunu üzerinde güçlü etkiye sahip olduğunu ifade etmektedir. Chow (2005) tarafından üniversite öğrencileri üzerinde yapılan başka bir çalışma kişisel özelliklerin yaşam doyumunu ile ilişkili olduğunu doğrulamakta, cinsiyetin yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığını ifade etmektedir. Özgür ve diğ. (2010) çalışmalarında yurttan kalan öğrencilerden ekonomik durumu iyi olanların yaşam doyumlarının yüksek çıktığını, evde kalan öğrencilerden yaşam kalitesini yüksek olarak algılayanların yaşam doyumlarının diğerlerinden yüksek olduğunu ifade etmişlerdir. Yılmaz ve Altınok (2009) yaptıkları çalışmada yaşam doyumunu ile gelir arasında anlamlı fark olduğunu, bireylerin yaşama dair beklentilerini karşılamada sahip oldukları ekonomik gücü önemli bir faktör olarak algılamaları bunu destekler niteliktedir. Son olarak ise Samaha ve Hawi (2016) üniversite öğrencilerinin cep telefonu bağımlılığı ve stresin yaşam doyumunu üzerindeki etkisini belirlemek üzere yaptıkları çalışmada cep telefonu bağımlılığının strese yol açtığını ve bununda yaşam doyumunu olumsuz etkilediğini, buna benzer olarak Balcı ve Koçak (2017) üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanımının artmasının yaşam doyumunu olumsuz etkilediğini, yaşam doyum düzeyi arttıkça sosyal medya kullanımının azaldığını ortaya koymuşlardır.

Yaşam doyumunu ile ilgili yapılan çalışmalarda genelde ortaya konulan yaşam doyumunun yaş, cinsiyet, medeni durum, gelir, eğitim seviyesi gibi faktörlerden

etkilenmediği yönündedir. Araştırmacılar dışarıdaki faktörlerin yaşam doyumunu üzerinde pek etkisi olmadığını, yaşam doyumunun daha çok kişilik gibi iç faktörlerle ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır.

#### 4. Materyal ve Yöntem

##### Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırma, Pamukkale Üniversitesi, Honaz Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Sağlıklı bireylerin sağlıklı bir toplumun temel yapı taşı olduğunu söylemek mümkündür. Bu sebeple ülkeler vatandaşlarının ruhsal ve bedensel olarak sağlıklı olmalarına önem vermektedirler. Bireylerin hayatlarına genel bakış açısını ifade eden yaşam doyumunun ülke genelinde yüksek olması ülkelerin geleceğe daha umutlu bakmasına sebep olacaktır. Mutlu bir toplum verimlilik, yaratıcılık, başarı, yükselen millî gelir, rekabette üstünlük demektir. Dolayısıyla toplumun geleceği olan gençlerin yaşam doyumunu seviyelerini tespit etmek, yaşam doyumlarını yüksek seviyelere taşımak önem arz etmektedir.

##### Araştırmanın Metodolojisi

Araştırma Pamukkale Üniversitesi, Honaz Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören 340 öğrenci üzerinde yapılmıştır. Araştırmada verilerin toplanmasında nicel araştırma yöntemlerinden *anket yöntemi* kullanılmıştır. Örneklem seçiminde Honaz Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin, bölümleri ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkiyi verebilmek için *tabakalı örneklem yöntemi* kullanılmıştır. Anket formu iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölüm demografik değişkenleri belirlemeye yönelik soruları içerirken ikinci bölüm yaşam doyumunu belirlemeye yönelik yaşam doyum ölçeğini içermektedir. Yaşam doyum ölçeği olarak 1985 yılında Diener vd. tarafından geliştirilen ve 5 sorudan oluşan 7'li likert ölçek kullanılmıştır. Düşük değerler yaşam doyumunun düşük olduğunu, yüksek değerler ise yaşam doyumunun yüksek olduğunu göstermektedir. Toplanan veriler SPSS programı aracılığı ile analiz edilmiştir.

#### 5. Bulgular

Ankete katılanların %10,9'u 18 ve altı, 53,2'si 19-20, %35,9'u ise 21 ve üzeri yaş grubunda yer almaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin bölüm bazında dağılımı %10,3 Büro Yönetimi ve Yönetici Asistanlığı, %19,7 Halkla İlişkiler ve Tanıtım, %4,1 Menkul Kıymetler ve Sermaye Piyasası, %9,7 İş Sağlığı ve Güvenliği, %10,3 Lojistik, %8,5 İşletme Yönetimi, %9,4 Muhasebe ve Vergi Uygulamaları, %13,5 Bankacılık ve Sigortacılık, %10,3 Dış Ticaret, %4,1 Pazarlama olarak görülmektedir. Gelir durumları açısından incelendiğinde % 25,9'u 1100 tl altı, 28,8'i 1100-1500, 17,6'sı 1501-2000, %15'i 2001-300, 5,3'ü 3001-4000, 7,4'ü 4000 üstü aralığında yer almaktadır. Araştırmaya katılanların %47,4 lük kısmı erkek, %52,6 lük kısmı ise kadındır. %2,9'u evli, %97,1'i ise bekârdır. Çalışmaya katılanların %76,8'i bölümü isteyerek tercih etmiş, %23,2'si ise bölümü istemeden tercih etmiştir. %64,7'si bölümün beklentilerini karşıladığını, 35,3 ü ise bölümün beklentilerini karşılamadığını ifade etmektedir.

**Tablo 1: Anketin İç Tutarlılığı**

Ölçek	Madde Sayısı	Cronbach's Alpha
Yaşam Doyumu	5	0,837

Anketin iç tutarlılığına bakıldığında Cronbach's Alpha değerinin 0,837 olduğu görülmektedir. Bu değer ölçeğin iç tutarlılığının olduğunu göstermektedir.

**Tablo 2: Yaşam Doyumu Sonuçları**

	Sonuç
1.Pek çok açıdan hayalimdeki ideale yakın bir yaşantım var	19,78
2.Yaşam şartlarım mükemmel	19,11
3.Yaşantım beni tatmin ediyor	20,68
4.Şimdiye kadar yaşamımda istediğim önemli şeyleri elde ettim	<b>21,70</b>
5.Hayatımı bir daha yaşama şansım olsa idi hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim	17,28
Genel (Yaşam Doyumu)	<b>19,71</b>

Yaşam doyumu ölçeğinin incelenmesiyle ortaya çıkan değer 19,71'dir. Yaşam doyumu ölçeğinin 5-35 arasında değer alabildiği göz önünde bulundurulursa Honaz Meslek Yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumlarının ortalamasının üzerinde olduğu söylenebilir. Ankette yer alan 4. soru 21.70 ortalama ile en yüksek değere sahiptir. Bu veriden yola çıkarak öğrencilerin şimdiye kadar kendileri için önemli gördükleri şeyleri genel olarak elde ettiği sonucuna ulaşılabilir.

Yaşam doyumu ve cinsiyet arasındaki ilişki incelendiğinde, yapılan *t testi* sonucu varyansların homojen olarak dağıldığı ( $0,518 > 0,050$ ) ve cinsiyet ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ( $0,354 > 0,050$ ) görülmektedir. Bu sonuç Tseng (2006), Diener ve diğ. (2003), Seligman (2004), Şimsek (2011), Özgür ve diğ. (2010), Keser (2005) gibi birçok çalışmada ortaya çıkan sonuçlar ile paralellik göstermektedir. Kadın ve erkeklerin yaşam doyumlarına bakıldığında kadınların yaşam doyumlarının (20,12) erkeklerden (19,34) yüksek olduğu görülmektedir. Bu sonuç Keser (2005) ve Tuzlugöl Dost (2007)'un çalışmaları ile paralellik göstermektedir.

Yaşam doyumu ve medeni durum arasındaki ilişki incelendiğinde, yapılan *t testi* sonucu varyansların homojen olarak dağıldığı ( $0,964 > 0,050$ ) ve medeni durum ve yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu ( $0,010 < 0,050$ ) görülmektedir. Bu sonuç birçok çalışmada belirtilenin aksi bir sonuç ortaya koymaktadır. Evlilerin yaşam doyumları 25,9, bekârların yaşam doyumları 19,52 olarak tespit edilmiştir. Türk toplumunun geleneksel yapısı gereği evliliğin bireyin hayatındaki temel hedeflerden birisi olduğu düşünülürse evli bireylerin yaşam doyumlarının yüksek çıkmasının sebebi olarak değerlendirilebilir. Bunun yanı sıra evlilik beraberinde düzen, çeşitli sorumluluklar, gelirin, refahın artması, içsel bir tatmin vb. sonuçlar getirdiği için bu bireylerin yaşam doyumları daha yüksek seviyede gözlemlenmiş olabilir.

Yaşam doyumu ve öğrencilerin öğrenim gördüğü bölümü isteyerek tercih edip etmemesi arasındaki ilişki incelendiğinde, yapılan *t testi* sonucunda varyansların homojen olarak dağıldığı ( $0,071 > 0,050$ ) ve öğrencilerin eğitim gördükleri bölümü isteyerek tercih edip etmemesi ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ( $0,110 > 0,050$ ) görülmektedir. Bölümü isteyerek tercih edenlerin yaşam doyumları 20,05, istemeyerek tercih edenlerin yaşam doyumları 18,5 olarak tespit edilmiştir. Öğrenciler daha önceden hayalini kurdukları, öğrenim görmeyi bekledikleri bir bölüme yerleştikleri için bu memnuniyet gündelik hayatlarını ve mutluluk katsayılarını olumlu yönde etkileyebilmektedir.

Yaşam doyumu ile öğrencilerin öğrenim gördükleri bölümün beklentilerini karşılayıp karşılamadığı arasındaki ilişki incelendiğinde, yapılan *t testi* sonucu varyansların homojen olarak dağıldığı ( $0,257 > 0,050$ ) ve öğrencilerin eğitim gördükleri bölümün beklentilerini karşılayıp karşılaması ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu ( $0,001 < 0,050$ ) görülmektedir. Beklentileri karşılananların yaşam doyumları 20,76, beklentileri karşılanmayanların yaşam doyumları 17,78 olarak tespit edilmiştir. Öğrencilerin beklendikleri eğitim ile aldıkları eğitimin örtüşmesi öğrencilerin moralleri üzerinde pozitif bir etki yaratacaktır. Bu sebeple bu öğrencilerin yaşam doyum düzeylerinin yüksek çıkması beklenebilir. Ayrıca gelecekte yapmak istedikleri mesleğin teorik bilgilerini aldıkları yer olan öğrenim gördükleri bölümdeki eğitimin beklentileri karşılaması, geleceğe daha güvenli adım atacak öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek çıkmasına sebep olmuş olabilir. Bunun yanı sıra mutlu olacakları işleri yapan bireylerin, içsel bir doyum yaşaması, hayatındaki önemli bir unsurun doyuma ulaşması neticesinde yaşam doyumlarının yükseleceği göz ardı edilmemesi gereken bir unsurdur.

**Tablo 3: Yaşam Doyumu - Gelir**

Varyansların Homojenliği							,002
Anova							,000
Tamhane	1100 altı	1100 - 1500	1501 - 2000	2001 - 3000	3001 - 4000	4001 üstü	
1100 altı	-	,665	,001	,036	,169	,069	
1100 - 1500	,665	-	,077	,659	,864	,479	
1501 - 2000	,001	,077	-	1,000	1,000	1,000	
2001 - 3000	,036	,659	1,000	-	1,000	1,000	
3001 - 4000	,169	,864	1,000	1,000	-	1,000	
4001 üstü	,069	,479	1,000	1,000	1,000	-	
<b>Yaşam Doyumu</b>	<b>16,7</b>	<b>18,75</b>	<b>22,33</b>	<b>21,21</b>	<b>21,28</b>	<b>22,8</b>	

Yapılan Anova testi sonucunda varyansların homojen olarak dağılmadığı ( $0,002 < 0,050$ ) görülmüştür. Sonrasında uygulanan Tamhane testi sonucunda gelir seviyelerinden 1100 altı ile 1501 - 2000 ( $0,001 < 0,050$ ) ve 2001 - 3000 ( $0,036 < 0,050$ ) arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. En düşük yaşam doyumu 16,7 ile 1100 altı gelir seviyesinde görülürken en yüksek yaşam doyumu 22,8 ile 4001 üstü gelir seviyesinde tespit edilmiştir. Bu sonuçlar Diener ve Diener (2009), Özgür ve diğ. (2010) ve Yılmaz ve Altınok (2009) tarafından yapılan çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Bireyler sahip oldukları ekonomik gücü ihtiyaçlarını karşılamada bir güç olarak görmektedirler. Gelir dolaylı olarak beraberinde yaşam kalitesi yükselişi, geleceğe dair bir güvence, çevresi tarafından saygı görme, statü değişimi, kendine güven vb. şeyleri getirmesi sebebi ile yaşam doyumuna etki edebilmektedir. Bu sebeple gelir seviyesi yüksek bireylerin yaşam doyumlarının dolaylı da olsa yüksek çıkması beklenebilir.

**Tablo 4: Yaşam Doyumu - Bölümler**

Varyansların Homojenliği											,220
Anova											,000
Tukey	BY	Hİ	MK	İSG	LOJ	İSL	MHSB	BANK	DT	PAZ	
BY	-	,653	1,00	,998	,569	1,00	1,00	,143	,994	1,00	
Hİ	,653	-	,596	,136	1,00	,562	,458	,000	,998	,997	
MK	1,00	,596	-	1,00	,501	1,00	1,00	,915	,949	,997	
İSG	,998	,136	1,00	-	,132	1,00	1,00	,682	,763	,988	
LOJ	,569	1,00	,501	,132	-	,483	,398	,000	,986	,985	
İSL	1,00	,562	1,00	1,00	,483	-	1,00	,325	,981	1,00	

MHSB	1,00	,458	1,00	1,00	,398	1,00	-	,324	,967	1,00
BANK	,143	<b>,000</b>	,915	,682	<b>,000</b>	,325	,324	-	<b>,006</b>	,264
DT	,994	,998	,949	,763	,986	,981	,967	<b>,006</b>	-	1,00
PAZ	1,00	,997	,997	,988	,985	1,00	1,00	,264	1,00	-
<b>Yaşam Doyumu</b>	<b>19,97</b>	<b>17,01</b>	<b>21,36</b>	<b>21,42</b>	<b>16,37</b>	<b>20,38</b>	<b>20,5</b>	<b>24,59</b>	<b>18,28</b>	<b>18,93</b>

Yapılan Anova testi sonucu varyansların homojen olarak dağıldığı ( $0,220 > 0,050$ ) görülmüştür. Sonrasında uygulanan Tukey testi sonucunda Bankacılık ve Sigortacılık bölümü öğrencilerinin yaşam doyumları ile Halkla İlişkiler ve Tanıtım ( $0,000 < 0,050$ ), Lojistik ( $0,000 < 0,050$ ) ve Dış Ticaret ( $0,006 < 0,050$ ) bölümleri öğrencilerinin yaşam doyumları arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür. Yaşam doyumu en yüksek olan bölüm 24,59 ile Bankacılık ve Sigortacılık olurken en düşük olan bölüm ise 16,37 ile Lojistik olmuştur. Bu sonuçları yorumlamakta bir faktörün etkisinin ne seviyede olacağını bilinememesi ile birlikte bankacılık sektörünün ülkemizde yaygın olması ve çok sayıda çalışan istihdam etmesi bu bölümde öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek olmasına, halkla ilişkiler bölümünde öğrenim gören öğrencilerin gelecekte iş bulma olanaklarının sınırlı olmasının bu öğrencilerin yaşam doyumlarının düşük olmasına etkisi tartışılabilir. Bunun yanı sıra bu bankacılık öğrencilerinin üniversiteye yerleşme puanları ile halkla ilişkiler öğrencilerinin üniversiteye yerleşme puanları arasındaki ilişki yani başarı düzeylerinin yaşam doyumlarına ne ölçüde etki ettiği tartışılabilir.

## 6. Sonuç ve Öneriler

Pamukkale Üniversitesi, Honaz Meslek Yüksekokulu öğrencileri üzerinde yapılan yaşam doyumu araştırması sonucunda öğrencilerin yaşam doyumlarının ortalamasının üzerinde olduğu, gelir seviyesi, medeni durum, öğrencilerin öğrenim gördüğü bölümlerin beklentilerini karşılayıp karşılamaması ve öğrenim gördükleri bölümler ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Çalışmaya katılan kadınların yaşam doyumları Keser (2005) tarafından yapılan çalışma ile uyumlu olarak erkek katılımcılardan daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Toplumda kadınların daha kanaatkâr olması, sahip oldukları ile yetinmeyi, mutlu olmayı bilmesi sebebi ile kadınların yaşam doyumunun yüksek çıkması olağandır.

Araştırma sonuçları birçok araştırma ile Tseng (2006), Diener ve diğ. (2003), Seligman (2004), Şimsek (2011), Özgür ve diğ. (2010), Keser (2005) cinsiyetin yaşam doyumuna etkisinin olmaması açısından benzerlik gösterse de, bu çalışmalardan farklı olarak gelir durumu ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu Diener ve Diener (2009), Özgür ve diğ. (2010) ve Yılmaz ve Altınok (2009) tarafından yapılan çalışmalarla paralellik göstermektedir. Kariyer, statü, gelecek garantisi, güven, yaşam kalitesindeki artış vb. faktörler dolaylı olarak gelir seviyesi ile ilişkilendirildiğinden gelir seviyesi yüksek olan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olması beklenen bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır.

Çalışmada, yapılan daha önceki çalışmalardan farklı bir sonuç elde edilen faktörde medeni durumdur. Medeni durum ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Evli bireylerin yaşam doyumlarının bekâr bireylere göre daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Toplumda evliliğin bir sosyal statü olarak görülmesi, evli bireylerin daha farklı bir ortama dâhil olması, evlilikle birlikte gelen

aile, çocuk kavramlarının toplumda statü olarak algılanması evli bireylerin yaşam doyumlarının yüksek çıkmasına sebep olmuş olabilir.

Çalışmada öğrenim gördüğü bölümü tercih ederken öğrenmeyi beklediği bilgileri okulda öğrenme imkânına sahip olan öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek çıktığı tespit edilmiştir. İstekleri karşılanan, memnun olan bireylerin yaşam doyumlarının yüksek olması beklendiğinden, öğrenim gördüğü bölümün öğrencilerin isteklerini karşılaması sonrası bu öğrencilerin yaşam doyumlarının yüksek olması doğal bir sonuç olarak görülebilir. İş Sağlığı ve Güvenliği, Bankacılık ve Sigortacılık bölümü öğrencilerinin diğer bölüm öğrencilerinden daha yüksek yaşam doyumuna sahip olması bu öğrencilerin gelecekte daha rahat iş bulabilmesi, bu bölümlerin popüler olması, geleceklerini daha garanti (iş, para, yaşam kalitesi vb.) görmeleri, öğrencilerin üniversiteye girişteki başarıları gibi etmenler ile bağlantılı olabilir. Halkla İlişkiler bölümü öğrencilerinin iş olanaklarının kısıtlı olması, ileride nerede çalışacaklarının belirli olmaması, alanlarında çok fazla rekabet olması, üniversiteye girişteki başarı düzeyleri bu öğrencilerin yaşam doyumlarının düşük çıkmasına etki eden faktörlerden birkaç tanesi olabilir.

Pamukkale Üniversitesi öğrencilerinin yaşam doyumunu etkileyen faktörlerin neler olduğunu net olarak ortaya koymak için çalışma daha geniş bir kapsamda (üniversitedeki tüm okullarda) yapılabilir. Çıkan sonuçlar doğrultusunda öğrencilerin yaşam doyumlarını artırıcı çalışmalara ışık tutulabilir. Anket aynı öğrenciler üzerinde belirli bir süre sonra tekrar uygulanarak sonuçlar karşılaştırılıp bulunan sonuçların süreç içinde değişimi ve öğrencilerin yaşadıkları olaylar takip edilebilir. Çalışma sonuçları öğrenciler mezun olduktan bir süre sonra tekrar yapılacak çalışma ile karşılaştırılıp iyi ya da kötü sebepler ortaya konulabilir.

Unutulmamalıdır ki mutlu birey mutlu toplum demektir. Bireyin eğitim hayatının ne ölçüde iyi olduğu, bu sürede bireyin istediği şeyleri ne ölçüde elde ettiği, beklentilerinin ne ölçüde karşılandığı, geleceğini önemli ölçüde etkileyeceğinden; mutlu bir eğitim hayatı toplumların geleceklerine yapacakları en büyük yatırımlardan biri olacaktır.

#### **KAYNAKÇA**

- Angeles, L. (2009). Children and Life Satisfaction, Springer Science+Business Media B.V. J Happiness Stud, DOI 10.1007/s10902-009-9168-z, p:1-16
- Balcı, Ş. ve Koçak, M.C. (2017). Sosyal Medya Kullanımı ile Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki; Üniversite Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. 1. Uluslararası İletişimde Yeni Yönelimler Konferansı, 34-45
- Chow, H.P.H. (2005). Life Satisfaction Among University Students in a Canadian Prairie City: A Multivariate Analysis, Soc Indic Res, 70: 139-150
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being, Psychological Bulletin, Vol:95, no:3, p: 542 - 575
- Diener, E., Biswas-Diener, R. (2002). Will Money Increase Subjective Well-Being?, Social Indicators Research, Volume 57, Issue 2, p: 119-169
- Diener, E. ve Diener, M. (1996). Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-Esteem. Culture and Well-Being: The Collected Works of Ed Diener ,Social Indicators Research Series 38, 71-91

- Diener, E., Emmons, R. A. Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale, *Journal of Personality Assessment*, 49, p: 71-75.
- Diener, E., Inglehart, R., Tay, L. (2013). Theory and Validity of Life Satisfaction Scales. *Social Indicators Research*, Vol 112, Issue 3, pp 497-527
- Diener, E., Oishi, S., Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life, *Annu.Rev.Psychol*, 54, p: 403-25.
- Diener, E., Seligman M.E.P. (2004). Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being, *Psychological Science in the Public Interest*, vol-5, number 1, p: 1-31.
- Eryılmaz, A., Atak, H. (2011). Ergen Öznel İyi Oluşunun Öz Saygı Ve İyimserlik Eğilimi İle İlişkisinin İncelenmesi, *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt:10, Sayı:37, s: 170-181
- Gündoğar, D., Gül, S.S., Uskun, E., Demirci, S., Keçeci, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumunu Yordayan Etkenlerin İncelenmesi, *Klinik Psikiyatri*, 10, s: 14-27
- Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R.R., Vohs, K.D., Baumeister, R. F. (2014). Yes, But Are They Happy? Effects of Trait Self-Control on Affective Well-Being and Life Satisfaction. *Journal of Personality*, 82(4), 265-277.
- Huebner, E.S. (1991). Correlates of Life Satisfaction in Children. *School Psychology Quarterly*, vol. 6, no. 2, p: 103-111,
- Keser, A. (2005). İş Doyumu Ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama, *Çalışma ve Toplum*, 2005/4, s: 77-96
- Keser, A. (2005). The Relationship Between Job And Life Satisfaction in Automobile Sector Employees in Bursa -TURKEY, "İş,Güç" Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi, Cilt:7, Sayı:2, s:52-63
- Lucas, R.E., Clark, A.E, Georgelli, Y., Diener, E. (2004). Unemployment Alters the Set Point for Life Satisfaction, *Psychological Science*, Volume 15, Number 1, p: 8-13
- Myers, D. G., Diener, E. (1995). Who is happy, *Psychological Science*, 6, p: 10-19.
- Neugarten, B.L., Havighurst, R.J., Tobin, S.S. (1961). The Measurement of Life Satisfaction. *Journal of Gerontology*. 16, 134-143
- Özer, M., Karabulut, Ö.Ö. (2003). Yaşlılarda Yaşam Doyumu, *Geriatrici*, 6, (2), s: 72-74
- Özgür, G., Gümüş, A.B., Durdu, B. (2010). Evde ve Yurtta Kalan Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumu, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 26, 1(1) s: 25-32
- Özgüven, E. (1992). Üniversite Öğrencilerinin Sorunları Ve Başetme Yolları, *H.Ü. Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 7, s: 5-13
- Pavot, W., Diener, E. (1993). The Affective and Cognitive Context of Self – Reported Measures of Subjective Well – Being, *Social Indicators Research*, 28, s: 1-20
- Rask, K., Astedt-Kurki, P., Laippala P. (2002). Adolescent Subjective Well-Being and Realized Values, *Journal of Advanced Nursing*, 38. p: 254-263.
- Samaha, M. ve Hawi, N.S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321-325
- Sapmaz, F., Doğan, T. (2012). Mutluluk ve Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak İyimserlik, *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 8, Sayı 3, s: 63-69
- Seligman, M.E.P. (2004). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. Atria Paperback, Newyork.

- Serin, N.G., Özbek, B. (2006). Okul İdarecilerinin Duygusal Zeka Beceri Düzeyleri İle Yaşam Doyumunu Yöneticilik Deneyimleri Ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi, Uluslar arası Duygusal Zeka ve İletişim Sempozyum Bildiri Kitabı, İzmir: Ege Üniversitesi, İletişim Fakültesi, s: 23-30
- Suldo, S. M., Huebner, E. S. (2006). Is Extremely High Life Satisfaction During Adolescence Advantageous?, Social Indicators Research, 78, p: 179-203
- Şimşek, E. (2011). Örgütsel İletişim Ve Kişilik Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkileri, Eskişehir Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi
- Tsang, J. A., Carpenter, T. P., Roberts, J. A., Frisch, M. B., & Carlisle, R. D. (2014). Why Are Materialists Less Happy? The Role of Gratitude and Need Satisfaction in The Relationship Between Materialism And Life Satisfaction. Personality and Individual Differences, 64, 62-66.
- Tseng, H. Y. (2006). Communication factors which promote employee's job satisfaction in Taiwan high-tech industry: A personality traits study, Unpublished Master Thesis. University of Akron
- Tuzlugöl Dost, M. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (2) 22. Sayı, 132-143
- Tümekaya, S., Hamarta, E., Deniz, M.E., Çelik, M., Aybek, B., (2008). Duygusal Zeka Mizah Tarzı Ve Yaşam Doyumu: Üniversite Öğretim Elemanları Üzerine Bir Araştırma, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt III, sayı : 30, s: 1-18
- Veenhoven, R. (1996). The study of lifesatisfaction - Chapter 1 in: Saris, W.E., Veenhoven, R., Scherpenzeel, A.C. & Bunting B. (eds) 'A comparative study of satisfaction with life in Europe. Eötvös University Press, ISBN963 463 081 2, p: 11-48
- Wagner, C.G. (2006). The Well-Being of Nations: A Psychologist Offers a New Tool for Measuring National Happiness, The Futurist, Vol 40, No 6
- Yılmaz, E., Altınok, V. (2009). Okul Yöneticilerinin Yalnızlık Ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi, Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, Cilt 15, Sayı 59, s: 451- 469